

EFT ET MONDE QUANTIQUE

Nous ne pouvons aborder l' EFT (Emotionnel Freedom Technical) ou TLE (Technique de Libération Emotionnelle), sans comprendre dans quel monde nous vivons, quel est cet espace dans lequel l'humanité évolue ? ...

Aujourd'hui que nous dit la science ? La physique quantique bouleverse nos certitudes, croyances sur le monde en apportant un nouveau paradigme. Cette nouvelle vision du monde n'est en réalité pas une nouveauté, car les « mystiques » de toutes les époques avaient déjà évoqué cette vision, mais bien sur non créditée, non validée par l'oligarchie scientifique...

Nous pouvons retrouver les mêmes observations en biologie moléculaire...

Des scientifiques comme Roger Penrose Physicien britannique, ami de Stephen Hawking, ont travaillé sur l'étude des trous noirs, matière et anti matière, ou encore l'américain Robert Lanza médecin biologiste, et ses recherches sur le Biocentrisme. Mais aussi en France avec, notamment le professeur Thibault Damour et l'ingénieur physicien du CNRS Philippe Guillemin, et leurs recherches sur l'univers matricielle, les synchronicités, les trous noirs et la multi dimension...

Nous savons donc aujourd'hui, que notre univers est composé de 99,9999 % de vide ! Le restant étant de l'énergie. Pourtant notre « réalité » semble solide. En effet nous vivons en même temps deux réalités, par exemple je suis assis sur une chaise, et en même temps sur du vide.

En réalité nous ne faisons pas l'expérience directement de la matière, du monde, mais nous expérimentons ce que nous ressentons du monde, personne n'a jamais fait l'expérience du monde. Notre monde, notre univers est vibratoire, énergétique, au sein de cette énergie, il y a de l'information, que notre corps traduit sous forme d'émotions, ces émotions passant par notre système nerveux central via le système para sympathique, (pardonnez-moi ce raccourci, car en réalité c'est un peu plus complexe que cela)

Nous ne pouvons ignorer également, que nous vivons dans un univers en 3 dimensions (3D), celui-ci est dual, comportant 2 polarités, le positif et le négatif, que nous retrouvons partout : jour-nuit, blanc-noir, matière – anti matière, beau- laid, je vous laisse compléter ces exemples non exhaustifs...

Ces deux polarités positif - négatif sont complémentaires, sans ces deux polarités, nous n'aurions pas d'électricité, le problème est que nous avons coloré ces polarités avec des notions de bien et mal, connotations directement issues de nos croyances. Ainsi nous partons dans notre vie à la recherche de ce qui est « bien », tout en évitant ce que nous pensons être « mal », conceptions bien entendu toutes relatives, puisque justement nous vivons dans un monde relatif !

Ainsi , dans l'enfance nous faisons vite le rapprochement que lorsque je pleure, maman vient et me reconforte, me demandant pourquoi je pleure, car bien sûr il faut une raison pour pleurer ! L'enfant comprenant rapidement que pleurer finalement n'aura pas les mêmes conséquences que de rire. Il en résulte que notre système enregistre que primo il faut avoir des raisons pour éprouver des émotions, plutôt que se laisser traverser par elles, et secondo quand l'enfant est reconforté, c'est qu'il se passe quelque chose d'anormal. Induisant déjà les prémices de « bien, pas bien, ou bon , mauvais »

L'Humain est un être émotionnel, nous sommes constamment traversés par des émotions, consciemment ou inconsciemment, dès que nous rentrons en relation avec le monde, il faut entendre par « monde » les êtres humains, animaux, végétaux, minéraux, mais également la matière (objets). Nous allons vivre tout au long de notre vie, des émotions plus ou moins heureuses ou malheureuses, ces dernières seront ce que l'on pourra nommer des « chocs émotionnels ».

Restons dans notre paradigme quantique, j'ai 9 ans et mon père à qui je demande de m'autoriser à faire venir un ami à la maison, me répond « je vois bien ton petit jeu, tu es en train de m'amadouer, cela ne marche pas avec moi » dépité et ne voulant pas déplaire à mon père, je ne réponds pas et reste avec mon amertume. Énergétiquement je crée comme une sorte de « double énergétique » qui reste coincé dans « les couloirs du temps », ma vie continue et je me retrouve cette fois à 20 ans en Fac, rendant un devoir et mon professeur de me dire : « vous ne me la ferez pas, ce devoir n'a pas été fait

par vous » et de lui répondre « Monsieur , je vous certifie que c'est bien moi qui est rédigé ce devoir » sans le savoir je suis en train de répondre par l'intermédiaire de ce prof , à mon père et par là même réintégrer cette part de moi-même qui était restée coincée dans ce « couloir du temps ».

Ce petit exemple quantique, permettant de regarder sous un autre angle ce postulat : la Vie est la réponse à La Vie.

Aujourd'hui, depuis cet angle de vue quantique, des thérapies ont vu le jour, comme l'hypnose, sophrologie, EFT, et bien d'autres. Elles ont toutes en commun, la notion d'énergie, prenant l'humain dans un contexte holistique.

L'EFT

Nos corps sont électriques, nous pouvons en faire l'expérience en frottant ses pieds sur un tapis et toucher ensuite un objet en métal, l'énergie statique apparaît au bout des doigts, ceci serait impossible si notre corps n'était pas électrique. De même des messages électriques sont constamment transmis dans tout le corps, l'informant de ce qui se passe. Sans ce flux d'énergie, nous serions incapables de voir, d'entendre, goûter, de ressentir.

Sans cette énergie, (également mise en évidence par des système comme l'électroencéphalogramme), nous cesserions de vivre.

D'autres civilisations, comme les Chinois, ont découvert depuis plus de 5000 ans, un système de circuits énergétiques traversant le corps appelé Méridiens.

La médecine occidentale a tendance à se centrer davantage sur la nature plus chimique du corps et son intérêt pour les flux énergétiques est plutôt récent, mais des chercheurs s'y intéressent de plus en plus. *Voici d'ailleurs quelques références : Becker, Robert O : « the body electric », Burr,HS « Blueprint for Immortality the Electric Patterns of life » ; Neville Spearman, Londres 1972, Nordenstrom B « Biologically Closed Electric Circuits » Stockolm 1983*

L'essence même de l'EFT repose sur cette affirmation : « **La cause de toute émotion négative est une perturbation du système énergétique corporel** »

Examinons cette affirmation, remarquons ce qu'elle ne dit pas, elle ne dit pas qu'une émotion négative est causée par le souvenir d'une expérience post traumatique, cela me semble important à souligner parce qu'en psychothérapie conventionnelle, le point d'appui est cette présumée relation entre les souvenirs de traumatismes et les émotions négatives.

Dans certains milieux, on travaille sur le souvenir, et le patient se voit obligé de revivre, la douleur émotionnelle de l'évènement.

L'EFT travaille plutôt sur la perturbation du système énergétique corporel...

EFT est l'acronyme de Emotional Freedom technic que l'on peut traduire en français par Technique de libération émotionnelle. Elle peut être présentée de bien des manières, mais l'une des plus simples est de la définir comme une technique de gestion du stress et de l'anxiété. L'EFT va vous permettre de vous relaxer en jouant directement et rapidement sur votre système nerveux autonome, dont la fonction est de maintenir l'équilibre d'un grand nombre de paramètres physiologiques non-soumis à la volonté : digestion, vascularisation, activité cardiaque, etc.

On pourrait dire également que l'EFT est une technique « psycho corporelle » de traitement des blocages émotionnels liés à des événements passés, présents ou futurs. « Psycho » parce qu'il s'agit de penser à notre problème, et « corporelle » car nous stimulons certains points sur notre corps avec le bout de nos doigts. Ces points spécifiques se trouvent à l'extrémité des méridiens énergétiques,

ceux décrits par la médecine traditionnelle chinoise il y a plus de 5000 ans. Depuis quelques années plusieurs chercheurs ont mis en évidence l'existence de ces méridiens qui se dissimulent dans le système primo-vasculaire (PVS). Notons également que la moitié de l'humanité continue aujourd'hui à recourir à des pratiques liées à la régulation de l'énergie corporelle pour traiter (efficacement !) certaines maladies.

La stimulation de ces points méridiens envoie donc une information au système nerveux autonome et lui dit : « on se calme ! ». C'est un peu comme si on appuyait simultanément sur l'accélérateur du système nerveux, en pensant au problème, et sur le frein, en stimulant les points méridiens. De cette manière, en associant une réponse de calme à un signal qui jusqu'alors déclenchait une réponse de stress, on désactive la réponse d'alerte automatique qui était enregistrée dans notre cerveau jusqu'alors. Et donc, nous « déprogrammons » le fonctionnement inapproprié qui était le nôtre jusqu'alors. D'où la notion de libération émotionnelle.

Volontairement je ne décris pas ici, le protocole EFT, que vous pouvez trouver facilement sur internet, mon intention était d'aller vers la substance, la trame de cette méthode et son corréla quantique.

Mon utilisation de l'EFT, intervient avec ce regard quantique exposé plus haut, dans une approche holistique où tout est en lien... Mon travail en tant que praticien consiste à entrer en relation avec les structures émotionnelles, mentales, ainsi que l'inconscient de la personne se trouvant devant moi, m'expliquant sa problématique, son histoire.

La parole étant une vibration, un son, une énergie vibratoire, j'accède à de l'information, à la structure inconsciente de la personne, à sa trame émotionnelle, tant au niveau personnel, que transgénérationnel...

L'information est ensuite renvoyée dans sa structure, permettant à la personne d'en prendre conscience, ainsi il peut s'opérer un changement de regard, défaisant conditionnements et schémas limitants...

Aidé de l'EFT, permettant de transformer les chocs émotionnels d'une manière durable...