

Vivre heureux – Pratiques de la TMO – Laura Sadowski

Publié le 3 Mai 2010

Voulons-nous vivre heureux ? Ou simplement moins malheureux ?

La question du Bonheur est très complexe car nous ne pouvons pas y trouver de définition précise, ou disons-nous plus simplement que chacun a sa définition.

C'est la conquête de notre siècle en cherchant à perfectionner qui nous sommes, nos modes de fonctionnements, nos méthodes, outils, process...

Mais si nous prenons la définition bouddhiste le Bonheur correspond au calme Intérieure.

C'est donc quand nous sommes en paix avec nous-même donc en Harmonie que nous pouvons atteindre, ressentir le Bonheur.

Mais comment cela peut-être possible lorsque j'ai accumulé par mon expérience de vie des blessures qui représentent un poids émotionnel considérable ?

Tous nos vécus s'inscrivent par un vécu émotionnel dans notre cerveau limbique. Si les vécus sont trop difficiles car violents par rapport à notre système de valeurs, et qu'ils ne trouvent pas d'explications permettant une lecture dans le cerveau cortical le vécu en devient un poids.

Nous accumulons donc un certain nombre de vécus qui nous empêchent d'avancer et qui par leur accumulation mettent en place une spirale, un cercle infernal qui va conditionner les vécus futurs.

La Thérapie par Mouvements Oculaires est une excellente alternative pour toute personne qui souhaite engager un traitement bref et efficace.

La TMO permet d'effectuer un travail en profondeur sans souffrances en quelques séances (de 3 à 7). Le patient est parfaitement maître du nombre de séances et de leurs fréquences.

Prenez donc la voie du Bonheur !

Laura Sadowski est membre du Centre de Recherche des Dynamiques de l'Energie.