Effets de l'Agnihotra sur les ondes cérébrales

L'Agnihotra a un effet notable sur les ondes cérébrales : il détend et peut ainsi créer des états de paix que l'on ne retrouve habituellement qu'en méditation profonde !

C'est la conclusion à laquelle étaient déjà parvenus en 1989 deux instituts indiens qui avaient effectué des mesures des ondes cérébrales (EEG) sur plusieurs personnes pendant la pratique de l'Agnihotra (voir le livre « Agnihotra », p. 213).

En 2015, l'occasion s'est présentée de mener des recherches similaires à **l'Institut de communication et de recherche sur le cerveau** de Stuttgart, cette fois-ci de manière beaucoup plus fine et à l'aide d'une technologie de pointe. La méthode **d'analyse spectrale de l'EEG,** mise au point par le physicien et chercheur en neurosciences Günter Haffelder, constitue une avancée dans la technique de mesure de l'EEG. Elle permet d'étudier les processus fonctionnels du cerveau et de les représenter graphiquement.

Grâce à sa méthode de mesure modifiée, qui consiste à modifier les points de dérivation, il est possible de capter les signaux du système limbique (traitement des émotions), ce qui constitue une nouveauté ; ainsi, les plages de fréquences se voient attribuer, en partie, des significations différentes. Grâce à l'analyse spectrale de l'EEG, les hémisphères cérébraux gauche et droit sont représentés séparément dans un diagramme en 3D. La transformation de Fourier permet de visualiser toutes les gammes de fréquences dans le spectre de puissance.

NOTIONS DE BASE

Commençons par clarifier les notions fondamentales afin de mieux comprendre l'activité de notre cerveau.

L'hémisphère gauche est associé à la pensée analytique et logique, à la pensée linéaire dans le temps et à la compréhension du langage ; **l'hémisphère droit** permet une appréhension globale, ainsi que l'intuition et la créativité. Il nous transmet des contenus imagés, artistiques, émotionnels et intemporels.

Lors des mesures des ondes cérébrales, on distingue différentes gammes de fréquences :

L'**état bêta** (14 - 30 Hz) correspond à l'état de conscience de la vie quotidienne et donc à un état de bonne attention et de bonnes performances intellectuelles.

L'état alpha (7 à 14 Hz) correspond à un état de légère relaxation. Dans cette gamme, les hémisphères cérébraux gauche et droit fonctionnent de manière synchrone et sont interconnectés.

L'état thêta (3,5 à 7 Hz) est synonyme de méditation et de relaxation profonde.

L'état delta (1,75 - 3,5 Hz) oscille dans la gamme de fréquences la plus basse, ce qui correspond à des états de conscience tels que le sommeil profond ou la transe.

M. Haffelder explique que, dans l'état thêta, l'être humain perçoit des images intérieures et peut, grâce à une forme d'activation rythmique particulière de l'état delta – qui est par ailleurs caractéristique des processus de traitement intuitifs –, entrer en connexion avec des niveaux spirituels.

MESURE

Les mesures ont été effectuées le samedi 21 février 2015 :

Quatre personnes ont été équipées d'électrodes EEG placées sur la tête juste avant le coucher du soleil. Trois d'entre elles, deux adultes et une adolescente, pratiquent l'Agnihotra depuis de nombreuses années ; la quatrième, une femme, ne connaissait pas l'Agnihotra. Les mesures ont couvert l'intégralité de la cérémonie de l'Agnihotra, depuis la préparation et l'allumage jusqu'au chant du mantra et au silence qui a suivi.



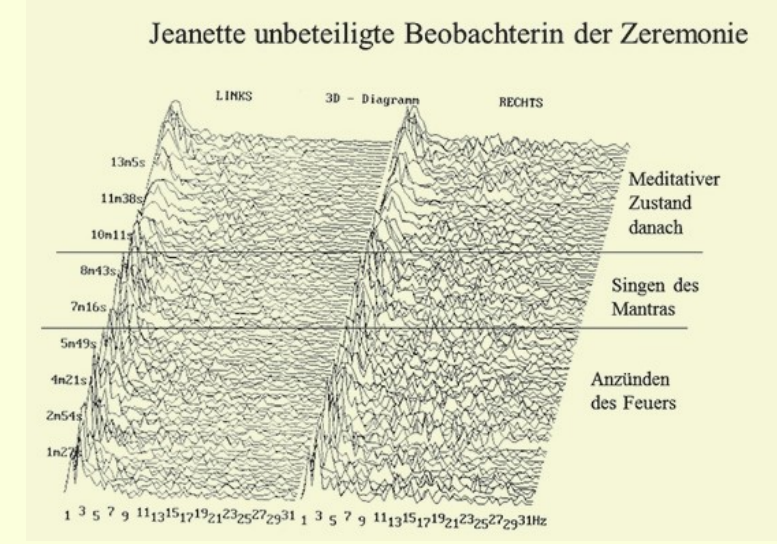
RÉSULTATS

Voici maintenant les résultats enregistrés :

La préparation et l'allumage de l'Agnihotra ont donné des résultats différents chez les sujets, en fonction de leur état émotionnel. Après le chant du mantra, un phénomène très étonnant s'est produit : deux personnes ont réagi par une activation des fréquences alpha, ce qui signifie que les deux hémisphères cérébraux fonctionnaient de manière synchrone. Chez les deux autres personnes, un changement significatif a été observé dans la bande delta (au niveau de l'amplitude, de la forme et du rythme), ce qui indique le passage à un autre niveau, plus élevé, de traitement de la perception.

Ces quatre participants ont tous présenté **ce changement significatif, particulier et inattendu,** accompagné d'une modification des ondes cérébrales, immédiatement après avoir chanté la dernière note du mantra.

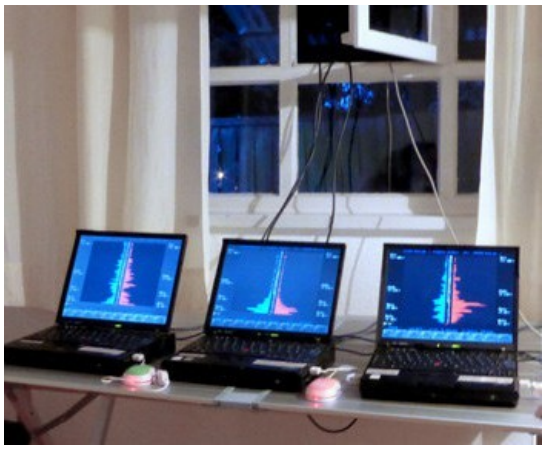
Pendant l'Agnihotra, malgré une activité légère, les quatre personnes se trouvent toutes **dans un état de relaxation !**



L'observatrice non participante présente des schémas comparables de
corrélats EEG dans la bande delta après l'interprétation du mantra que la participante active et expérimentée (amplitude, forme et rythme). Ce phénomène s'accompagne d'un passage à un autre mode de traitement perceptif.

Le mantra semble agir comme un déclencheur et a élevé les quatre personnes à un niveau de conscience spirituelle supérieur, ouvrant ainsi d'autres domaines de perception.

M. Haffelder, qui a réalisé pendant des décennies d'innombrables mesures EEG lors de guérisons à distance et par la pensée, de techniques de méditation de toutes sortes, d'états de contemplation et de techniques de perception extrasensorielle issues de nombreuses cultures, parle ici d'un **« résultat inattendu et remarquable** ».



Ce qui frappe dans toutes les mesures, c'est la synchronisation des quatre personnes, qui, à la fin du mantra, passent à des états de conscience différents. Cela vaut également pour la personne qui ne connaissait pas l'Agnihotra et qui s'est contentée d'être présente.

Au fil du temps, alors que les quatre personnes observaient en silence la flamme de l'Agni-hotra, l'EEG a révélé, quatre minutes après l'intonation de la dernière syllabe du mantra, des changements significatifs au niveau des fréquences delta, ce qui s'accompagne d'une modification du traitement de la perception. Ceci est d'autant plus intéressant que la définition du lever et du coucher du soleil, d'un point de vue védique, tient compte de notre système respiratoire : pendant 4 minutes, nous inspirons et expirons avec la même intensité par les deux narines. M. Haffelder a observé un rythme de 4 minutes dans la bande delta, qui était encore perceptible de manière plus affinée, à un niveau de perception supérieur, après 8, 12 et 16 minutes. Afin d'approfondir l'étude de ce phénomène, il est prévu d'effectuer également des mesures en dehors des moments précis, afin de pouvoir mettre en évidence d'éventuelles différences.

M. Haffelder s'est déjà rendu à plusieurs reprises au
Il s'est rendu à la ferme Homa et a pu y percevoir le champ énergétique atmosphérique particulier créé par les techniques védiques du feu. Il a ensuite effectué gratuitement les mesures pour notre association à but non lucratif « Verein für Homa-Therapie e. V. » !
Un grand merci pour cela.