

## Enveloppement sonore

Approche particulièrement indiquée en individuel, en collectif, en Ehpad, auprès du patient hospitalisé et de ses proches...

Création d'un univers sonore en fonction du groupe en utilisant la vibration de vrais instruments. Se mettre au contact du socle de chacun pour aller le rencontrer



sans le mot, et permettre un passage dans un espace différent de conscience en soi. Les vibrations sonores ne s'arrêtent pas sur notre peau, mais au contraire le traversent et le baignent entièrement. Cette approche dépasse la simple relaxation : le son a cette capacité de traverser ou contourner une tension interne et de l'alléger, de stimuler une émotion... Par le son et la vibration, on crée un environnement qui contient et nourrit.

La multitude de fréquences présentes dans les sons, en fait un véritable trésor et donc un « outil polyglotte » pour notre corps. Se mettre en présence de l'autre et venir lui proposer un son spécifique qui viendra le toucher, l'englober. Source de relaxation, d'émotion,... Cette rencontre empathique pourrait nous conduire sur des chemins inexplorés... Bon Voyage.

***Il s'agit d'une enveloppe sonore et vibratoire qui naît de l'interaction des personnes présentes et qui évoluera en fonction de la rencontre intérieure avec chacun.***

### Témoignages

« ...Au début, j'ai beaucoup senti les bienfaits des sons sur le corps, à l'intérieur, des ouvertures...comme un soin énergétique... puis je me suis envolée pour traverser des contrées lointaines...où je voyais, entendais la nature s'exprimer...jusqu'à arriver au milieu d'un grand feu de camp où un groupe de touaregs était assis autour... après ... je ne me souviens plus...j'ai dû m'endormir, juste la sensation de planer dans le bien être...

Quelle belle et singulière expérience !...qui me donne très envie d'aller plus loin... » (Émilie)

« J'ai eu la chance de participer à un développement sonore avec Eric et j'en garde un super souvenir de bien être et de relaxation. Un voyage dans son subconscient. On en sort dans un état de bien être et une envie de partage. Je conseille cette expérience qui permet le lâcher prise. » (Étienne)

« L'enveloppement musical est un moment privilégié. Il permet de se "poser" de s'évader en laissant libre court à son imagination (clapotis, chants d'oiseaux, bruit du vent...) grâce aux différents instruments de musique. Merveilleux voyage dans la nature » (Anna)

« J'ai eu la joie de vivre une séance d'enveloppement sonore avec Eric. Ça a été un moment magique, hors du temps. J'ai réussi à déconnecter de mon quotidien. Mon esprit a traversé des forêts et des océans. Ce soin m'a apporté un véritable sentiment de bien être auquel je peux me reconnecter lorsque je me remémore ce moment. »(Aurélié)

« il est étonnant de ressentir rapidement les bienfaits d'une séance sur mes symptômes du moment comme l'anxiété. Encore plus étonnant de se rendre compte que ces bénéfiques perdurent et m'accompagnent jusque dans ma nuit habituellement si agitée. Très belle découverte. (Sylvie : patiente en unité de Soins Palliatifs)