

KATJA HANSKA  
SCHOOL OF HEALING ENERGY

**CENTRE DE SOINS & DE FORMATION AUX THÉRAPIES ÉNERGÉTIQUES**  
MÉDECINE & PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUES  
THERAPEUTIC HEALING TOUCH

**PRATIQUE DE LA GUÉRISON À DISTANCE**

**LES PREUVES SCIENTIFIQUES**

*Auteur : Katja Hanska, Novembre 2021*



**KATJA HANSKA SCHOOL OF HEALING ENERGY**  
ENSEIGNEMENT – TUTORAT – STAGES – CONFÉRENCES  
IMMEUBLE NICE PREMIER A, 455 PROMENADE DES ANGLAIS, 06200 NICE, FRANCE  
[www.katjahanska.com](http://www.katjahanska.com) – [contact@katjahanska.com](mailto:contact@katjahanska.com)  
MOBILE : +33 619 639 146  
SIRET 417 536 158 00047 – TVA INTRACOM FR 53 417536158

## 1 - LE POUVOIR DE L'ESPRIT SUR LA MATIÈRE : LE MODE D'ACTION DE LA GUÉRISON À DISTANCE

***Comment agit l'esprit sur la matière ? Qu'est-ce que la guérison à distance ? Comment agit-elle ? Existe-t-il une explication scientifique et rationnelle à ce phénomène ? Qu'est-ce qu'une "intention", comment l'orienter ? Comment utiliser efficacement ce pouvoir ? Quels en sont les effets ?***

Pour tenter de répondre aux nombreuses questions soulevées par l'étendue du pouvoir de l'esprit et de ses hypothèses, il m'a fallu plonger dans les eaux profondes d'une science avant-gardiste, lire, relire, et surtout "digérer", de nombreux articles et ouvrages consacrés à la Physique Quantique, et à ses extraordinaires implications sur le fonctionnement du corps et de l'esprit humains. ***Que cette introduction ne rebute pas les personnes*** qui, comme moi, ne sont pas coutumières de la Physique Quantique. Ce qui suit est finalement très simple à comprendre pour autant que le lecteur l'aborde avec une grande ouverture d'esprit, libre d'idées préconçues sur ce qui doit être, ou ne pas être.

Lorsque, dans le cadre de mon apprentissage en Médecine Énergétique, j'ai été initiée à la guérison à distance (cela s'apprend), je n'étais moi-même guère satisfaite des quelques explications tirées de la littérature populaire, New-Age ou religieuse. Depuis que j'exerce la profession d'Énergéticienne, j'ai eu à cœur de ***valider scientifiquement et rationnellement*** mon approche thérapeutique. Cela n'est pas toujours possible, et il me faut encore admettre (et faire accepter) que certaines pratiques ou phénomènes ne peuvent être, du moins à ce jour, scientifiquement démontrés ou prouvés. Néanmoins, pour le sujet qui nous occupe, en fouillant dans la littérature scientifique et novatrice, j'ai découvert des études sur la ***guérison à distance*** et d'autres formes de pratiques illustrant le pouvoir de l'esprit sur la matière. Mes expériences thérapeutiques avec mes Patients, et celles de Confrères avec lesquels je partage les mêmes idéaux, m'ont également guidées. Certains sont très perfectionnistes et accordent beaucoup d'attention aux expériences de leurs Patients. Leurs témoignages m'ont été précieux pour appuyer mon propos.

Pour simplifier sans omettre, il me faut résumer le plus sobrement possible des données scientifiques amassées par les auteurs des différents ouvrages dont je me suis inspirée pour rédiger mes articles. Si le sujet n'était pas aussi passionnant qu'il ne l'est déjà, l'essentiel pourrait se réduire au simple fait que ***la pensée dirigée joue un rôle central dans la création de la réalité***, c'est à dire que le fait d'orienter ses pensées vers un objectif précis – scientifiquement appelé "l'intention" ou "l'intentionnalité" – semble produire une énergie assez puissante pour transformer la réalité physique. Ainsi, pourrait-on se contenter de résumer l'essentiel à : ***une simple pensée a le pouvoir de changer le monde***. Ce raccourci, aussi bref et juste soit-il, nous priverait de savoirs captivants, essentiels pour les Guérisseurs qui pratiquent la guérison à distance, et pour toute personne qui souhaite accéder à ce type de soins. J'ai donc choisi de vous mener, au travers de ces pages, à la découverte de ***"cette essence rare, non pas uniquement celle de votre essence humaine en tant qu'être vivant une expérience incarnée en la matière, mais de tout ce qui compose votre être, autant physique qu'énergétique"***.

## 2 - LA GUÉRISON À DISTANCE : UNE PRATIQUE DE MÉDECINE ÉNERGÉTIQUE

La *guérison à distance* est une pratique thérapeutique issue de la [Médecine Énergétique](#), réalisée à distance du sujet (parfois des milliers de kilomètres) par un Guérisseur spécifiquement formé à cet effet. Je renvoie le lecteur à mon article traitant largement du sujet<sup>1</sup>.

La Médecine Énergétique présente deux branches principales se divisant elles-mêmes en branches secondaires. Ces approches énergétiques sont, en apparence, très différentes mais en réalité, elles sont toutes interconnectées car chacune informe les autres, que l'une recourt à l'instrumentation scientifique ou médicale, ou que l'autre soit réalisée par le biais du toucher thérapeutique (ou sensitif). Une **branche se définit par la technologie**, ses appareils et ses instruments utilisant différentes formes d'énergie (lumière, son, magnétisme, électricité, électromagnétisme, vibration, onde, etc.). **La seconde branche**, toute aussi importante, **se distingue par ses pratiques thérapeutiques manuelles**, telles que le toucher thérapeutique ou sensitif, les radiations naturelles, ou celles émanant de la nature.

Ces deux branches de la Médecine Énergétique se divisent à leur tour en deux catégories : l'une relève de la **"guérison locale"**, l'autre se réfère à la **"guérison distante"**. Cette dernière catégorie, la "distante", est la plus controversée de la Médecine Énergétique. En effet, il y a peu de temps encore, nombreuses étaient les personnes qui estimaient que la prière et le travail à distance ne pouvaient être efficaces car ne reposant sur aucune base scientifique. Ce dossier vous permettra de conclure que ce n'est plus exact. Au contraire. Si **la Physique Quantique** est mentionnée à plusieurs endroits du texte, c'est qu'elle **peut aider le lecteur à mieux comprendre** que certaines découvertes les plus importantes dans l'histoire de la Science commencent à procurer des concepts parfaitement rationnels et vérifiés expliquant et validant de tels phénomènes.

Ainsi, l'existence du *champ du point zéro*, qui se réfère au champ quantique généré par les mouvements incessants d'énergie entre les particules subatomiques<sup>2</sup>, implique que **l'ensemble de la matière dans l'univers soit connecté au niveau subatomique** grâce à de continuels échanges d'énergie quantique.

Toutefois, l'implication la plus extraordinaire concerne **le rôle de la conscience**, laquelle deviendrait, selon les observations scientifiques, une "substance" présente hors des limites de notre corps, telle une forme d'énergie hautement ordonnée ayant la faculté de transformer la matière physique.

Le simple fait de concentrer ses pensées sur un objectif précis semble pouvoir exercer une influence sur des machines, des cellules et même sur des organismes multicellulaires complexes comme les êtres humains. **Ce pouvoir de l'esprit sur la matière se révèle même capable de traverser l'espace et le temps.**

### 3 - L'ANTENNE HUMAINE

Certains d'entre vous se souviendront peut-être des téléviseurs d'anciennes générations, notamment ceux équipés d'antennes mobiles appelées "oreilles de lapin", qu'il fallait faire pivoter pour capter plus nettement l'image. Ces personnes se rappelleront aussi que lorsqu'elles se trouvaient à proximité de l'antenne, ou qu'elles la touchaient d'une certaine façon, les images informes et les parasites disparaissaient comme par enchantement pour laisser place à une image parfaite.

Les plus curieuses auront dévissé l'antenne et placé leur doigt là où l'antenne était câblée au téléviseur, et même si elles n'en comprenaient pas la raison, elles ont vite compris que leur corps agissait comme les "oreilles de lapin" : elles-mêmes étaient devenues **des récepteurs d'informations invisibles**, possédant la faculté de **capter** les signaux transmis dans le temps et l'espace. Pour examiner ce phénomène, *Gary E. Schwartz*<sup>3</sup>, Psychologue et Professeur à l'Université d'Arizona, connu pour ses expériences originales, débordant d'enthousiasme pour la Parapsychologie, a étudié dans son propre laboratoire les **Guérisseurs à distance** afin de déterminer s'ils émettaient davantage d'énergie électrique que d'ordinaire durant le processus de guérison.

### 4 - PERSPECTIVES SCIENTIFIQUES

À l'occasion d'une conférence sur le rapport existant entre l'amour et l'énergie (l'Étude de l'Amour, *Dr Elisabeth Targ*), *Schwartz* fut particulièrement inspiré par l'exposé du Psychologue *Elmer Green*, l'un des pionniers du biofeedback<sup>4</sup> et des "Sciences de la Conscience". *Green* rapporte qu'il avait construit une pièce dont les quatre murs et le plafond, entièrement recouverts de cuivre, étaient reliés à des amplificateurs d'électroencéphalogramme (EEG) du type utilisé pour mesurer l'activité électrique du cerveau.

En théorie, un amplificateur EEG est attaché à une sorte de bonnet muni d'électrodes, chacune d'elles enregistrant séparément les décharges électriques du cerveau. Ce bonnet, placé sur la tête d'une personne, enregistre l'activité électrique qui s'affiche sur un amplificateur EEG d'une extraordinaire sensibilité puisqu'il est capable de détecter les effets les plus minimes, même ceux de l'ordre du millionième de volt.

*Elmer Green* soupçonnait que le signal produit durant *la guérison à distance* était de nature électrique et émanait des mains du Guérisseur. Les murs de cuivre faisaient alors office d'antenne géante, accroissant la capacité à détecter l'électricité émise par les Guérisseurs et permettant à *Green* de capter à partir de cinq directions différentes. Il observa que chaque fois **qu'un Guérisseur envoyait des énergies de guérison**, l'amplificateur EEG les enregistrerait sous la forme d'une **immense charge électrostatique**, tout à fait comparable à l'accumulation et à la décharge d'électrons survenant lorsque l'on touche une poignée de porte en métal après s'être trainé les pieds sur le tapis.

Les débuts de ces expériences furent épiques : chaque fois qu'un Guérisseur remuait ne serait-ce que le bout d'un doigt, cette activité se reflétait sur le moniteur de l'amplificateur EEG produisant un bruit épouvantable. *Green* dut trouver un moyen de séparer les véritables effets générés par le processus de guérison, du bruit électrostatique. La seule façon d'y parvenir était que les Guérisseurs demeurent parfaitement immobiles et silencieux pendant qu'ils émettaient les énergies de guérison.

Malgré sa fascination pour l'exposé de *Green*, *Schwartz* pensait qu'il manquait un "truc". *Ce qui n'était pour cet homme (Green) que du bruit, était pour un autre, un signal émis.* Se pouvait-il que le mouvement, même d'une respiration, crée un signal électromagnétique suffisamment fort pour être capté par les murs de cuivre ? Les êtres humains ne seraient-ils pas seulement des **récepteurs mais également des transmetteurs de signaux** ?

## 5 - LA NATURE LUMINEUSE DE L'HOMME

À l'époque (1974), on savait déjà que l'être humain possède la faculté de transmettre de l'énergie puisqu'il avait été démontré que tous **les tissus vivants possèdent une charge électrique**. Le fait de placer cette charge dans un espace tridimensionnel occasionne l'apparition d'un champ électromagnétique qui voyage à la vitesse de la lumière. De ce fait, les mécanismes permettant la transmission des énergies étaient clairs, mais ce qui l'était moins, c'était de savoir dans quelle mesure de simples mouvements pouvaient engendrer des champs magnétiques, et si notre énergie pouvait être captée par les autres êtres vivants.

À regret, je passe sur la description des expériences passionnantes réalisées par ces chercheurs de génie, tant elles furent nombreuses. Toujours est-il que *Schwartz* a incontestablement prouvé que **chacun de nous est une antenne : à la fois émetteur d'un signal, et récepteur recevant un signal**. De plus, **un simple mouvement génère une charge électrique mais, plus important encore, crée une relation**. Chaque mouvement que nous effectuons semble ressenti par les champs énergétiques des individus présents autour de nous. Les implications sont phénoménales. Certaines personnes pourraient même avoir de plus puissantes charges positives ou négatives que les autres, comme ce fut le cas lors des expériences qui se sont déroulées entre les murs de cuivre menées par *Elmer Green*, lors desquelles toutes sortes de dysfonctionnements d'appareils survinrent en présence d'une célèbre Guérisseuse, *Rosalyn Bruyère*.

*Schwartz* touchait là quelque chose de fondamental au sujet de l'énergie émise par les êtres humains. *Se pouvait-il que l'énergie de la pensée ait le même effet que l'énergie suscitée par le mouvement à l'extérieur du corps de la personne qui projette une pensée ? Les pensées créent-elles également des liens avec les gens qui se trouvent à proximité ?* Dans ce cas, on peut imaginer que chaque intention formulée à l'égard de quelqu'un a peut-être une contrepartie physique qui serait perçue comme un effet physique par la personne visée.

À ce stade de l'étude, il serait admis de penser que l'énergie générée par la pensée n'agit pas de la même manière que l'énergie engendrée par le mouvement. Après tout, le signal capté à la suite d'un mouvement diminue d'intensité avec la distance, exactement comme pour l'électricité ordinaire.

Or, **dans le cas des Guérisseurs, la distance n'entre pas en ligne de compte.** L'énergie d'une intention, si une telle énergie existe effectivement, devrait être de nature plus fondamentale que celle de l'électromagnétisme ordinaire, et elle serait liée au domaine de la Physique Quantique. Alors, comment pourrait-on tester les effets énergétiques d'une intention ? Les Guérisseurs, qui sont capables d'envoyer plus d'énergie que les autres dans leur traitement de guérison, constituent un sujet d'étude de premier ordre.

## 6 - LA SOURCE DE L'ÉNERGIE DE GUÉRISON

Parmi les travaux de *Green*, j'ai remarqué une étude particulièrement intéressante pour les Guérisseurs qui souhaitent en savoir davantage sur leur énergie de guérison. *Elmer Green* a démontré dans ses recherches qu'une **énorme émission d'énergie électrostatique a lieu durant le processus de guérison.** Il est dit que lorsqu'une personne se tient tranquillement debout, sa respiration et ses battements de cœur produisent de 10 à 15 millivolts d'énergie électrostatique, selon les amplificateurs EEG.

Au cours d'activités nécessitant une attention soutenue, telle la méditation, on enregistre des pics d'énergie de plus de 3 volts. Quand un Guérisseur pratique la guérison à distance, il provoque 15 pics de voltage de 190 volts, lesquels sont 100 000 fois plus élevés que la normale, avec de plus petites impulsions variant de 1 à 5 volts apparaissant. Chercheur infatigable, *Green* souhaitait déterminer **la source de cette énergie qu'il a identifiée.** Il a découvert qu'**elle provient de l'abdomen du Guérisseur, d'une région appelée le dan tien** <sup>5</sup>, bien connue des pratiquants d'Arts Martiaux et des Praticiens de Médecine Traditionnelle Chinoise, qui la considèrent comme étant le moteur central de l'énergie interne du corps.

Dans ce corpus scientifique, d'autres études font référence aux mesures de fréquences électriques émises par **des personnes se concentrant sur une intention précise.** Dans un cas, il avait été mesuré l'énergie de guérison ; et dans l'autre, on avait examiné l'énergie générée par un Maître chinois du Qi Gong tandis qu'il émettait du Qi<sup>6</sup>. Dans les deux cas, les mesures sont identiques : des fréquences variant de 2 à 30 hertz sont émises par les Guérisseurs. D'autres études font état du **changement de la nature moléculaire de la matière.** Il existe un ensemble considérable de données scientifiques mettant en lumière **les changements chimiques occasionnés par l'expression mentale d'une intention.** *Bernard Grad*, Professeur de Biologie à l'Université McGill (Montréal, Québec) a étudié les effets extraordinaires de l'énergie de guérison dirigée sur de l'eau servant à arroser les plantes. Aujourd'hui, nous connaissons les travaux de [Masaru Emoto](#) sur ses très belles expériences du pouvoir guérisseur de l'eau.

## 7 - LA NATURE RAYONNANTE DES GUÉRISSEURS

J'ai noté **une autre expérience intéressante qui a réuni** un groupe de Praticiens du [Reiki](#)<sup>7</sup>. Les chercheurs effectuèrent d'abord des mesures des changements de champs magnétiques près de chaque main de tous les Praticiens Reiki alors qu'ils rayonnaient de l'énergie. Ensuite, pendant qu'ils étaient au repos, les yeux clos.

Les chercheurs rassemblèrent également un autre groupe constitué de **Maîtres-Guérisseurs** ayant maintes fois démontré avec succès leur capacité à réaliser de spectaculaires guérisons. Les chercheurs mesurèrent le champ magnétique émanant de chaque main des Maîtres-Guérisseurs tandis qu'ils dégageaient de l'énergie, et alors qu'ils étaient au repos, puis ils comparèrent les mesures obtenues auprès des **Praticiens Reiki** avec celles effectuées auprès d'un groupe de personnes n'ayant reçu aucune formation particulière dans le domaine de la guérison.

Les conclusions de cette expérience portèrent sur la constatation que, chez les deux groupes de Guérisseurs – les Praticiens Reiki et les Maîtres-Guérisseurs –, d'importantes fluctuations avaient été enregistrées dans les très faibles pulsations magnétiques émanant de leurs mains. En revanche, **une énorme augmentation dans les oscillations du champ magnétique survenait chaque fois que l'un d'eux rayonnait de l'énergie**. Les chercheurs ont aussi découvert que c'est de **leur main gauche** que se voyait la plus importante augmentation d'énergie. Quant au groupe sans formation particulière, aucun effet comparable ne fut observé. Une autre différence remarquable fut relevée : **les Maîtres-Guérisseurs avaient suscité en moyenne près d'un tiers de plus de changements dans le champ magnétique par minute que ne l'avaient fait les Praticiens Reiki**.

## 8 - COMMENT EXPLIQUER LE PHÉNOMÈNE DE LA GUÉRISON À DISTANCE ?

Puisqu'il était admis que la guérison puisse être un effet magnétique, il convenait aussi de comprendre et d'expliquer le phénomène de la guérison à distance car dans certains cas, les Guérisseurs dirigent leur énergie de guérison à des milliers de kilomètres de distance, mais cela ne diminue en rien leur effet.

Dans une étude effectuée avec des Patients atteints du sida et dont l'état de santé s'est amélioré grâce à de tels traitements à distance, les 40 Guérisseurs ayant participé à cette étude envoyaient leur énergie de guérison à des Patients situés à Sans Francisco et ce, à partir d'un peu partout aux États-Unis. Les **aspects magnétiques et électriques étaient probablement l'un des aspects** du processus **mais pas l'élément central**. Ils s'apparentaient davantage à un champ quantique et étaient peut-être de même nature que la lumière.

*Schwartz* a donc commencé à considérer cette éventualité que le mécanisme créant l'intention tire son origine dans les photons<sup>8</sup> de lumière émis par les êtres humains. Dans les années 1970, un Physicien allemand *Fritz-Albert Popp*<sup>9</sup> avait découvert par hasard que tous les êtres vivants, depuis les plantes unicellulaires les plus primitives jusqu'aux organismes les plus évolués, émettent constamment des flux de photons. *Popp* qualifiait ce phénomène "d'émissions de biophotons". Après bien des tribulations et des années de recherches pour valider sa découverte, *Popp* fut récompensé de ses efforts et le monde scientifique reconnut la justesse de sa théorie : **les signaux émis contiennent bien des informations précieuses sur l'état de santé du corps et sur les effets de la thérapie employée**. Aujourd'hui, on sait par exemple, que les Patients atteints de cancer émettent moins de photons, comme si leur lumière intérieure s'éteignait.

*Schwartz et Kathy Creath*, Professeur de Science Optique, réunirent un matériel scientifique hautement sophistiqué pour effectuer des tests qui validèrent la présence de lumière (photons) émanant d'un être vivant, (Je passe ici les longues expérimentations qui rempliraient des chapitres entiers). *Schwartz* put finalement vérifier si ***l'émission d'une énergie de guérison génère également de la lumière***. Il obtint la collaboration de plusieurs Guérisseurs et leur demanda de placer leurs mains, pendant 10 minutes, sur la plateforme d'une caméra de haute performance et ultrasensible utilisée pour mesurer la lumière émise par des rats de laboratoire après injection d'un colorant phosphorescent.

Après plusieurs essais et réajustements, *Schwartz et Creath* obtinrent des clichés d'une clarté stupéfiante : ils pouvaient nettement distinguer un flux de lumière émanant de la main gauche des Guérisseurs, presque comme s'il s'écoulait de leurs doigts. ***Schwartz avait désormais sa réponse au sujet de la nature de la pensée consciente, et donc de l'intention de guérison à distance : l'expression d'une intention de guérison crée en effet des ondes lumineuses comptant parmi les plus organisées qui soient dans la nature.*** Est-ce donc un hasard que ***la branche de la Médecine Énergétique*** que je pratique, celle qui ***induit l'imposition des mains*** et la ***transmission d'énergie de guérison***, qu'elle soit locale ou distance, ***se nomme également "Médecine Lumière"*** ? Je pense au contraire que cette appellation s'adapte parfaitement à cette "lumineuse thérapie".

Poursuivons notre exploration scientifique par un petit retour sur le passé avec **Albert Einstein**. La théorie de la relativité ne fut pas sa seule grande idée. Je pense notamment à ses travaux inspirés par les découvertes du Physicien indien, *Satyendra Nath Bose*, qui ont guidé d'autres chercheurs. De découverte en découverte, certains ont postulé l'hypothèse que les processus mentaux créent un phénomène identique à celui observé par le "condensé *Bose-Einstein*", (modèle du principe de cohérence selon lequel, dans les systèmes dynamiques complexes comme ceux de l'être humain, l'énergie crée toutes sortes de relations subtiles, de telle sorte que toute discordance s'en trouve éliminée).

L'énergie vivante est capable de s'organiser en un état de parfaite cohérence, c'est à dire la forme la plus élevée d'ordre quantique connue dans la nature. C'est justement ce flux de photons cohérents que *Gary Schwartz* avait vu émaner des mains des Guérisseurs. ***Schwartz obtenait également sa réponse au sujet de la source de l'énergie de guérison : si les pensées sont générées sous forme de fréquences, une intention de guérison l'est sous la forme d'une lumière bien ordonnée.***

## 9 - CE QU'IL FAUT RETENIR

En conclusion de cette ***perspective scientifique de la guérison à distance***, nous pouvons retenir les principes fondamentaux qui valident l'action de guérison à distance tels que :

- Les êtres humains sont à la fois récepteurs et transmetteurs de signaux quantiques ;
- L'expression d'une intention de guérison crée des ondes lumineuses : une intention dirigée se manifeste sous forme d'une énergie électrostatique et magnétique.

- L'intention engendre un flux ordonné de photons pouvant être vus et mesurés par un équipement suffisamment sensible ;
- Il est également crédible que nos intentions prennent la forme de fréquences extrêmement cohérentes capables de transformer la composition moléculaire même de la matière, ainsi que de ses liaisons chimiques ;
- Les pensées dirigées sur une intention précise créent une énergie physique mesurable, peu importe la distance ;
- La guérison à distance génère d'abord un afflux soudain d'électricité, mais le véritable mécanisme de transfert est de nature magnétique ;
- Le simple fait de se concentrer sur une intention suffit à provoquer une modification de la nature moléculaire de la matière ;
- Une énorme émission d'énergie électrostatique est émise par le Guérisseur lors du processus de guérison à distance ;
- La distance n'affecte pas la charge d'énergie d'une intention ;
- Si les pensées sont générées sous forme de fréquences, une intention de guérison l'est sous la forme d'une lumière bien ordonnée.

Ainsi s'achève le premier volet de cette étude consacrée au phénomène de guérison à distance, selon une perspective scientifique. L'approche du deuxième volet est différente : elle propose un tour d'horizon des divers fondements spirituels qui animent les Guérisseurs et le phénomène spirituel de la guérison à distance.

---

<sup>1</sup> <https://www.katjahanska.com/la-médecine-énergétique>

<sup>2</sup> Une **particule subatomique** est un composant de la matière. Elle a une taille inférieure à celle d'un atome.

<sup>3</sup> **Gary E. Schwartz** est un psychologue américain, auteur, parapsychologue et professeur à l'Université d'Arizona et directeur de son laboratoire pour les progrès de la conscience et de la santé. Schwartz recherche la véracité des médiums et la guérison énergétique.

<sup>4</sup> Le **biofeedback** cherche à apprendre aux patients à contrôler des processus physiologiques involontaires – donc autant psychologiques que physiques – qui leurs causent des sensations douloureuses ou désagréables. Ainsi, son but est de donner la possibilité aux individus de modifier leur physiologie afin d'améliorer leur santé physique, mentale et émotionnelle. La majorité des problèmes suivis par cette thérapie – l'anxiété, les douleurs musculaires, les troubles digestifs, les maladies cardiovasculaires, l'insomnie – ont un aspect en commun : le stress chronique. Ainsi, le biofeedback est une manière naturelle de réduire les symptômes du stress : les techniques utilisées incluent des exercices de respiration profonde, de la relaxation musculaire, de l'imagerie guidée (concentration de l'esprit sur une image ou couleur particulière pour amener le patient vers un état relaxé) et de la méditation (concentrations sur une pensée précise tout en se détachant d'émotions négatives). Par conséquent, l'idée essentielle sur laquelle se base le biofeedback est que, en utilisant la force de l'esprit et en prenant conscience de ses ressentis corporels, l'individu peut exercer plus de contrôle sur sa santé.

<sup>5</sup> Les **Dan Tian** sont les lieux où l'énergie vitale est produite, accumulée et conservée. Dans l'ensemble, on considère que l'homme possède trois Dan Tian : inférieur, intermédiaire ou moyen, et supérieur.

<sup>6</sup> Le **Qi**, terme chinois désignant l'énergie ou force de vie.

<sup>7</sup> Le **Reiki** est une approche holistique d'origine japonaise appartenant aux approches énergétique. Il consiste à éveiller en chacun un processus dynamique de guérison en intervenant sur le champ vibratoire de la personne.

<sup>8</sup> Le **photon** est une infinitésimale particule élémentaire (quantum) de la lumière.

<sup>9</sup> **Fritz-Albert Popp**, Physicien de renommée internationale, fondateur de l'Institut International de Biophysique, composé de 15 groupes de scientifiques provenant de divers centres de recherche internationaux dans le monde notamment de prestigieuses institutions : le CERN en Suisse, l'Université du Nord-Est des États-Unis, l'Institut de Biophysique de l'Académie des Sciences de Pékin en Chine, l'Université d'État de Moscou en Russie, etc.

---

## RESSOURCES DOCUMENTAIRES

- Aquili E., Newverg A.**, "Why God won't go away: brain science of the biology of belief", Ballantine, 2001
- Baraz J., Tart C.T.**, "Initial application of mindfulness extension exercises in a traditional Buddhist meditation retreat setting", Tart and J. Baraz, 1995
- Barrett J.**, "Going the Distance", Intuition, 1999
- Bekker R.O., Selden G.**, "The Body Electric: Electromagnetism and the Foundation of Life",
- Benor D.J.**, "Healing Research: Holistic Energy Medicine and Spirituality", Helix Editions Ltd, 1993
- Benor D.J.**, "Spiritual Healing: Scientific Validation of a Healing Revolution", Vision Publications, 2001
- Bernardi L.**, "Effect of rosary prayer and yoga mantras on autonomic cardiovascular rhythms: comparative study, British Medical Journal, 2001
- Brennan B.A.**, "Guérir par la Lumière", Tchou, 1993,
- Broughton R.S.**, "Parapsychology: The Controversial Science", New-York, Ballantine Books, 1991
- Bunnel T.**, "The effect of Healing with Intend", Journal of Scientific Exploration,
- Chang K.J.**, "Research on Cells Communication of P. elegans by means of photon emission", Chinese Science Bulletin, 1995
- Cooperstein, M.A.**, "The myths of healing: a summary of research into transpersonal healing experience", Journal of American Society for Psychological Research, 1992
- Creath K., G.E. Schwartz**, "What biophoton images of plants can tell us about biofields and healing", Journal of Scientific Exploration, 2005
- Damasio A.**, "L'Autre Moi-Même", "L'erreur de Descartes", Odile Jacob, 1994
- Davis K.**, "Bose-Einstein condensation in a gas of sodium atoms", Physical Review Letters, 1995
- Dossey L., M.D.**, "Healing Words: The Power of Prayer and the Practice of Medicine", 1994
- Kalweit H.**, "Shamans, Healers, and Medicine Men", Shambala Publications, Inc, Boston, 1992
- McTaggart L.**, "La science de l'intention", "Le champ", Science & Holisme, Ariane 2008
- Oschman J.L.**, "Energy Medicine: the scientific basis", Elsevier Ltd, 2016
- Popp F.A.**, "Mechanism of interaction between electromagnetic fields and living organisms", Science in China, 2000
- Popp F.A.**, "Nonsubstantial Biocommunication in terms of Dicke's Theory", Bioelectrodynamics and Biocommunication, Singapour, World Scientific, 1994
- Gary E. Schwartz, William L. Simon and Richard Carmona**, "The Energy Healing Experiments: Science Reveals Our Natural Power to Heal," Atria Books (August 7, 2007) ISBN 978-0743292375
- Gary E. Schwartz**, "Human Energy Systems", E.P. Dutton, New-York, 1980
- Gary E. Schwartz**, "Biofeedback, Self-Regulation and the Patterning of Physiological", "Science facts achieve Start Trek-like feat, The Associated Press, 1997
- Sheikh A.A.**, "Imagination and healing", Farmingdale, NY Bayood
- Semokhina L.P. & Kiselev V.P.**, "Effect of weak magnetic fields on the properties of water and ice, Zbedenii, Fizika, 1988
- Seto A.**, "Detection of extraordinary large biomagnetic field strength from the human hand during external emission", Acupuncture and Electrotherapeutics Research Internatioin, 1992
- Radin D.**, "Time reversed human experience: Experimental evidence and implications", Boundary Institute, 2000
- White G.S.**, "The finer forces of nature in diagnosis and therapy", Phillips Printing Company, 1929