Psycho Quantum n°2 Oct 2018

PSYCHO QUANTUM

L'expérience d'un cerveau quantique pour créer votre réalité

DE L'ESPRIT OU DU CORPS, QUI COMMANDE ?

Dr. JL. GARILLON

COMMENT ATTEINDRE LE FLOW ?

P. COCHETEUX

CONÇU POUR ÊTRE HUMAIN

G. BRADEN

L'ennéagramme, GPS de la connaissance de soi et des autres

S. TOUTTEE HENROTTE

Technologie : Pandorastar

A. QUARANTA

SOMMAIRE

06 FORME ET VITALITÉ

- **Comment atteindre le flow** (Pierre Cocheteux)
- **Bien être physique et mental** (Thierry Cunin)

11 SCIENCE ET CONSCIENCE

- **De l'esprit ou du corps, qui commande?** (Dr J.L. Garillon)
- **Héritage transgénérationnel** (Thierry Gaillard)
- **Ennéagramme** (Sophie Touttée Henrotte)
- **Conçu pour être humain** (Corinne Renard)
- **Chevaucher le dragon** (Jean-Charles Bouchoux)

24 VIE QUOTIDIENNE ET BIEN-ÊTRE

- **Quitter Facebook pourrait être mauvais !**
- **La joie, l'espoir, comment les entretenir ?** (Daniel Meurois)
- **Feng Shui** (Agnès Dumanget)

31 TECHNOLOGIE

- **Pandorastar** (Alexandre Quaranta)

35 APPRENTISSAGE ET DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

- **Les mots sont magiques**
- **Panda family**

38 AUTRES RÉALITÉS

- **Iching system** (Nicolas OTTAVI)

39 TERRE HAPPY

- **« Terre Happy »** de Corinne

41 ALLO DOCTEUR

- **Questions des lecteurs**

42 AGENDA

- **Les salons, festivals, événements...**

44 COIN LECTURE

- **Livres à découvrir**

PANDORASTAR

Par Alexandre Quaranta

Une étonnante technologie au service de la transe et du voyage intérieur…

Comment Explorer l'immensité des états merveilleux de la conscience et expérimenter de nombreux bienfaits sur tous les plans grâce aux pouvoirs de la lumière… ? Notre propos ici va être de donner quelques éléments de réponses à cette curieuse question.

Mais avant de commencer à y répondre, il convient d'avoir à l'esprit qu'il existe de nombreux moyens par lesquels nous pouvons entrer dans d'autres états de conscience et expérimenter ainsi une sorte de voyage hors de l'état de conscience fonctionnel ordinaire du quotidien dans lequel nous nous identifions en général très facilement - et le plus souvent sans nous rendre compte - à notre corps, à nos sensations, nos émotions, nos pensées, nos images mentales…

Élargir l'horizon de nos perceptions, de notre compréhension, de notre sensibilité, de toutes les formes de notre intelligence : c'est tout l'objet du yoga, du chamanisme, des pratiques méditatives et contemplatives de tous bords, de l'hypnose, de la sophrologie, de l'usage rituel ou sauvage de substances psychoactives diverses et variées, de la musique, de la danse, de l'activité érotique, de la lecture dans sa dimension profonde, et de mille autres choses encore...

Dans l'immensité de ces états de conscience non ordinaires qui peuvent se donner à vivre dans des instants privilégiés de nos vies humaines, que ce soit par exemple la relaxation très profonde dans laquelle tout se dissout, l'expansion dans les profondeurs de l'imagination et de l'intuition, les expériences proches de la mort, l'ouverture à des sentiments océaniques et cosmiques, l'incursion dans le monde des archétypes, nous expérimentons et vivons alors des expériences qui sont tout à fait en mesure d'éveiller ou de réveiller les grandes questions existentielles et métaphysique sur le mystère de l'univers, de la vie et de la mort en général, et bien sûr de cette vie humaine inouïe qui est la nôtre au beau milieu de l'infinité inimaginable du temps et de l'espace…

C'est le courant de la psychologie dite "transpersonnelle" qui étudie de manière interdisciplinaire, très approfondie et précise, tous les aspects et toutes les nuances liés à l'expérimentation de ces états de conscience par un être humain. Les travaux de Stanislas Grof sont à ce titre remarquable et permettent d'avoir des points de repères précieux dans l'immensité de tous ces états étonnants.

Parmi les moyens connus depuis presque toujours qui nous permettent de faire l'expérience de ces états élargis de la conscience, il n'y a pas souvent de vraies nouveautés et de vraies innovations.

Cependant, on a vu apparaître à partir des années 2010 des prototypes puis des dispositifs aboutis d'un genre nouveau aptes à induire la transe profonde par la biais de la lumière et ouvrir ainsi sur le champ immense de l'expansion de conscience au sens général.

"Simplement par la lumière et de la lumière, vraiment ?!" pourrait-on s'étonner et s'interroger... Oui, parfaitement, au sens littéral, par le biais de la lumière et grâce à

la lumière on peut induire une large palette d'états de conscience.

Ce type de machines basées sur l'émission d'une lumière blanche intense selon des schémas de fréquences et de variations de l'intensité lumineuse plus ou moins complexes (face au visage avec les yeux fermés - voir photo) permettent véritablement d'ouvrir l'espace du voyage intérieur aussi invraisemblable que cela puisse paraître. Aussi puissantes qu'élégantes (élégantes par le fait de n'utiliser que de la lumière à des rythmes bien particuliers et des variations de rythmes spécifiques !), ces dispositifs sont une véritable innovation qui prendra certainement dans le futur une place grandissante dans la palette des moyens disponibles pour nous ouvrir à d'autres états et aux vastes possibilités de notre esprit.

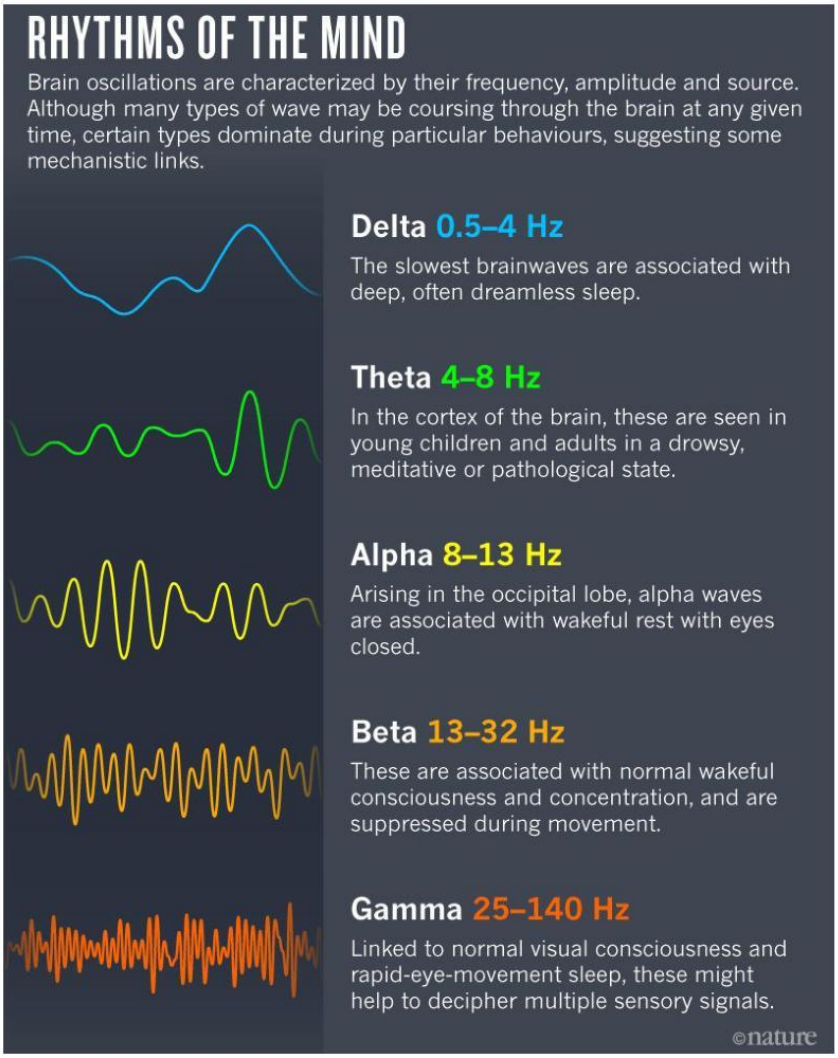
Ces technologies, comme par exemple la technologie britannique pandorastar - la plus aboutie à l'heure actuelle - sont basées sur des éléments de psychophysiologie connus depuis longtemps à savoir les phosphènes de scintillement (flickering phosphenes), les hallucinations entoptiques (entoptic hallucinations), et la réponse de synchronisation de fréquence cérébrale (frequency following response - brain entrainment : tous ces mots clés permettent grâce à google de naviguer dans la passionnante littérature multidisciplinaire sur ces sujets).

Les développements de l'électroencéphalographie (EEG) depuis ses débuts, puis les avancées extraordinaires des neurosciences ces trente dernière années, permettent d'avoir une bonne compréhension des mécanismes qui permettent d'induire la transe et des états de conscience non ordinaire avec de la lumière pulsée, ou bien aussi bien sûr, avec des sons aux rythmes eux aussi spécifiques comme cela est connu depuis encore plus longtemps - sans doute depuis les origines du chamanisme et des "techniques archaïques de l'extase" pour reprendre l'expression de Mircea Eliade. Avec la pandorastar et les technologies équivalentes nous sommes en quelque sorte en présence des "techniques de pointe de l'extase" pour paraphraser Mircea Eliade.

La lampe pandorastar - on peut considérer en effet que c'est une lampe sophistiquée utilisant les leds de haute puissance pilotées par une "informatique sophistiquée des rythmes et des fréquences" - est donc capable d'induire d'extraordinaires hallucinations dites entoptiques c'est-à-dire synthétisées intégralement dans le cerveau uniquement à partir de la stimulation lumineuse rythmique produite par la lampe. Pour tous les utilisateurs et expérimentateurs c'est toujours un immense étonnement de constater le tour de magie de ce phénomène connu et étudié par les neurosciences car il permet d'élargir la compréhension du fonctionnement du cerveau. Ces hallucinations entoptiques correspondent à l'expérience de visions de structures géométriques et kaléidoscopiques extraordinairement belles et complexes, aux couleurs sans pareilles, dans un renouvellement constant empêchant toute saisie et plongeant le plus souvent l'expérimentateur dans un état d'émerveillement et de cessation de l'activité mentale ordinaire. A ce titre on peut considérer que ce genre de technologie produit une sorte de tour de magie qui débouche donc sur l'émerveillement, lui-même propice à l'émergence d'un sentiment d'être profond intimement lié au mystère ahurissant et infini de notre conscience et à la beauté surabondante de la vie et l'univers. Un sentiment libérateur toujours disponible mais voilé le plus souvent par le jeu de l'activité mentale à laquelle nous avons tendance à nous réduire. L'expérience montre que ces extraordinaires visions colorées sont une expérience sensorielle qui s'avère être, avec une efficacité étonnante, l'antichambre de la transe profonde et de tout le champ d'exploration des états étranges et merveilleux de la conscience (états méditatifs et contemplatifs, voyages dans les dimensions profondes de l'imagination, de l'empathie, de l'intuition, rêve lucide, simulation de la proximité de la mort, expériences dites "hors du corps", etc...). Si on ajoute à ceci la dimension musicale qui fusionne de manière profonde aux effets de la lampe (qui fonctionne aussi parfaitement sans faire usage de la musique ou de sons), on obtient très souvent le phénomène tout aussi étonnant de la synesthésie, c'est à dire la synchronisation et la fusion en temps réel, au fil de l'écoute, des visions géométriques et colorées avec la musique elle-même. En d'autres termes les hallucinations dans leurs innombrables formes et leurs couleurs inouïes se modulent en fonction même de la musique que nous sommes en train d'écouter sous la lampe, et nous expérimentons alors une fusion de l'écoute de la musique et de l'expérience visionnaire : c'est typiquement là une forme de synesthésie parmi les nombreuses existantes dont d'autres sont aussi possibles par le biais de l'usage de ce type de lampe.

Mais une autre possibilité tout aussi extraordinaire et aux usages et bienfaits multiples existe également avec cette technologie. Avec certaines manières de jouer avec les fréquences qui donnent le rythme aux pulsations lumineuses, on peut influencer l'activité des

rythmes électriques profonds du cerveau, et amener ainsi des états en liens directs avec les grandes bandes de fréquences caractéristiques de l'activité électrique du cerveau à savoir, pour l'essentiel, les bandes delta, theta, alpha, bêta et gamma. On peut ainsi influencer de manière très efficace, rapide et profonde l'activité du cerveau et entrer de plain-pied dans des états de conscience en rapport avec ces bandes de fréquences.



Les applications et les bienfaits sont nombreux et ne sont pas confinés au domaine de l'exploration d'états exotiques ou particuliers. On peut utiliser cette propriétés de synchronisation de la fréquence cérébrale dominante pour stimuler les fonctions cognitives de manière globale et générale (la mémoire, l'imagination, l'intuition, la concentration) , toucher des niveaux de relaxation et de récupération physique profonds utiles par exemple dans le sport ou la convalescence, stimuler et approfondir la créativité et l'expertise

professionnelle dans tous les domaines artistiques (signalons les effets très intéressants et efficaces pour induire notamment tous les états liés à la créativité musicale), scientifiques, techniques, commerciaux, etc..., faciliter et accélérer des apprentissages, éveiller la haute sensibilité corporelle. De manière générale l'utilisation de cette possibilité de synchroniser le cerveau sur certaines fréquences précises nous permet d'accéder plus facilement et efficacement à l'ensemble de toutes nos ressources. Des applications médicales spécifiques sont à l'étude, mais on peut tout à fait considérer d'un certain point de vue que cette technologie possède par nature des vertus thérapeutiques au sens large en raison même de sa capacité à induire la relaxation très profonde d'une part, et à faciliter d'autre part le voyage intérieur c'est à dire la transe dans laquelle nous accédons spontanément et naturellement à une forme de réharmonisation et de réorganisation bénéfique de notre psychisme - à nos capacités d'autoguérison et d'autonomie, aux états naturels de bien-être, et, répétons-le, à l'immensité de nos ressources intérieures.

Il faut bien sûr comprendre que cette technologie n'est pas une fin en soi, mais un moyen, et qu'elle ne permet pas de faire l'économie d'un accompagnement humain bienveillant et intelligent.

Explorer l'immensité des états de conscience non ordinaires et en même temps expérimenter de nombreux bienfaits physiques et mentaux simplement avec de la lumière ?!

Répétons-le, c'est parfaitement possible et réel. Pandorastar une startup britannique à la pointe dans ce domaine l'a fait, et si on est porté par l'élan naturel de la curiosité l'expérience vaut le détour...

Une fois de plus la réalité dépasse la fiction, bienvenus dans le troisième millénaire...

Sites à visiter :

www.pandorastar.fr et www.pandorastar.co.uk/articles pour des articles scientifiques en anglais.

Pour toutes les informations sur les usages personnels et professionnels possibles de cette technologies, pour savoir ou faire une séance en France ou dans le monde, ou pour recevoir une documentation, merci d'envoyer un email à pandorastarfrance@gmail.com

Lectures recommandées en rapport direct avec les effets et les modes d'actions de cette technologie sur le cerveau :

Pour une psychologie du futur :

Le potentiel de guérison des états modifiés de conscience, Stanislas Grof, Dervy Livre.

Les nouvelles sciences de la santé, Guy Bedat, Guy Trédaniel éditeur.

Le pouvoir de la lumière de Anandi Martel, Guy Trédaniel éditeur.

Guérir grâce à la neuroplasticité cérébrale, Norman Doidge, Editions Pocket.

DMT, la molécule de l'esprit, Rick Strassman, Editions Exergue.

La chimie de la conscience, KAREN, Editions Ariane.