

## **Le développement personnel, adulte et toute âge...**

Améliorer son écoute, c'est aussi améliorer l'écoute de soi et de ses besoins. La Méthode Tomatis vis la transformation de soi et à la valorisation de ses talents et ses potentiels. Donnez un nouveau sens à votre vie car une bonne écoute est une source d'énergie réelle, elle est nécessaire pour alimenter la pensée, la réflexion et la créativité. L'oreille est également un organe de tonification et d'équilibre corporelle...

Vous êtes dans une période de votre vie ou vous sentez le besoin de faire le point sur qui vous êtes et quelle direction de vie vous prenez. Vous ressentez le besoin de prendre du temps pour vous et de mieux vous connaître ?

Avec la Méthode Tomatis et dans notre approche humaniste le but est de vous aider à retrouver en vous la force de vie au niveau psychique, mental, corporel et spirituel. Car l'oreille est le plus important canal de passage des messages sensoriels du corps humain. Cette stimulation peut être déficiente lorsque le cerveau déclenche un mécanisme de protection. Ce mécanisme peut se produire à la suite d'un évènement ponctuel traumatisant appelé choc émotionnel...

## **Les Seniors**

L'être qui vieillit a besoin d'être constamment régénéré par de multiples stimulations pour continuer à faire fonctionner les milliards de cellules qui peuplent son cerveau.

Il est important de vivre ce passage très positivement pour une retraite heureuse. Pour cela, il faut s'entretenir pour conserver ses moyens physiques et psychiques. Sur un plan physique, on conçoit très facilement l'importance de marcher, courir, nager pour entretenir ses muscles mais peu de gens réalisent qu'il est aussi important, sinon plus, de réveiller son cerveau, la mémoire, la créativité. Il faut stimuler la fonction d'écoute pour redynamiser, donner l'envie, d'apprendre et à s'ouvrir aux autres.

La stimulation s'accompagnant toujours d'un accroissement de la créativité, les seniors en suivant des session Tomatis accéderont plus facilement à la musique, au dessin et à toute forme d'art, pour un meilleur épanouissement personnel.

Il est donc essentiel de faire travailler son oreille et son cerveau en permanence si l'on veut conserver cette attention, cette vigilance et retenir tout ce qui se passe et se dit autour de nous. Une oreille qui ne fait plus d'effort pour écouter va perdre ses fonctions. Car c'est l'oreille moyenne qui permet l'accommodation. Quand sa musculature s'affaisse la personne n'écoute plus. Avec une bonne rééducation, le sujet se prend à réécouter, à entendre, il redevient dynamique, il a envie de parler, il se redresse et son temps de sommeil diminue. Pourquoi ? Parce que son oreille reprend sa fonction de charge cérébrale. Elle vous donne une nouvelle énergie pour : mobilisez vos intérêts, retrouvez la motivation et osez réalisez vos passions.

Une telle démarche, en améliorant l'état général de la dynamique cérébrale permet ainsi à toute personne fatigable ou déprimée de retrouver de façon durable son plein potentiel de fonctionnement.