

"Voyage à la rencontre de notre potentiel pour la Planète"

"Nous ne sommes pas des êtres humains vivant une expérience spirituelle, mais des êtres spirituels vivant une expérience humaine" Teilhard de Chardin

En préambule d'un "voyage" intérieur que j'ai co-animé¹ dans le cadre du Festival MAINTENANT de Louvain-la-Neuve en 2020, il me tenait à cœur de partager certains pouvoirs extraordinaires du cerveau et de l'esprit pour permettre d'apprécier pleinement et en toute confiance l'expérience proposée. Ce sont des échantillons de ponts qui relient la spiritualité et la science, grâce, notamment, aux neurosciences et à la physique quantique.



1. La physique quantique, qui s'intéresse à l'infiniment petit, montre que **tout est énergie et vibration**.

En effet, tout (je dis bien tout) est composé d'électrons en mouvement et est donc à la fois onde et particule. Vous-même jusqu'à la plus petite de vos cellules.

Et vous attirez ce que vous vibrez (la fameuse loi d'attraction).

Si vous vibrez de la colère, vous attirez des situations conflictuelles

Si vous vibrez de la paix, vous attirez des situations paisibles

Si vous vibrez l'amour, vous attirez l'amour

Vous avez donc intérêt à être attentif et mettre de la conscience sur votre vibration pour pacifier votre mental et vibrer du positif.

Votre énergie vibratoire est conditionnée par vos croyances qu'il convient donc d'observer.

En l'occurrence, en lien avec le respect de notre Terre mère et les enjeux de Maintenant, est-ce que vous ressentez de la colère par rapport à la manière dont les humains prennent soin de la Terre ? ou est-ce que vous vous sentez plutôt optimiste en voyant les initiatives qui se déploient de la part de personnes qui militent ou méditent, en transition ?

Descendez en vous pour voir ce qui résonne.

Vous avez peut-être des croyances qui sont des opportunités de renforcer votre contribution ! Pour certains, s'engager est naturel car vous pensez qu'un colibri peut contribuer à éteindre un feu de forêt.

¹ Je remercie Baya Azouigh, collègue RituelÉveilleuse, pour sa confiance 😊

2. Le visible et l'invisible

Est-ce que vous êtes créateur de votre environnement ou est-ce que les événements arrivent sans raison ?

Quand quelque chose vous arrive dans votre vie (un accident, une belle rencontre, une maladie, ...), en fait, en amont, il y a des indicateurs qui permettent que cet événement se manifeste, bien qu'ils ne soient pas toujours visibles (à votre conscience).

A titre d'exemple, les fleurs sont visibles au printemps parce que, pendant l'hiver, elles ont été sédimentées et mûries dans la terre (de manière invisible). Mais si on reste sur un plan visible, il ne se passe rien et on peut penser qu'il y a de la magie au printemps quand les fleurs sortent de terre.

Les choses n'arrivent pas par hasard. Elles n'apparaissent sur un plan visible que parce qu'elles se sont développées longtemps sur un plan invisible.

Par exemple, vous pouvez rencontrer une personne dans votre vie (un conjoint, un enseignant, ...). Cette personne "ne tombe pas du ciel" et, quelques années plus tôt, vous ne l'auriez peut-être pas rencontrée ou reconnue ou accueillie.

Le système invisible (dans lequel il y a vos croyances, des événements que vous considérez peut-être comme anodins ou qui se sont passés il y a longtemps) n'aurait pas été mûr avant pour accueillir ce qui se produit de manière visible à ce moment-là.

Le monde extérieur est une fractale du monde intérieur. Les événements qui se manifestent à vous sont les manifestations visibles de vos croyances et de vos vibrations. Vous êtes les co-créateurs du monde que vous voulez construire.

En l'occurrence, en lien avec le respect de notre Terre mère et les enjeux de Maintenant, ne sous-estimez pas tout ce qui se trame dans le monde invisible (dans le vôtre, tout ce qui est en train de mûrir et qui débouchera peut-être sur un projet au moment opportun et aussi à l'échelle de l'Humanité) et auquel vous participez peut-être déjà. C'est une fractale de ce qui se manifestera tôt ou tard pour la transition vers un monde plus beau.

*"Change un geste et tu transformes une habitude
Change une habitude et tu transformes un comportement
Change un comportement et tu transformes une destinée"*

Dalaï Lama



3. Les neurosciences ont montré que **l'inconscient ne fait pas la différence**

entre ce qui est réel et ce qui ne l'est pas
entre ce qui est bien et mal, le positif et le négatif
entre le passé, le présent et le futur
entre vous et les autres
et n'entend pas la négation.

Par exemple : (pour prendre une situation d'actualité). Si vous avez peur parce qu'un ami a eu une maladie, l'inconscient ne faisant pas la différence entre vous et les autres, si vous écoutez cette peur sans discernement et ancrage, vous transmettez à l'inconscient le message de la peur qui vibre "ça risque de m'arriver".

Il est donc important de se visualiser en bonne santé et, par exemple, de se connecter à un moment de votre vie où vous êtes en bonne santé et s'appuyer physiquement (pas que mentalement) sur ce qu'être en bonne santé comme respirer, avoir un métabolisme qui fonctionne bien, avoir un système respiratoire, digestif, immunitaire, ... qui fonctionne bien, être en joie, ...

Visualiser et se le dire ... au présent et en positif. Ne pas dire, par exemple, "faut pas que je tombe malade (car le cerveau entend malade) mais plutôt : "je suis en bonne santé, mes organes fonctionnent bien et ils ont le potentiel de s'entretenir et de se réparer".

A force de répéter, vous donnez des informations à l'inconscient et vous nourrissez certaines vibrations.

En l'occurrence, en lien avec le respect de notre Terre mère et les enjeux de Maintenant, vous pouvez répéter des affirmations telles que "je suis acteur de transition et je contribue par mon comportement, mon projet, ... à impacter le monde positivement, un pas à la fois et, ce faisant, à devenir un exemple pour d'autres personnes". Et vous verrez plus facilement les belles initiatives qui existent, la conviction renforcée d'avancer dans un monde cohérent (pour vous) et votre motivation boostée.

"Les gens qui réussissent ont appris à penser en commençant par la fin, càd en faisant l'expérience de leur intention avant qu'elle ne se manifeste sous forme matérielle. Et vous pouvez en faire autant"
Wayne Dyer

4. Connaissez-vous le **système réticulé activateur**² ? Peut-être pas et pourtant il est utilisé à tout instant à votre insu et c'est votre meilleur ami pour toujours ! Ou pas.

C'est une structure nerveuse du tronc cérébral qui a pour fonction d'amener à votre conscience ce qui est important pour vous. En effet, il vous arrive en permanence entre 6 et 12 millions d'informations qui sont contenues dans votre environnement que vous recevez par vos sens (voir, entendre, sentir, ressentir, ...), c'est énoooooorme et vous n'êtes pas biologiquement construit pour digérer tout ça. Mais le système réticulé activateur, lui, y a accès et filtre ces informations avant de porter à votre attention uniquement ce qui est important pour vous. C'est lui le patron !

Sur quoi se base-t-il pour sélectionner ?

² Anick Lapratte : "Reprogrammez votre cerveau"

Le langage du cerveau, c'est l'émotion et la répétition. Le système réticulé activateur puise dans toutes vos expériences vécues, dans ce qui vous a fait réagir par le passé avec émotions (joie, excitation, manque, frustration, ...) et il crée des chemins neuronaux plus solides. Du coup, quand il balaie l'environnement et qu'il voit passer une information, il se dit que c'est important pour vous et vous l'amène à votre conscience.

Par exemple : achat d'une voiture rouge en perspective ? et vous en voyez partout sur la route !

Par exemple : si vous réagissez par une émotion négative chaque fois que vous dépensez de l'argent (c'est cher !), le système réticulé activateur va enregistrer l'émotion et montrer tout ce qui est cher pour confirmer votre croyance.

Sachant cela, il est possible de hacker votre cerveau et de reprogrammer votre système réticulé activateur afin qu'il amène à votre conscience tout ce vers quoi vous voulez porter votre attention et tout ce qui est nécessaire pour vous réaliser et être heureux en créant de nouveaux chemins neuronaux.

En l'occurrence, en lien avec le respect de notre Terre mère et les enjeux de Maintenant, vous pouvez décider de mettre le focus sur des initiatives qui sont bénéfiques pour la planète et votre système réticulé activateur comprendra que c'est quelque chose qui vous émeut et balaiera, dans les 6 à 12 millions d'informations contenues dans votre environnement, celles qui font sens pour vous et qui confirmeront votre attrait.

Les mêmes pensées conduisent toujours aux mêmes choix.

Les mêmes choix mènent aux mêmes comportements.

Les mêmes comportements mènent aux mêmes expériences.

Les mêmes expériences produisent les mêmes émotions.

Et ces émotions conduisent aux mêmes pensées.

Joe Dispenza

5. Entre rêve et réalité

Vous pourriez comparer votre vie à un film qui se joue dans votre tête. Vous y tenez différents rôles depuis votre naissance. Ce film est créé par une infiltration continue d'émotions, de sentiments, de pensées, d'autres acteurs autour de vous. Et vous pouvez passer toute votre vie dans ce film jusqu'à ce que vous mourriez et que vous puissiez enfin vous connecter à votre véritable nature.

Mais vous pouvez aussi vous connecter à votre véritable nature par des états modifiés de conscience. Par exemple, en prenant conscience que vous n'êtes pas votre esprit, que ce qui se joue dans votre tête, c'est un film que vous vous projetez et en ayant cette capacité d'être l'observateur de vous-même, ce qui peut aider à avoir une conscience supérieure.

La visualisation est aussi un état modifié de conscience. En réalité, vous êtes toujours en état modifié de conscience (quand vous êtes en colère, quand vous rêvez, ...).

Le cerveau vibre à différentes fréquences hertziennes et passe constamment de l'une à l'autre :

Gamma : quand on apprend ou quand on traite une information, quand on réfléchit

Bêta : quand on parle, qu'on pense, quand on est actif et vigilant

Alpha : quand on est décontracté ou en méditation, quand on fait des rêves éveillés, quand on fait une visualisation

Thêta : quand on est dans un état de relaxation profonde, quand on est en hypnose ou qu'on rêve. Les ondes thêta gouvernent la partie de notre esprit qui réside entre conscient et inconscient. Elles renferment les souvenirs et les sensations

Delta : quand on est dans un sommeil profond

C'est comme pour les fréquences d'une radio, en changeant de fréquence, vous avez accès à d'autres informations, comme si c'étaient des images subliminales dans le film de votre vie.

Dans la visualisation que nous allons vous faire vivre, vous allez vous détendre pour vibrer à une fréquence entre alpha et thêta et vous laisser surprendre par des images, des sons, des sensations peut-être qui appartiennent à un autre film que celui que vous connaissez dans votre vie consciente.

En l'occurrence, en lien avec le respect de notre Terre mère et les enjeux de Maintenant, un autre scénario est peut-être logé dans une part invisible de votre scénario et en état de détente, vous allez, nous l'espérons y avoir accès.

Bon voyage !

Anne VAN COPPENOLLE
Tél : 0475 906 939
Mail : cham-anne@skynet.be


CHAM-ANNE
www.cham-anne.com




CHAM-ANNE

www.cham-anne.com