

Agenda plus

SE GUÉRIR
PAR LES SONS



LA META-RELAXATION®

LES DISQUES THÉRAPEUTIQUES ARRIVENT !

A

Alternative
MIEUX-VIVRE



Stéphane Krsmanovic,
fondateur de Fonda-Mental

Un nouveau concept santé sort ce mois-ci, ce sont les disques thérapeutiques ! Les titres sont évocateurs : *Respi-relaxation*, *Céphalées*, *S'endormir*, *Joie de vivre*, *Gastro-relaxation*, *Cardio-relaxation*, etc... Chaque disque correspondant à un médicament (neuroleptique, anti-dépresseur, pansement gastrique, broncho-dilatateur, etc...). On peut parler de révolution ! Surtout quand on connaît les résultats collectés dans les hôpitaux où ces technologies ont été mises en application (plusieurs hôpitaux universitaires belges et français qui appliquent ces techniques depuis plus de dix ans). Développé par la société FONDA-MENTAL spécialisée dans la gestion du stress en milieu médical et hospitalier depuis 1985, les disques thérapeutiques sont le condensé de quinze années de recherche en médecine psychosomatique. Si nul ne conteste aujourd'hui l'existence du subconscient, cette "boîte noire" qui enregistre toute notre vie, tout un chacun a déjà ressenti à quel point certains mots, certaines images évoquées et même la musique peuvent influencer nos émotions et changer notre état d'âme. En réalité, la médecine est peut-être à l'aube d'une révolution dans le domaine comportemental et celui, de manière générale, de l'influence de l'esprit sur le corps : c'est la médecine psychosomatique. Cette nouvelle série de disques intitulée "Méta-relaxation" constitue un réel événement en matière d'aide psychologique préconisée en cas de troubles fonctionnels liés au stress (problèmes gastriques, asthme, tension, cardiopathie, sevrage de tabac, préparation aux opérations, préparation à l'accouchement, etc...).

Si la META-RELAXATION®, subtil mélange de technologies psycho-acoustiques et de suggestions à l'attention du subconscient, ne peut en aucun cas remplacer une médication, elle peut assurément la compléter et, vu l'expérience en milieu hospitalier et médical que FONDA-MENTAL en a, on peut pratiquement considérer ces enregistrements comme de véritables "pilules auditives" (verbales et musicales). D'où le logo en forme de gélule, clin d'œil peut-être pas si innocent que cela, à la médecine allopathique qui continue à ignorer l'influence de l'esprit sur les processus physiopathologiques.

INDUCTION ET SUGGESTION

Plusieurs moyens pour créer un état de relâchement de l'attention sont utilisés dans les enregistrements de META-RELAXATION : métaphores, "multi évocations", "bruitages", "battements binauraux", stimulations sonores spécifiques, stimulations lumineuses à certaines fréquences qui, ainsi en synergie, potentialisent l'induction en état de réceptivité de manière radicale !



Ensuite, dans cet état particulier de flottement de l'attention, la personne a un accès facilité à ses ressources inconscientes. C'est pourquoi l'essentiel du message sera délivré par les auteurs (médecins spécialistes, thérapeutes) sous forme d'histoires, contes de fées, légendes, récits d'autres thérapies, récits de la vie quotidienne... Matériaux, bien sûr, choisis pour la puissance de leurs évocations tout en utilisant la technique de "confusion" d'Erickson pour dépasser la résistance consciente à des suggestions de transformation ou de régularisation.