

LE MERVEILLEUX CERVEAU ÉMOTIONNEL DES PERSONNES HYPERSENSIBLES

Il est parfois difficile de s'adapter à ce monde trop bruyant, à ce monde empli d'égoïsmes et d'autres doubles intentions.

Les sens des personnes hypersensibles sont une faiblesse, mais aussi une chance. Elles peuvent percevoir ce que les autres ne perçoivent pas, et le faire si intensément que le monde leur présente alors un éventail de réalités qui échappent aux autres.

A quoi l'hypersensibilité est-elle due ?

Est-ce génétique ?

Pourquoi les personnes hypersensibles souffrent-elles plus que les autres ?

Pourquoi pour elles, l'amour est-il si intense, mais aussi si douloureux ?

Pourquoi apprécient-elles tant la solitude, pourquoi ressentent-elles une si profonde incompréhension depuis leur plus jeune âge ?

En 2014, des chercheurs de l'Université de Stony Brook (New-York) ont mené à bien une étude intéressante, au cours de laquelle ils ont essayé d'expliquer les particularités que présente le cerveau d'une personne hypersensible, ainsi que les différences qui existent entre les personnes hypersensibles et celles qui ne le sont pas, ou du moins, celles qui n'ont pas cette ouverture émotionnelle si caractéristique de l'hypersensibilité.

Les résultats de cette étude, composée de six enquêtes, sont très intéressants, et ont été publiés dans la revue *Brain and Behavior*. Lisez la suite de cet article pour les découvrir ! Nous sommes certains que vous allez être surpris.

Le cerveau émotionnel des personnes hypersensibles

On estime que presque 20% des personnes présentent les caractéristiques basiques de l'hypersensibilité. Souvent, ces personnes-là passent la majeure partie de leur vie sans savoir qu'elles appartiennent à ce petit groupe de privilégiés.

D'une certaine façon, elles ont toujours vécu en portant des «lunettes invisibles» qui leur faisaient voir le monde différemment, avec un cœur plus ouvert, mais aussi plus vulnérable.

L'étude menée à bien par les chercheurs de l'Université de Stony Brook a révélé que les personnes hypersensibles disposent d'un cerveau émotionnel doté d'une grande **empathie**. Ils sont pleinement orientés vers la «**sociabilité**» et l'union avec leurs semblables.

En d'autres termes, ces chercheurs ont prouvé que les processus cérébraux des personnes hypersensibles se traduisent par une surexcitation dans les zones neuronales relatives aux émotions et à l'interaction.

Elles sont capables de déchiffrer et de deviner les sentiments des personnes qu'elles ont en face d'elles. Mais, dans le même temps, elles ont à gérer un problème très simple...

Les autres ne font pas preuve de la même empathie. Il y a donc un déséquilibre évident entre la sensibilité des personnes hypersensibles, et celles des personnes qui ne le sont pas. *«Elles se considèrent comme étant différentes».*

Pour arriver à toutes ces conclusions, les chercheurs ont réalisé une batterie de tests basés sur les résonances magnétiques, ou encore sur l'étude des processus cérébraux que présentent des personnes diagnostiquées comme hypersensibles, en comparaison avec ceux des personnes qui ne le sont pas.

On a donc exposé ces personnes à différents stimuli, afin d'observer l'activité biochimique qui s'opère dans les différentes structures cérébrales.

Les résultats ont été très concluants, et plus particulièrement à deux niveaux :

Les neurones miroirs

Vous avez forcément déjà entendu parlé des neurones miroirs. Ils remplissent une fonction sociale, étant surtout présents chez les humains et chez les primates.

Situés dans le cortex frontal inférieur du cerveau et très proches de la zone du langage, les neurones miroirs sont plus particulièrement liés à **l'empathie et à notre capacité à capter, traiter, et interpréter les émotions des autres.**

Chez les personnes hypersensibles, leur activité est continue et très marquante depuis l'enfance.

L'insula est une petite structure cérébrale logée très profondément dans notre cerveau. Située dans le cortex insulaire, elle est liée au système **limbique**, une structure basique dans nos émotions qui nous apporte cette vision plus subjective et plus intime de la réalité.

De fait, les chercheurs de Stony Brook surnomment l'insula **«le siège de la conscience»**, puisqu'elle réunit la majeure partie de nos pensées, intuitions, sentiments et autres perceptions de tout ce que l'on peut vivre.

Vous ne serez donc pas surpris d'apprendre que cette structure *«magique»* est plus active chez les personnes hypersensibles que chez les personnes qui ne le sont pas.

Cette étude montre également qu'en plus d'être réceptives aux stimuli visuels liés aux visages humains et aux émotions, les gens hypersensibles présentent aussi un seuil plus bas en réaction à de nombreux stimuli physiques, tels que les lumières intenses ou les sons forts.

Cela active chez elles les structures cérébrales relatives à la douleur...ce qui est très curieux.

*Les personnes **hypersensibles** ont une façon de ressentir et de comprendre le monde qui passe par un système neurosensoriel plus pointu, plus fin. **Ce n'est pas ce qu'elles ont, mais c'est ce qu'elles sont.***

Au cours de leur vie, elles doivent apprendre à composer avec leurs fortes émotions ainsi qu'avec ce don merveilleux, car la souffrance, ce n'est pas un passage obligé, mais une option qu'il ne vaut pas la peine de retenir.

Source de l'article [nospensees.com](https://www.espritsciencemetaphysiques.com/cerveau-personnes-hypersensibles.html) Un grand merci au site nospensees.com pour l'autorisation de republier cet article.