

LE SON EN TANT QU'OUTIL D'ACCOMPAGNEMENT



Depuis la nuit des temps, la musique a toujours été employée comme moyen de guérison, de soutien et d'accompagnement dans les différentes cultures. La musique alimente, induit, conduit, élève et ne laisse jamais indifférent. Elle s'adapte aux circonstances, aux besoins du moment, à l'époque dans laquelle on vit et aux événements qui traversent notre vie. Elle active en nous des mémoires collectives, (les golden sixties pour les plus de 40 ans par exemple) des mémoires individuelles, des mémoires familiales et nous accompagnent très souvent dans le chagrin, la joie ou la célébration.

Pourquoi sommes-nous attirés par une musique plutôt qu'une autre ? Je ne vais pas rentrer dans la science des notes, mais je dirai simplement que la musique est une mathématique aussi élaborée que le corps humain. Chaque accord musical ou sonore va résonner avec la partie du corps concernée. Amadeus Wolfgang Mozart, pour citer un compositeur bien connu, a marqué son époque par son œuvre magistrale. Ses musiques ont été étudiées par des musicothérapeutes qui ont découvert plusieurs applications thérapeutiques dans la réduction du stress, l'augmentation de la concentration, l'aide à la qualité du sommeil du bébé, et bien d'autres encore...

Quittons la musique et sa mélodie pour nous tourner vers le son pur. Un son peut tuer ou guérir, une parole aussi, c'est du son. Si nous nous installons de façon régulière dans une zone où toutes les minutes un avion atterrit ou décolle, ce son insidieux va petit à petit créer des lésions, non seulement dans l'oreille, mais au système nerveux, et ses organes qui en sont dépendants.

Si, par contre, je soumetts mon ouïe au son d'un bol tibétain, par exemple, je vais probablement sentir un bien-être qui va me placer dans une dynamique d'ouverture. Pourquoi ? Le bol tibétain comprend 7 métaux qui correspondent à plusieurs niveaux du corps humain. Les sons émis par les bols, qu'ils soient faits de métaux précieux ou de cristal sont spiralés, comme tout ce que nous trouvons dans la nature, de l'escargot à la fleur de tournesol.

Ces sons vont pénétrer les différentes couches du corps humain jusqu'à la cellule, qui aura retrouvé le mouvement de son origine, la spirale. Un bébé avant de naître effectue des spirales pour sortir du ventre de sa mère. Le processus de guérison peut alors commencer. Il sera alimenté par les différentes tonalités sonores créées par l'alliage des métaux précieux, comme l'or, l'argent, le cuivre ou le cristal de quartz, créées également par la grosseur, la grandeur et la forme du bol.



Le son thérapeutique est une alternative de soutien et de confort aux personnes dont la douleur physique est devenue un quotidien. Des résultats ont été démontrés dans des problèmes liés au système nerveux. Des travaux ont été effectués pour améliorer la vie des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Le son thérapeutique délie, dénoue, apaise. Son mouvement favorise un processus de libération dans lequel le corps peut s'autoriser à s'engager sans que le mental mette des barrières. Et naître à nouveau, n'est-ce pas accepter que nous sommes le plus bel instrument sonore que l'univers ait créé ?

*Gwendoline De Wolffs, praticienne en sons thérapeutiques et sacrés.
Certifiée O.E.C. (www.openearcenter.com)*

Pour faire un pas plus loin... :

Le livre du Docteur Mitchell L. Gaynor, M.D. «Sons de Guérison» aux Editions de l'Aigle.