

LES RECHERCHES SCIENTIFIQUES



Dr. Terrie Hope

Une recherche menée par le **Dr Terrie Hope** PhD, DNM, CFMW, publiée dans le *Journal of Energy Psychology : Theory, Research, and Treatment*, 9(2), 26-38. November 2017 - doi:10.9769/EPJ.2017.9.2.TH7 a révélé, à partir des résultats de quatre questionnaires standardisés scientifiquement valables et en mesurant les modèles d'ondes cérébrales à l'aide d'une cartographie cérébrale (QEEG), qu'une séance de Bars® de 90 minutes avait un effet significative sur la **dépression** (82,7 % en moyenne) et l'**anxiété** (84,7 % en moyenne).

D'autres éléments ont pu montrer une augmentation de la **cohérence du cerveau** pour tous les participants. La cohérence des ondes cérébrales est associée à la communication entre les régions du cerveau, et les chercheurs expliquent que cela est corrélé à de nombreuses choses, comme l'intelligence, les capacités d'apprentissage, la vigilance, le temps de réaction et la créativité. D'autres études sont prévues afin d'affiner ces résultats.

Le **Dr Jeffery Fannin**, neuroscientifique, a mené une étude préliminaire dans laquelle il a cartographié l'activité du cerveau avant et après une session de Bars® (voir ci-dessous). Il a constaté que les avantages neurologiques d'une seule séance sont similaires à l'effet positif dont bénéficient les **méditants avancés**.



Dr. Jeffrey L. Fannin

[Présentation de cette recherche cliquer ici.](#)

[Conférence de présentation de cette recherche cliquer ici.](#)

