

David Rulland

Fondateur et Formateur en
Kinésiologie Médecine
Informationnelle



SCIENCE
QUANTIQUE
ÉVEIL
TRANSMISSION
CONNEXION
OPTIMISER
GUIDER
SOVERAINETÉ

- **Qui es-tu, aujourd'hui dans l'instant ?**

Un être de lumière qui œuvre pour le bien, et on en a besoin en ce moment !

Je suis là pour servir le bien : quand je parle du « bien », c'est pour moi tout ce qui est positif et tout ce qui peut aider l'humain à être heureux.

Je suis missionné pour éveiller les consciences de chacun à travers la kinésiologie, mais cela peut être aussi à travers d'autres médias. J'ai toujours été un « montreur de chemin », j'ai toujours orienté, conseillé dans le but d'optimiser les capacités positives de chacun.

J'ai un profil scientifique que j'associe à l'énergétique : nous sommes faits à 100% d'énergie, la science quantifie, l'énergétique permet d'approfondir nos compréhensions. Le côté quantique m'émerveille, je suis encore étonné de la puissance de cet outil quand il est utilisé à bon escient.

Je peux dire que j'en suis là aujourd'hui grâce à la musique. Outre le fait que j'ai été kiné et ostéo, j'ai également été DJ pendant 20 ans. J'ai toujours aimé l'humain mais *c'était vraiment à travers la danse que j'ai préféré voir les gens s'exprimer car on peut observer une certaine forme de lâcher prise.* Pour moi le mouvement du corps c'est la vie. C'est ce qui m'a amené au sujet de la circulation de la vie en soi, et à l'énergétique.

- **Qu'est-ce qui a inspiré et inspire David ?**

Ce qui m'inspire c'est d'optimiser les capacités des sens des personnes que je croise. J'accompagne à trouver la clé pour être le plus éveillé possible. L'objectif est de sortir les gens du mental pour qu'ils puissent se connecter au sens du cœur : c'est mon leitmotiv.

L'éveil est important pour moi car nous sommes actuellement dans une société où le mental gouverne. L'objectif, guidé par les neurosciences, est de revenir à ses sens et à des sens, comme trouver un sens à sa vie, avoir du bon sens, ... Tout cela passe par le circuit neuronal du cœur et non pas celui de la tête. Le mental est polarisé sur l'axe positif / négatif et se nourrit de nombreuses croyances limitantes. Éveiller les cœurs permet aux gens d'être dans une parfaite justesse. Cela donne la capacité d'être juste dans ses décisions, ses comportements, ses objectifs dans la vie, ce qui est impossible à travers le mental.

- **Qu'est-ce que tu as mis en place pour maintenir ton niveau d'éveil ?**

Pour élever mon niveau d'éveil, je pratique la pleine conscience et la pleine présence. Chaque fois que je fais quelque chose je le fais en pleine présence et non pas à moitié. Cela me permet d'être dans une neutralité totale. Profiter de l'instant présent permet d'entretenir cette connexion au cœur, cette neutralité et de ralentir le rythme imposé de la vie.

- **Est-ce que c'est instinctif chez toi ?**

J'ai réalisé de nombreux stages qui m'ont permis de me centrer dans l'espace du cœur. Il est important de comprendre que cette démarche est différente de la méditation qui passe par le mental et qui ne connecte pas à cet espace-là. Je suis passé d'une expérimentation à un comportement qui est aujourd'hui ancré dans mon inconscient. Je suis donc hyper-centré naturellement : je suis entièrement avec ce que je fais, je ne pense pas à l'avant ou l'après.

- **Quel environnement tu te construis en ce sens ?**

J'évite les biens matériels. Si nous observons la crise actuelle, les Français se sentent obligés de faire des choses dont ils n'ont pas envie consciemment parce qu'ils ont des biens à financer. Ils sont contraints par l'argent. *Moins on a de bien matériel, plus on est libre et plus on est détaché de la crise.* On ne peut pas nous mettre la pression quand on n'a rien.

Je m'autorise un certain confort mais ce n'est pas une obligation, si je n'en ai pas ce n'est pas un problème. La vie m'a permis de comprendre que ce n'est pas une priorité : j'ai été SDF durant 1 an et demi après avoir perdu ma mère à 20 ans. J'ai connu les banques alimentaires, je sais ce que c'est que de dormir dehors... ça m'a donné une force de vie car on se rend compte que l'on n'a pas forcément besoin de grand-chose. Si on a, c'est génial et si on n'a pas, c'est génial aussi. Il ne faut pas attendre du matériel pour avoir la sensation d'avoir réussi.

Je cultive l'autonomie. Mon objectif est de ne pas aller chercher à l'extérieur ce que j'ai à l'intérieur.

- **Est-ce qu'aujourd'hui tu te sens dans la réussite et qu'est-ce que c'est pour toi ?**

Oui totalement. La réussite pour moi, c'est lorsque mon cœur chauffe quand je pense ou fait pour les autres. Je me dévoue pour les autres en faisant en sorte qu'ils aillent bien tous les jours sur tous les plans : pour moi c'est ça la réussite, bien avant tout le reste.

David Rulland

Fondateur et Formateur en Kinésiologie Médecine Informationnelle



David Rulland

Fondateur et Formateur en Kinésiologie Médecine Informationnelle

- **Quels sont tes petits plaisirs à toi ?**

Aller au restaurant !! Ça à l'air tout simple, mais à une époque je ne pouvais pas manger comme je voulais, donc aujourd'hui c'est un vrai plaisir pour moi de pouvoir aller au restaurant quand j'en ai envie, sans réfléchir.

- **Est-ce que tu as eu des déclics pour en arriver à où tu en es aujourd'hui ?**

J'ai eu de la chance, et je remercie souvent la vie car je n'ai pas eu besoin de forcer. Ça a toujours été fluide, j'ai toujours écouté ma guidance. Je suis quelqu'un qui réfléchit très peu finalement, et comme je ne réfléchis pas, je suis là, on me propose, je fais. **Je pense que je fais de ne pas réfléchir permet de vraiment écouter son cœur.** J'ai beaucoup de chance car j'ai toujours fait ça de façon innée, mais avec le recul on voit qu'il y a une cohérence entre tout car je me suis toujours trouvé au bon endroit au bon moment. Quand bien même j'ai été sdf, ça m'a appris, et cette expérience me permet de répercuter ce que j'ai appris à ce moment-là.

Tout me permet d'être qui je suis sans émettre d'intention particulière. Je me suis formé à de nombreuses choses mais c'est arrivé de façon fluide. Dès qu'il y a une résistance je n'y vais pas.

TRANSMISSION

- **Quels sont tes sujets sensibles, tes sujets de fond, tes évidences ?**

Je dirais que c'est ce fameux fil conducteur de ramener les gens aux priorités, aux valeurs, au bon sens en écoutant leur cœur. Même si je le répète, c'est vraiment ma priorité. Aujourd'hui, après toutes les formations et séances que j'ai pu recevoir et donner, je vois que la clé est là. C'est la clé d'une vie bien réussie dans l'harmonie et la paix. **Le bonheur vient en se concentrant sur son cœur, en écoutant ses ressentis et ses sens.** Ça apporte une fluidité car il n'y a pas de but, de combat, de résistance.

Il y a de nombreuses personnes comme Bruce Lipton, Gregg Braden, Nassim Haramein, Eckart Tolle, qui contribuent à ce mouvement vers le cœur.

- **Quelle est ta démarche professionnelle pour accompagner à ce mouvement vers le cœur ?**

Mes formations de kinésiologie Médecine Informationnelle.

Je me suis formé à la connexion au cœur par le biais de la cohérence cardiaque, et je suis aussi allé plus loin dans la connaissance du cœur mais pour moi cela ne touchait pas assez de monde. Je pense qu'il y a une vraie urgence dans notre société, j'ai donc ajouté l'accès au cœur dans mes formations de kinésiologie. C'est important pour moi car il suffit qu'un maximum de gens réapprennent (car ils savent déjà) le sens du cœur pour que le monde aille mieux. Je donne également des astuces lors de mes séances.

J'ai aussi pour idée de faire des vidéos qui vont s'associer à cet objectif bientôt, pour accéder à son cœur, en y ajoutant des programmations positives prioritaires.

- **As-tu un conseil pour les personnes très mentales qui souhaitent se connecter à leur cœur ?**

La première chose à faire est de mettre ses mains sur son cœur et de dire la phrase clé « je me connecte à mon cœur » en inspirant et expirant durant 2 ou 3 minutes. Cela permet de décentrer la conscience. **Aujourd'hui notre conscience est bloquée dans le mental, ce premier acte permet de la replacer au niveau du cœur,** et cela fonctionne très bien même pour les gens très mentaux. Si l'on est vraiment très axé sur notre mental, je dirais de réaliser cette action 3 fois par jour, 3 fois de suite, c'est très bien pour réapprendre ce chemin. Cela permettra de vraiment switcher le mental. Après cela, il y a une multitude de possibilités : on peut aller voyager dans son cœur, regarder ce qui se passe en y ajoutant la visualisation. Mais il faut tout d'abord avoir recréé une connexion, sinon on ne peut pas accéder au reste.

- **Le conseil inspirant que tu aurais aimé recevoir / qu'est-ce que tu aurais dit à David petit ?**

Ne pas s'acharner, ne pas lutter, ne pas combattre. Tout ce qui est résistant n'est pas bon, ça donne une impression de contrôle mais en réalité on ne contrôle rien. Ça se saurait si cela fonctionnait !! Avec du recul, quand j'ai eu des passages difficiles dans ma vie, j'aurais aimé avoir compris ça car ça m'aurait permis de mieux vivre les épreuves que la vie a mis sur mon chemin.

CONTRIBUTION

- **À quel moment / comment est-ce que tu as la sensation de contribuer, de faire ta part ?**

Lors de mes formations. Je m'étonne de phrases dites alors que je ne les ai pas forcément pensées. Mon ami Patrice Bouchardon me dit souvent « pourquoi tu prépares tes cours ?! Tu sais ce que tu as à dire, parle et cela viendra ». Je trouve cela pertinent. Quand je suis lancé, je laisse les mots sortir même si ce n'est pas forcément les miens. Je fais souvent le canal pour transmettre les informations qui doivent être données aux stagiaires.

Beaucoup de centres de formation sont axés sur une transmission mécanique avec beaucoup de mental, ce qui ne laisse pas beaucoup de place pour optimiser les capacités du stagiaire. C'est un objectif important pour moi dans mes formations. Je considère que lorsque l'on choisit d'être kinésologue, il est important de prendre soin de soi et de sa connexion au cœur pour donner le maximum.

- **Je comprends (et je sais) que tu donnes beaucoup. Ressens-tu un équilibre entre donner et recevoir ?**

Aujourd'hui je n'ai pas d'attente de retour mais ça a été un long apprentissage. J'ai beaucoup appris de la phrase « ne rien attendre en retour ». Ma vie est de donner et c'est ce que je fais tous les jours. Je croyais au départ à la loi « on reçoit autant que l'on donne » mais ce n'est pas vraiment comme cela que cela fonctionne, je l'ai compris il y a quelques temps. La vie nous renvoie ce que l'on donne, mais souvent à un autre moment et un autre endroit que celui auquel on pense.

- **L'outil de transmission dont tu es le plus fier qui a le plus rayonné aujourd'hui ?**

Mon truc à moi c'est de traiter le côté physique : les hernies discales, les problèmes de thyroïde par exemple. **J'aime intervenir sur le côté physique et médical car cela donne la possibilité d'avoir des données concrètes.** On peut voir le résultat et les évolutions lors d'exams concrets. Je suis là pour amener la kinésiologie dans le physique pour que ce soit quantifiable et prouvable. Comme nous sommes dans une société de preuves tangibles, je suis là pour démontrer que la Kinésiologie est une vraie science éprouvée.

- **dans ton imagination, quel serait le point ultime de ta contribution ?**

Vu toutes les divisions actuelles, j'aimerais que l'on se rassemble à plusieurs milliers de personnes pour rassembler nos énergies du cœur. Que l'on fasse des « câlins du cœur » par milliers ! **Ce n'est pas humain d'être divisé, on voit très bien que lorsque l'on est connecté au cœur de l'autre, on fabrique soi-même de l'endorphine, de la sérotonine, de la dopamine : tout ce qui est antidépresseur et qui amène au bonheur. Nous avons besoin d'être connectés les uns aux autres.** Malheureusement les personnes fragiles sont vite déstabilisées et entraînées dans le rejet. Ma mission est de les reconnecter à leur autorité et leur souveraineté.

J'ai aussi en prévision l'écriture d'un livre sur le cœur. J'ai déjà le livre dans ma tête et mon cœur, mais je ne suis pas passé à l'action concrètement. Je ne force pas. Je commence à me documenter, j'ai d'ailleurs acheté un livre sur le cœur version scientifique que je prévois de retranscrire en énergétique. Je ne me dis pas « j'écris », je laisse venir les idées, elles se stockent et s'organisent, et quand tout sera prêt je me poserai pour écrire. Je pense dans les 2 années à venir. Je ne fais jamais rien de forcé, j'évite l'effort.

Enfin, mon épanouissement total passerait aussi par la création d'un village de personnes qui sont de retour à des valeurs d'antan. Où quand les gens se souhaitent bonjour, se soit véritablement pour souhaiter un bon jour, où le pilotage automatique n'existe pas. L'objectif serait de vivre dans un village où le sens des valeurs humaines sont au centre de tout. C'est aujourd'hui à l'état de rêve, mais je suppose que cela pourra se faire dans le temps. Je n'ai pas de délai mais pour une fois j'arrive à me projeter en me voyant créer ce village.

