

L'intelligence quantique du coeur

Source initiale : <https://www.inrees.com/Livres/intelligence-quantique-coeur/>

Source secondaire : <https://www.linkedin.com/in/michel-dionne-8230367/> Michel Dionne Auteur, conférencier et formateur en innovation

Source tertiaire : maryse Cupaiolo , Comédienne ,metteur en scène. Maître praticien Programmation Neuro Linguistique <https://www.linkedin.com/in/maryse-cupaiolo-29a38731/>

Disponible au format Pdf sur <http://homezen.e-monsite.com/pages/linkedin-articles-et-posts.html>



Selon les dernières études en neurosciences, les connexions neurologiques déterminant notre façon d'être ne sont pas transformées par nos pensées, mais plutôt par nos émotions et sensations. Dans son ouvrage "L'intelligence quantique du coeur", Stéphane Drouet nous invite à penser à l'unisson avec notre corps, notre ventre, notre tête et notre coeur. Extrait, à travers cette adorable anecdote riche d'enseignements.



"- Je vais vous montrer Madame que nous pouvons tout autant décoder nos événements diurnes incompréhensibles que nos rêves nocturnes ! déclare avec conviction le thérapeute à sa cliente.

Louisa est restée perplexe face à cette déclaration tonitruante.

- Vous croyez ? lui dit-elle alors timidement entre les lèvres

Jacques regarde alors sa cliente dans les yeux, puis lui fait cette déclaration portée par l'énergie du coeur :

- Vous savez, Louisa, je crois en vous, je vois une personne extraordinaire en vous, un être qui a la volonté et la force de s'en sortir. Et parée déjà de ces qualités et de cette énergie qui vous correspondent, faites-moi confiance, vous avez déjà fait la moitié du chemin dans votre désir profond de transformer votre vie. J'ai foi en vous, cela prendra le temps que cela prendra, mais je vous assure que je mettrai toutes les forces de mon côté pour vous faire passer cette phase difficile. Quand nous sommes l'un face à l'autre, rien ne compte plus pour moi pendant une heure trente, que votre guérison, je suis totalement à vous, dédié à votre évolution.

Jacques n'a pas oublié il y a vingt ans déjà, les enseignements de son formateur en thérapie, Jean, son « maître

», comme il l'appelle encore aujourd'hui :

- Jacques, mon cher, ce qui est déterminant dans la thérapie au-delà de tout c'est le rapport, c'est le lien. Son impact sur la guérison est au-delà probablement de tout ce que tu peux imaginer. Elle est au-delà de la technique thérapeutique. Écoute bien ce que je vais te confier dans les instants qui suivent, car si tu as une chose à retenir de notre rencontre, ce sera bien ça. Le reste est important, mais plus secondaire.

Nous influençons notre réalité de chaque jour par nos pensées

Selon les lois de la physique quantique, nous influençons notre réalité de chaque jour par nos pensées, nos croyances, nos émotions. Notre pensée crée des images qui, mises bout à bout, forment notre réalité. Comme un film. Comment notre cerveau fonctionne-t-il ? Il est en connexion constante avec le champ quantique, où tous les possibles sont mis à disposition. Tous les choix possibles existent en parallèle, en superposition, dans le champ quantique. Tout ce à quoi tu rêves, existe déjà en potentiel dans le champ de tous les possibles. La santé, le bien-être, la femme de tes rêves, tes futurs enfants, ta maison de rêve, etc. Tout existe déjà. Je sais c'est déconcertant. Mais c'est ainsi. Ensuite, face à ces options de vie potentielles, tu fais tes choix. Avant de faire ton choix de vie, selon tes croyances, tes valeurs, toutes les options existent dans différents états. On dit en physique que ton choix matérialisé par une onde dans le champ, existe dans différents états, de ce qui peut te rendre euphorique à l'extrême, jusqu'à son opposé, ce qui peut te déprimer. Au moment où tu fais ton choix, tous les autres s'écroulent.

La physique parle d'effondrement de la fonction d'onde. Notre cerveau fait ces choix tous les milliardièmes de seconde. Ces choix additionnés forment notre réalité.

Une fois que tu as bien intégré ce principe essentiel voyons ce qui se joue avec un client qui vient te voir. Dans les premières minutes de ta consultation, tout va se jouer. Le client arrive souvent anxieux, il ne sait pas ce qu'il va découvrir de lui durant la séance, et son inconscient qui a besoin de constance, va déjà lui envoyer des messages d'angoisse, pour tenter de le dissuader de venir.

Bon, imaginons qu'il passe ce cap. Il arrive dans ton cabinet dans tous ses états. De l'état de la maladie, de la pathologie physique ou psychique jusqu'à l'état de la guérison, de la santé. Entre les deux, il existe une foultitude d'états intermédiaires. Dans les premières minutes de ton entretien, au-delà de la technique, ta façon de le regarder, de le comprendre, de l'écouter, de lui donner confiance en lui, de croire en lui, va s'exprimer de manière vibratoire sans que tu puisses le contrôler. Il va choisir alors inconsciemment un état parmi ceux qui vont de la santé à la pathologie. Si tu lui donnes confiance, il va choisir l'état qui le mène vers la santé psychique, et tu auras fait 50% du chemin qui va le mener vers le rétablissement. N'oublie jamais ça, c'est l'essentiel de ton travail.

Jacques a appliqué la leçon à la lettre depuis bientôt vingt ans, et il entame à nouveau sa séance sur les mêmes bases. Son regard est convaincu, sa voix est authentique, son corps exprime foncièrement ce qu'il voit chez l'autre : le potentiel illimité de transformation. L'observateur est en train de créer l'état de l'observé, avec son accord.

Louisa n'a pas perdu son thérapeute des yeux, elle semble désormais rassurée, avec l'envie d'aller plus loin. Jacques a saisi le signal subtil de la bascule de sa cliente, il passe à la seconde phase :

Que souhaitez-vous changer dans votre vie ?

- Racontez-moi ce qui vous préoccupe en ce moment. Que souhaitez-vous changer dans votre vie ? lui demande-t-il calmement.

- Je souhaite prendre une décision, faire un choix qui m'est difficile, lui confie-t-elle alors. Quitter ou non mon appartement pour vivre avec mon compagnon. J'aimerais bénéficier d'un peu de sérénité pour prendre ma décision, car j'ai beaucoup de pression de sa part, mais je n'y arrive pas. Regardez hier, pour preuve, j'étais dans mes pensées, un peu tendue par le contexte, et allez, sur un rond-point, je me prends une voiture, qui arrive de mon côté gauche sans visibilité, sur mon aile. Ce que j'étais en colère, si vous saviez !

- Très bien. Racontez-moi dans le détail cet épisode, lui propose-t-il alors.

-Euh... Ah bon, mais quel rapport ? lui rétorque-t-elle spontanément

- Faites-moi confiance, lui répond-il alors calmement. Je vais vous montrer qu'il y a un rapport entre vos préoccupations excessives du moment, vos pensées obsédantes, et cet accident.

- Ah, vous croyez, répond-elle alors sans conviction. Bon, si vous le voulez. Allons-y, je me lance. J'étais de retour d'une visite chez mes parents, et je pensais à ma décision du moment, quand en m'engageant sur ce rond-point, en me dirigeant vers la gauche, je ne vois pas arriver à ma gauche en plein rond-point une voiture, qui veut tourner à droite, alors que je lui bouche la priorité, le passage. Évidemment vous connaissez la suite, nous nous percutons, et je me retrouve avec mon aile gauche arrière enfoncée, contrainte de m'arrêter.

-Ok, j'ai tout noté. Regardez. Désormais, dites-moi les mots ou groupes de mots que vous souhaitez retenir dans votre récit, lui demande -il alors.

-Mmmmh, je vais retenir « m'engager dans un rond-point », « aller vers la gauche », puis « veut tourner à droite », « voiture », « boucher le passage », ensuite « nous nous percutons », « arrière enfoncé », enfin « contrainte de m'arrêter », lui répond-elle toujours interloquée.

- Très bien. Continuons. Désormais, pour chaque mot ou groupe de mots, dites-moi une idée que cela vous évoque, poursuit-il posément.

- Pour « m'engager dans un rond-point », ce qui me vient c'est « décision à prendre, choix à faire », mais aussi « boucle »; pour « aller vers la gauche », ce serait spontanément « mon choix, ma direction »; pour « veut tourner à droite », je pense à « choix imposé ». Pour « voiture », je pense à « ma liberté »; pour « boucher le passage », c'est « pression » qui me vient. Pour « nous nous percutons », je pense à « conflit, dispute, désaccord »; pour « arrière enfoncé », c'est « insécurité » qui me vient. Enfin pour « contrainte de m'arrêter », je pense naturellement à « inertie, immobilisme ». Voilà, nous avons tout je crois, conclut-elle.

Nous progressons à la vitesse de l'éclair

- Bravo, vous êtes efficace, dites-moi, lui répond Jacques ravi. Je résume, nous avons les associations suivantes: « décision à prendre, choix à faire », mais aussi « boucle », « mon choix, ma direction », « choix imposé », « ma liberté », « pression », « conflit, dispute, désaccord », « insécurité », « inertie, immobilisme ». Voilà. Bon, désormais, tentez de regrouper les mots en faisant des groupes homogènes.

-Soit, lui répond Louisa toujours patiente. Bon, je vais regrouper tout d'abord « Inertie, immobilisme » et « boucle ». Puis je vais associer également « choix à faire », « choix imposé », et « mon choix ». Je constitue un autre groupe avec « pression » et « conflit, dispute ». Enfin je regroupe « insécurité » et « ma liberté ».

- Nous progressons à la vitesse de l'éclair, lui lance-t-il hilare. Quelle clarté d'esprit, Louisa, je suis médusé. Bon, nous sommes presque au bout. À présent, associez un mot à chaque groupe de mots.

-Si vous le dites, lui répond Louisa qui s'exécute dans la foulée. Pour « Inertie, immobilisme et boucle », je choisis « Statu quo ». Pour « choix à faire, choix imposé, mon choix », je choisis « décision ». Pour « pression, conflit et dispute », je choisis « désaccord ». Enfin pour « insécurité, et ma liberté », je choisis « mes besoins vitaux ».

-Voilà, nous y sommes, conclut Jacques, ravi. Pour clore ce travail de qualité, je vous invite désormais à former une phrase qui ait du sens pour vous aujourd'hui dans votre vie, combinant les différents mots que vous venez de citer : « statu quo », « décision », « désaccord » et enfin « mes besoins vitaux ».

Louisa part alors dans ses pensées, cherche, puis cherche encore. Les sourcils froncés, elle semble perdue dans

un autre monde. Puis en une fraction de seconde, une flamme s'allume dans ses yeux, une lumière qui éclaire aussitôt son visage. Elle s'écrit alors, transfigurée :

-Mon Dieu, c'est incroyable, je viens de faire des liens. J'en ai la chair de poule. Ce qui me vient, c'est ça : « ma décision est au statu quo car je suis en désaccord avec mes besoins vitaux. » Mais c'est subjuguant votre truc ! s'exclame-t-elle encore. C'est exacte ment ce que je vis actuellement, et je n'arrête pas d'y penser, jour et nuit.

-Moi, je n'ai quasiment rien fait, lui répond avec le sourire Jacques, vous remarquerez, je suis resté neutre. Vous avez fait tout le travail, reconnaissez-le. Mais dites-m'en plus, pour que je m'associe à votre enthousiasme, lui demande-t-il alors.

-Eh bien voilà. Je vis un statu quo dans ma vie aujourd'hui, car je n'arrive pas à choisir entre rester libre en restant chez moi, et gagner en sécurité affective et matérielle en allant vivre avec mon compagnon chez lui. C'est un choix cornélien pour moi. Cela m'obsède, lui confie-t-elle alors.

- Bon, nous y voilà. je vais désormais, si vous le voulez bien, vous préciser quelques éléments avant de nous quitter. Écoutez-moi bien. Notre réalité de chaque jour selon la physique quantique, est déterminée par nos pensées conscientes et inconscientes. Notre inconscient agit la nuit durant nos rêves pour nous dévoiler de manière dissimulée nos désirs refoulés, mais également le jour, dans la construction de notre réalité holographique. Holographique, car dans tous les points de notre réalité vécue au niveau sensoriel, il y a une expression de nos pensées cachées ou pas. Et notamment dans l'expression de nos pensées obsessionnelles. Ce que nous dit Carl Jung également, très influencé par ses travaux en commun avec les physiciens quantiques, c'est que nous pouvons analyser notre réalité quotidienne et ses événements, comme nos rêves nocturnes. Et j'ai conjugué les travaux de Jung avec ceux de Freud, car la méthode que nous venons de partager est tirée des travaux de Freud, sur l'analyse des rêves.

Notre amour compte plus que tout le reste

Mais retenez ceci également : nos pensées obsessionnelles générant des émotions inconfortables et du stress associés, forment des vecteurs de force énergétiques dans notre réalité, inversement proportionnels au déséquilibre émotionnel vécu par la personne. En d'autres termes, plus nos pensées inconfortables sont fortes émotionnellement, plus les événements chaotiques à l'extérieur vont l'être en proportion. Or la Nature, et c'est une autre loi physique, ne supporte pas les déséquilibres, les excès, elle nous pousse sans cesse vers l'équilibre dynamique, car c'est dans l'équilibre que nous consommons le minimum d'énergie indispensable à notre évolution. Notre cerveau est très fainéant et ne supporte pas les grosses dépenses d'énergie.

En conclusion, ayant connaissance de tout ça désormais, que vous dit le décodage de votre inconscient selon vous ? lui demande-t-il enfin.

-Alors là, c'est limpide désormais. Il me dit qu'à force de penser de manière obsessionnelle à cette décision, qu'à force de ruminer, je vais continuer à m'attirer ce type de situations chaotiques. Mais je sais ce que je vais faire désormais pour m'éviter cela, je vais de ce pas appeler mon compagnon pour lui dire que je vais cohabiter chez lui et laisser mon appartement.

Au moment même où Louisa prononce ces quelques mots libérateurs, son téléphone vibre quelques instants, laissant apparaître ce message de son compagnon, comme une réponse à la pression qu'elle vient de libérer en elle : « Mon amour, pour l'appartement, prends ton temps, il n'y a pas d'urgence. Notre amour compte plus que tout le reste »."