

" L'apparition et la maîtrise consciente de la posture d'écoute enclenche le calme souhaité pour que s'ouvre l'oreille du cœur".

A. Tomatis

La Méthode Tomatis permet d'optimiser notre potentiel :

- **Potentiel intellectuel** en combattant fatigue et stress.

La Méthode Tomatis en aidant la recharge corticale et en diminuant les tensions, favorise une vie plus harmonieuse. En retrouvant un meilleur sommeil, l'appétit et le goût de vivre, on améliorera la communication avec son environnement, la concentration, la mémoire et la confiance en soi. Le cerveau a également tendance à se protéger progressivement lorsque l'environnement externe l'agresse. Ce peut être le cas de personnes confrontées à une réorganisation du rythme de vie, à l'accroissement de responsabilités, à la perte de repères, à la pression sociale. En effet, les sons riches en harmoniques aigus, ont pour effet de stimuler un vaste réseau nerveux qui contrôle le niveau d'activité globale de l'activité cérébrale. Cette partie du cerveau est fortement impliquée dans les mécanismes d'éveil, de vigilance et d'attention soutenue. Ils jouent un rôle considérable dans l'augmentation du niveau d'activité de notre cortex cérébrale, participant à l'efficacité d'un nombre important de processus impliqués dans la mémoire, la concentration et l'apprentissage.

- **Potentiel physique**

L'oreille n'est pas seulement faite pour entendre. Elle est également un organe de tonification et d'équilibre corporel.

Le vestibule qui fait partie de l'oreille interne contrôle tous les muscles du corps et assure l'équilibre. Une gymnastique appropriée grâce à l'Oreille Électronique apporte du tonus à l'oreille moyenne permettant ainsi à l'oreille interne d'accomplir sa fonction de recharge corticale. Il y a ainsi rétablissement de l'équilibre corporel et psychique.

La confiance en soi augmente et l'angoisse disparaît, deux facteurs indispensables pour l'amélioration des performances.

Les individus qui bénéficient de séances sous Oreille Électronique: les tensions s'apaisent car le sujet a changé dans son comportement.

Ainsi, comme les sportifs de haut niveau, grâce à une meilleure maîtrise de notre corps, nous pourrons affronter les épreuves de la vie.