

La cohérence cœur-cerveau

« C'EST L'ÉTAT D'UNE BONNE SANTÉ »

Sous les hormones du stress. Dans l'état de survie, on cherche à contrôler et à tout prévoir dans sa vie. L'adrénaline nous pousse à mettre notre attention sur le corps et le matériel, sur l'extérieur. Le cerveau est souvent incohérent. En réduisant son focus, on se sent en séparation. On manipule, on contrôle... Courir, se battre, se cacher !

Quand on fait l'expérience d'une situation dont on a la mémoire émotionnelle, une situation déjà expérimentée, on donne ses forces de vie et son énergie à cette émotion associée. Plus l'émotion est forte, plus on y fait attention. Là où l'on place son attention, on place son énergie et on abandonne son pouvoir à cet élément externe. On a plus d'énergie pour penser et réfléchir pour créer quelque chose de nouveau dans notre vie.

Ainsi on s'inscrit dans un futur prévisible basé sur les émotions du passé. Forcer, contrôler, manipuler, prédire, se comparer, rester dans la compétition... c'est l'état d'un cerveau incohérent. On est alors déconnecté de nos rêves. On attend que quelque chose arrive. On n'est pas

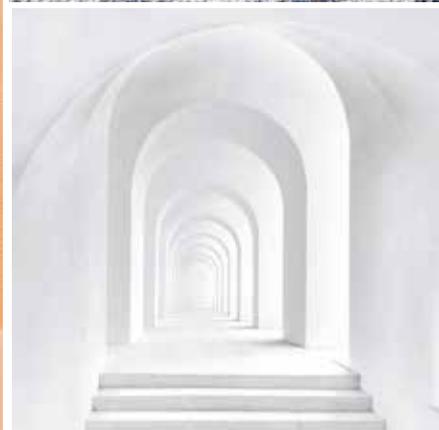
en train de créer notre vie. Quand les ondes cérébrales sont cohérentes, on est cohérent dans le cœur. Créer plus de cohérence et voir les effets. Passer d'un focus étroit sur le matériel à un focus élargi divergent. C'est ce qui crée la cohérence cœur et cerveau.

Dans la méditation, aller dans cette énergie hors de l'espace-temps. Oublier son identité et ses habitudes. Apprendre à se connecter, diminuer les ondes cérébrales vers les ondes alpha. La relaxation permet un état très cohérent en allant vers les ondes thêta. Déconnexion de son environnement. On devient nobody in no time no space. **La connexion au champ unifié. Une grande cohérence cérébrale s'installe.**

Plus grande est la cohérence, plus grande est l'énergie dans le cerveau. Les ondes thêta du cerveau débranchent le système sympathique qui est notre système corporel réactif, et active le système parasympathique. Conscient dans son état inconscient, le système est ouvert et des mises à jour incroyables peuvent être faites. On favorise la croissance et la réparation dans cet état.

Comment créer la cohérence cardiaque ?

En vivant dans le stress, le cœur bat plus fort. Son rythme s'élève. Dans la méditation, en élevant ses émotions, on commence à croire en soi, à croire en son futur. Le rythme diminue et le cœur entre en cohérence. Cette cohérence cardiaque induit nos états créatifs. Là est le siège de notre esprit créateur. Quand on met son attention sur son cœur, on travaille avec son cœur. On élève le niveau de conscience. On laisse de côté les émotions de peur, de compétition, de stress, de honte, de culpabilité, d'indignité, d'hostilité. **Se donner la permission de ressentir l'amour, la gratitude, la joie, l'appréciation, l'amour de la vie, sans avoir besoin d'une raison extérieure.**



On est conditionné à croire que l'on a besoin de raisons extérieures pour ressentir ces émotions. Le cœur a commencé à créer un champ électromagnétique cohérent prêt à recevoir des informations. Se connecter à quelque chose de plus grand. Ouvrir ce centre créatif. Ressentir ces émotions comme étant déjà présentes dans sa vie. On entre dans un état parfait de création. Devenir plus énergie que matière. On ne ressent plus le manque. Le futur est expérimenté dans le moment présent. On peut créer un nouveau futur. L'énergie contient l'information.

On commence à penser avec cette nouvelle énergie. Et quand on se sent illimité et digne de recevoir, on est prêt à créer et à sortir de nos pensées limitantes. Non pas de façon intellectuelle, mais en l'expérimentant émotionnellement. Et c'est de cette façon que les reprogrammations du subconscient sont efficaces et opérationnelles. **Cette cohérence cœur-cerveau induit une cohérence physique biologique chimique et électromagnétique.** **On commence à changer son état d'être.** Les traumatismes sont effacés et mis à jour dans le cerveau, et on se sent plus soi-même en remettant à jour notre identité telle qu'elle était avant le traumatisme. La cohérence cardiaque influe sur la cohérence cérébrale. Les personnes deviennent plus ordonnées dans leur cerveau. La signature de la cohérence cérébrale induit un état physique cohérent. Et ainsi la cohérence cérébrale influe sur la cohérence cardiaque.

Se relaxer dans l'amour ! Des millions de substances chimiques inondent le corps. Ce sont les substances hormonales de l'amour. Cette formule permet de développer l'aptitude de cette autorégulation. Puis, de façon consciente, chaque jour, observer dès que l'on retombe dans la peur.

Et alors, recréer cette cohérence. La personne ne vit plus sur un mode d'urgence. Et le corps sécrète la chimie qui le répare et le guérit. C'est le début du changement de notre biologie. En faire une compétence. La repérer dans sa vie, permet de produire une signature très cohérente.

De plus, on peut décoder les informations du champ quantique pour créer à partir de ces informations ! Un signal wifi que l'on capte. Reprendre le pouvoir de créer notre champ électromagnétique. **Et commencer à créer un nouveau futur. En dépassant les réflexes émotionnels du passé.**

Avec cette énergie d'autoguérison, on se connecte à son futur, celui dans lequel on veut baigner et l'on crée ainsi un nouveau futur. Il s'agit d'émettre les bonnes fréquences énergétiques. Les champs d'énergie qui vont rencontrer les fréquences futures des possibilités qui existent dans le champ et s'effondrer dans l'espace-temps. Il s'agit du phénomène quantique d'effondrement d'onde et l'on va attirer l'événement dans sa vie. Les potentialités vont se matérialiser en une réalité. Aller de l'ordinaire à l'extraordinaire.