

Qu'est-ce que la médecine énergétique selon Donna Eden ?

Traduit de la Source [Innnersource](#) – Donna Eden et David Feinstein, Ph.D

"La Médecine Energétique vous apporte vitalité lorsque vous êtes épuisé, santé lorsque vous êtes malade et joie lorsque vous vous sentez déprimé."

La Médecine Energétique réveille des énergies qui apportent résilience, joie et enthousiasme à votre vie - et une plus grande vitalité à votre corps, à votre mental et à votre esprit ! Équilibrer vos énergies équilibre la chimie de votre corps, régule vos hormones, vous aide à vous sentir mieux et vous aide à mieux penser. Elle a été nommée la voie de l'avenir pour le développement personnel et la notion de prendre soin de soi au quotidien : cela vous permet dès MAINTENANT de vous adapter aux défis du 21ème siècle tout en vous épanouissant.

- Donna Eden

Définition d'un cerveau droit : "L'énergie est la magie de votre corps ! Elle est votre force vitale. Vous la gardez en bonne santé et elle vous garde en bonne santé. Si vous êtes malade ou triste, bouger votre énergie vous fait du bien. Lorsque vous vous occupez de ces énergies invisibles, votre cœur chante et vos cellules sont heureuses !" Donna Eden

Définition d'un cerveau gauche : "La médecine conventionnelle, à sa base, se concentre sur la biochimie des cellules, des tissus et des organes. La médecine énergétique, à sa base, se concentre sur les champs énergétiques du corps qui organisent et contrôlent la croissance et la réparation des cellules, tissus et organes. La modification des schémas énergétiques altérés peut constituer le moyen le plus efficace et le moins invasif pour améliorer la vitalité des organes, des cellules et de la psyché. "

- David Feinstein, Ph.D.

1. Comment se pratique la médecine énergétique ?

La médecine énergétique utilise des techniques issues de traditions ancestrales telles que l'acupuncture, le yoga, la kinésiologie et le qi gong.

Le flux, l'équilibre et l'harmonie peuvent être restaurés et maintenus de manière non invasive au sein d'un système énergétique en tapotant, en massant, en pinçant, en tournant ou en connectant des points d'énergie spécifiques (points d'acupuncture) sur la peau; en traçant ou en faisant tourner la main sur la peau le long de voies énergétiques spécifiques; par des exercices ou des postures conçus pour des effets énergétiques spécifiques; par l'utilisation ciblée de l'esprit pour déplacer des énergies spécifiques; et / ou en entourant une zone d'énergie de guérison.

2. Comment ça marche ?

La médecine énergétique reconnaît l'énergie comme une force vitale, vivante et en mouvement qui détermine beaucoup la santé et le bonheur.

Pour maintenir une santé vibrante, le corps a besoin que ses énergies :

- Se déplacent et disposent d'espace pour continuer à bouger - les énergies peuvent être bloquées en raison de toxines, d'une constriction musculaire ou autre, d'un stress prolongé ou de l'interférence avec d'autres énergies.
- Se déplacent selon des schémas spécifiques, généralement en harmonie avec les structures et fonctions physiques animées et soutenues par les énergies. "Le flux suit la fonction."
- Se croisent, à tous les niveaux, du micro-niveau avec la double hélice de l'ADN, jusqu'au niveau macro, où le côté gauche du cerveau contrôle le côté droit du corps et le côté droit contrôle le gauche.
- Maintiennent un équilibre avec les autres énergies - les énergies peuvent perdre leur équilibre naturel en raison d'un stress prolongé ou d'autres conditions qui maintiennent des systèmes énergétiques spécifiques en mode de survie.
- À l'inverse, lorsque le corps n'est pas en bonne santé, des perturbations correspondantes dans ses énergies peuvent être identifiées et traitées.

3. La médecine énergétique est-elle spirituelle ?

Entrer dans le monde des énergies subtiles de votre corps est un pont dans le domaine de vos appels spirituels les plus profonds et de votre essence éternelle. Bien qu'aucun système de croyance, d'allégeance ou d'appartenance religieuse particulier ne soit associé à la médecine énergétique, beaucoup de gens trouvent que le travail énergétique touche aux domaines de l'esprit.

4. N'importe qui peut-il le faire ?

Absolument ! Travailler avec vos énergies est votre droit de naissance !

Les étudiants en médecine énergétique sont :

- Des personnes ordinaires sans expérience de l'auto-guérison ou de la guérison des autres.
- Toute personne qui veut apprendre à mobiliser ses énergies pour la santé et la vitalité.
- Les gens qui veulent étudier des techniques pour s'aider eux-mêmes, leur famille ou un ami proche.

- Massothérapeutes, infirmières, acupuncteurs, médecins et autres professionnels de la santé qui cherchent à compléter et améliorer leur formation.
- Professionnels de la santé à la recherche de cours offrant une formation continue.
- Des gens de tous âges et de tous horizons qui veulent se lancer dans la médecine énergétique.

Traduit de la source : <https://www.innersource.net/em/about/energy-medicine.html>