

**Faculté Libre de Médecines Naturelles et d'Ethnomédecine**

**Chaire de Naturopathie**

**L'homme Holistique**

**Les Sons au service de la guérison**



**Sophie BOGARD**  
**Année 2009 - 2012**

**« La guérison au moyen du son sera l'un des premiers moyens de guérison vers la fin du XXIème siècle. »**

**Alice A.Bailey - Le Tibétain.**

**« Jouis de la musique,  
c'est la formation de l'harmonie intérieure »  
Confucius**

## Sommaire

Introduction	page 4
1 <sup>ère</sup> partie - Les sons à travers l’histoire	page 5
2 <sup>ème</sup> partie -Applications thérapeutiques	page 15
Conclusion	page 29
Table d’illustrations	page 31
Bibliographie	page 32
Remerciements	page 33

# Introduction

La naturothérapie issu du mot grec « natur » voulant dire nature et du mot « therapia » dérivé du mot « therapivo » (servir, prendre soin et par extension soigner, traiter), veut exprimer l'idée de soigner ou traiter par et grâce à la nature.

Elle a à sa disposition un ensemble de techniques pour ramener le consultant à la guérison et au bien être. Le naturothérapeute est donc amené à soutenir la nature dans sa volonté et sa capacité à guérir en stimulant la force vitale de l'homme.

La nature, vaste terme, englobant tout, c'est-à-dire l'homme lui-même et ce qui l'entoure, le soutient, le forme, l'éduque et le guérit au quotidien de manière consciente ou inconsciente. C'est une véritable alchimie d'échanges qui rythme la vie des hommes et de tout l'univers. L'homme fait partie intégrante de cette nature, de ce grand tout, formant un ensemble cohérent d'interconnexions permanentes comme l'a évoqué et précisé F. Capra<sup>1</sup> à travers la théorie du Bootstrap dans son livre « Le Tao de la Physique ».

Tout est vibration, tout est énergie. L'univers serait constamment en état de mouvement vibratoire. Les scientifiques en ont établi l'existence par l'explication d'une tendance naturelle à l'harmonie, connue sous le nom de « synchronisation ». On peut citer le danois C. Huygens<sup>2</sup> au XVIIème siècle et son expérience des 2 horloges grâce à laquelle il mit en exergue le phénomène de résonance vibratoire.

Le naturothérapeute, fort de sa connaissance des différentes techniques à sa disposition, les met en jeu au cours des 3 phases essentielles que constituent la désintoxication, la revitalisation et la stabilisation afin que le consultant renoue avec lui-même, sa force de guérison et son bien-être.

Parmi les techniques qui sont à sa disposition, existe la musicothérapie, terme générique qui semble n'englober « que » la musique alors que le sujet paraît bien plus vaste.

Compte tenu que tout est vibration et que toute vibration émet un son, audible ou pas à notre oreille physique, nous parlerons de thérapies par les sons englobant les sons, la voix, la respiration et la musique.

Rudolf Steiner<sup>3</sup> comparait « la maladie à un piano désaccordé » et disait qu'il « apparaît intéressant d'aborder le bien-être et la santé de l'homme de manière holistique en y intégrant l'importance des sons dans notre vie et dans le processus de guérison ».

Alors quelle place les sons ont-ils occupée dans l'histoire de l'humanité, comment les choses ont-elles évolué jusqu'à ce jour en matière d'applications thérapeutiques et surtout que peut-on espérer de l'utilisation des sons à l'avenir pour corroborer aux dires du Dr Mitchell<sup>4</sup> qui déclare: « je crois même que le son devrait faire partie du bagage médical de tout thérapeute, qu'il soit médecin allopathe classique ou guérisseur issu d'une lointaine culture ».

---

<sup>1</sup> Fritjof Capra - physicien américain

<sup>2</sup> Christian Huygens (1629-1695)- mathématicien, astronome néerlandais

<sup>3</sup> Rudolf Steiner (1861-1925) - philosophe, occultiste- Fondateur de l'anthroposophie.

<sup>4</sup> Dr Mitchell L. Gaynor - oncologue américain

## 1<sup>ère</sup> partie - Les sons à travers l'histoire

« Au commencement était le son...le souffle...le verbe...la lumière »

Chants, battements de mains, choc de pierres ou de morceaux de bois...les sons ont toujours existé. Résultat de l'air en vibration, ils sont présents depuis l'origine du monde - big-bang... Tout est son car tout est vibration comme l'évoque si bien les Egyptiens à travers la 3<sup>ème</sup> loi du Kybalion « tout est vibration, rien est inerte, tout vibre ».

La mise en rythme des sons, la musique, a de tout temps été considérée comme une véritable invention des Dieux, « l'expression des puissances supérieures ». D'ailleurs, il y a 5 siècles, Johannes Tinctoris<sup>5</sup> nous disait que « l'objet de la musique est de charmer Dieu, de mettre en fuite le diable, de guérir les malades et de provoquer l'amour ».

La première musique divine qui nous berce n'est elle pas celle de la respiration de notre mère lors de notre développement intra-utérin. La respiration, « musique » permanente qui constitue l'aspect le plus fondamental de la vie.

L'utilisation des sons dans le domaine de la médecine et du sacré remonte à plusieurs millénaires avant J.C et on en trouve la trace dans toutes les sociétés ainsi que dans toutes les traditions spirituelles et mystiques. Pour J. Chailley<sup>6</sup>, « la musique est un fait universel et commun à toutes les cultures si primitives soient-elles... ».

### A/ Les sons au service de la magie curative.

« Les recherches des voies qui conduisent à la santé et au bonheur remontent à la nuit des temps ».

Dès le début, l'homme s'est organisé en tribus, en clans, en sociétés pour préserver sa survie, contribuer au développement de chacun et se défendre contre les contingences, souffrances et obstacles de l'existence. La médecine, ou art de guérir, s'est tout naturellement greffée et développée au sein de ces organisations comme faisant partie intégrante de la vie de l'homme et de son développement.

Les sons et la musique sont intimement liés à la parole, au verbe, donc à l'échange entre les hommes eux-mêmes et les Dieux. Quoi de plus naturel que d'allier la musique et l'art de guérir dans une démarche de soin puisque l'homme est lié à la nature qui l'entoure.

La médecine primitive présente un caractère magique. Magie issue du mot « magueria », du chaldéen « maghdim » signifiant « primitive et irrationnelle ». Le monde appartient alors aux bons et aux mauvais esprits, aux démons et aux dieux. La cause des maladies est alors unique et se manifeste de différentes manières.

Les hommes recherchent, alors l'harmonie auprès de la nature et « expliquent tout fait en fonction de ses croyances à des forces extraordinaires ». En effet, quand ils violent les usages tribaux traditionnels et sacrés, ils se retrouvent confrontés aux forces maléfiques et aux maladies qui constituent les conséquences de leurs actes.

Pour l'homme primitif, tout a valeur de symbole par une relation mystique intrinsèque avec laquelle il doit composer pour y puiser des forces.

---

<sup>5</sup> (1435-1511) compositeur, musicien et théoricien de l'école franco-allemande

<sup>6</sup> Jacques Chailley (1910-1999) - grande figure musicale de l'après guerre.

A travers cette médecine il utilisera la puissance de la suggestion et par la parole, les sons et différents remèdes (plantes, saignées, jeûne...), il sollicitera la nature afin de recouvrir la santé ou obtenir des informations importantes à sa survie .

Une des lois essentielles de la magie utilisée alors, est celle du mimétisme, une action exercée « sur le semblable par le semblable », par un effet de résonance, un des éléments essentiels de la doctrine hippocratique (« similia similibus curantur »), dont l'homéopathie en est une résurgence aujourd'hui.

La voix elle-même possède des effets vibratoires et psychologiques dont l'action investit le corps de l'homme lui-même, celui des autres et l'univers tout entier. Les « médecins » primitifs étaient très attentifs au timbre de la voix, son primordial et quotidien, qui témoignait, selon eux, de l'état de santé. Ils lui reconnaissaient un « grand pouvoir mystérieux ». N'évoque-t-on pas la voix céleste ?

Les sorciers guérisseurs d'hier et d'aujourd'hui utilisent la danse, les chants magiques et les remèdes dans un duel contre les forces du mal et finissent par un chant de victoire pour clôturer la cérémonie de guérison. Le chant et l'émission des sons furent à l'origine les seuls remèdes susceptibles d'endormir la douleur, et la médecine primitive consistait essentiellement à la pratique d'une magie incantatoire. On a donc utilisé la musique en tout premier lieu pour son caractère magique à qui l'on demandait, par l'incantation (invitation par le chant), des résultats physiques. La médecine primitive savait utiliser les instincts et les pulsions humaines dans une perspective inconsciente. Aujourd'hui encore, dans de nombreuses contrées reculées de l'Afrique et d'ailleurs, le guérisseur est un personnage central des tribus à qui l'on fait souvent appel en premier ressort. Les prières et la musique l'accompagnent pour le soutenir dans une démarche de guérison.

L'importance du verbe mis en action par les sons était fondamentale afin d'y puiser toutes les vibrations créatrices et donc guérisseuses des maux physiques et/ou psychologiques. La médecine primitive savait utiliser les instincts et les pulsions humaines avec une perspective inconsciente, ce que la psychologie moderne réhabilite aujourd'hui.

## **B/ Cultures et traditions antiques**

Au sein de la grande civilisation Egyptienne, on commence à entrevoir les progrès considérables qui seront faits en matière de connaissance du corps humain. Mais selon Pline<sup>7</sup>, le médecin égyptien est encore prêtre- médecin et les chants incantatoires y ont une grande place, d'ailleurs, l'incantation magique est utilisée pour calmer les douleurs (Papyrus de Lourdes).

Un auteur médical du temps de Ramsès 1<sup>er</sup> ajoutera « les incantations sont excellentes pour les remèdes et les remèdes sont très adaptés aux incantations ». On constate encore une fois la convergence des 2 pôles que constituent l'art de soigner et l'art du son, moyen d'expression intervenant dans le processus de guérison. J.F Champollion<sup>8</sup> révélera l'existence du « Mâ-Khrôou - celui qui créé par la voix » des égyptiens, terme de magie de grande importance car pour eux chanter c'est recréer l'harmonie intérieure et combler le vide de l'âme.

C'est ainsi que les égyptiens avançaient dans la connaissance du corps humain et pratiquent alors différentes interventions, mais les rites et les cérémonies sont toujours très puissants.

---

<sup>7</sup> Pline l'Ancien (23-79 ) Histoire Naturelle en 27 volumes

<sup>8</sup> Egyptologue français (1790-1832), déchiffreur des hiéroglyphes.

Les Grecs bénéficieront largement de cette culture qui parviendra jusqu'à nous par leur intermédiaire. Le principe de « la nature grande médiatrice » nous a été légué par Hippocrate<sup>9</sup> qui a enseigné comment nous pouvons nous en servir et « éviter de contrecarrer son action », notamment grâce à la musique.

C'est à Pythagore<sup>10</sup> que revient le mérite d'avoir instauré pour la première fois l'utilisation de la musique comme technique de guérison. Il semblerait que c'est en écoutant des forgerons travailler qu'il décida d'étudier la musique (très liée aux nombres) d'un peu plus près, notamment en se servant de sa lyre. Il serait le premier à s'être servi de la musique à des fins thérapeutiques.

Jamblique, auteur du 4<sup>ème</sup> siècle, affirme à ce sujet :

« Pythagore considérait que la musique contribuait grandement à la santé ....Il appelait sa méthode « médecine musicale ». Il utilisait la musique à des fins thérapeutiques, certaines mélodies étant composées dans le but de soigner les passions, et d'autres la lassitude ou les angoisses. En outre, il existait des mélodies pour combattre la colère, l'agressivité et les troubles d'ordres psychiques ».

Les Grecs feront intervenir la musique et les sons dans toutes leurs relations avec leurs Dieux, symbolisant alors le lien qui existe entre les hommes et l'invisible, véritable communication intuitive et magique dotée d'une grande puissance. Les mélodies (chants) portaient un nom différent en fonction des attributs du Dieu en question. A Epidaure, fameux lieu dédié à la santé, on trouve de nombreuses traces de ces chants consacrés aux Dieux de la guérison (Esculape, Apollon, Panacée...) qui sont vénérés, adorés et que l'on invoque pour la guérison et le bien. Il est d'ailleurs intéressant de constater que l'ancien serment d'Hippocrate prononcé par l'élève à l'entrée en médecine commençait par « Je jure par Apollon le guérisseur, par Esculape, par Hygiène et Panacée... » tous les 4 étant les Dieux de la santé - petit clin d'œil à cette magie incantatoire et à la puissance de vibration qui interfère dans l'univers...Esculape devint pour les Grecs, ce que Imhotep avait été pour les Egyptiens, le Dieu de la médecine, excellent praticien dont la thérapeutique associait « la parole, les simples et le couteau » tout en enveloppant le malade de chants très doux.

Il existait déjà, à l'époque, des « musicothérapeutes » qui influençaient l'humeur et les humeurs en utilisant différents instruments. Patrick L'Echevin<sup>11</sup>, dans son ouvrage « Musique et médecine », nous dit que « selon le mal, ils choisissaient l'aulos au jeu extatique et émouvant ou celui doux et harmonieux de la lyre ».

Les grecs attribuaient toutes sortes de vertus à la musique et en ont même fait, par l'intermédiaire de Platon<sup>12</sup> et Aristote<sup>13</sup>, une véritable question d'Etat. Platon proposait l'Egypte comme modèle. Il voulait que fussent fixés par des lois les chants qui sont absolument beaux et que ceux-là seuls fussent appris par la jeunesse.

Platon aimait évoquer le pouvoir curatif des sons et des chants, notamment lorsqu'il parlait des sages femmes qui allègent les douleurs par « leurs mélodies » et il affirmait « que les recettes médicinales sont inefficaces sans le chant » (Le Théétète).

Pour lui, l'art musical est organisé autour de 5 pôles<sup>14</sup> :

- Le monde est constitué selon les principes musicaux
- La musique possède une vertu incantatoire au nom de laquelle elle agit sur la partie irrationnelle de l'âme

---

<sup>9</sup> Médecin et philosophe grec ( 460-370 av J.C)

<sup>10</sup> Philosophe, mathématicien et scientifique présocratique (580-495 av J.C)

<sup>11</sup> Médecin décédé en 2010

<sup>12</sup> Philosophe grec (424-347 av J.C)

<sup>13</sup> Philosophe grec ( 384-322 av J.C)

<sup>14</sup> « Musique et médecine » - P. L'Echevin

- La vie entière de l'homme est considérée par l'harmonie et le rythme
- Une éducation musicale convenable peut assurer la formation du caractère
- La philosophie est l'expression la plus haute de la musique

Si il est un pays où la musique est l'essence même de la vie, c'est bien la Chine qui avait répertorié une centaine de sortes de musicothérapies 5 siècles avant J.C.

D'après François Picard, ethnomusicologue, « la substance de la musique réside pour les chinois dans le son...elle équivaut à une résonance, réponse spontanée mise en mouvement de l'air, des souffles...elle est aussi le lien établissant l'harmonie de l'homme entre le ciel et la terre ». Les anciens sages avaient découvert que chaque organe de notre corps avait son propre rythme et par conséquent vibrait à un son qui lui est propre. A ces différents organes correspondaient les 6 sons suivants : chui, hu, xi, ke, xu et xia. Plus tard la théorie des 5 éléments fit son apparition et le tout fût relié aux saisons et à l'aspect yin et yang de toute l'existence.

On retrouve aussi l'origine divine de la musique dans la pratique thérapeutique indienne basée sur les Vedas, textes sacrés ou livres de la sagesse révélée.

Bientôt, tout s'articulera autour des 7 sons primordiaux reliés aux 7 chakras (centres d'énergie) auxquels correspondent ces sons et, par l'intermédiaire de mantras « instruments de l'esprit », l'homme se retrouve, alors, en lien direct avec les sons primordiaux de l'Univers, partout présents dans la nature, afin de renouer avec son essence divine. Ces sons sont ceux du vent, du feu qui crépite, de l'eau qui coule, des vagues de l'océan et tous les autres sons qui constituent notre nature intrinsèque.

Le Dr Deepak Chopra<sup>15</sup> insiste sur l'importance des sons en affirmant que « les anciens sages entendaient les vibrations de l'Univers lorsqu'ils étaient en méditation profonde. Ce nombre 7 emprunt d'une forte implication dans toutes les cultures du monde est déjà présent avec Hermès à qui l'on prête l'invention de la lyre, instrument de musique à 7 cordes représentant les 7 sons primordiaux mais aussi les 7 planètes principales qu'évoque J. Kepler<sup>16</sup> en disant que « chaque corps céleste possède une note fondamentale, ainsi qu'un accord orbital spécifique, dont l'ensemble traduit l'harmonie de l'univers ».

Ce 7 qui renvoie à la sagesse, nous incite sans doute à nous accorder aux sons primordiaux afin de nous synchroniser un peu mieux avec l'univers !

La tradition Hindoue trouve ses origines dans le Rig veda (recueil datant de 3000 ans avant J.C) qui stipule que « le chant est une médecine sacrée, un moyen de calmer l'esprit et les sens afin d'accéder à un éveil spirituel plus profond ».

Ces sons, grâce aux mantras, permettent d'avoir accès, par l'harmonisation qu'ils suscitent, à différents niveaux de conscience reliant l'homme à son être intérieur. Ils avaient bien compris que l'univers est « un océan de vibrations », source de toutes manifestations.

Par les sons, il s'agit de se connecter à l'énergie fondamentale, au 1, le tout, auquel le 7 nous renvoie (7 = 1) afin de faire vibrer les bonnes « cordes » et ainsi renouer avec les fréquences originelles du corps et de l'esprit.

Les chamanes présents aux 4 coins du monde, étaient et sont encore, de grands utilisateurs de rituels thérapeutiques basés sur les sons. Ils utilisaient les battements constants et répétitifs des tambours pour entrer en transe avec leurs patients, et accéder à des états modifiés de conscience, afin de permettre aux malades de vivre un voyage mental conduisant à recouvrer la santé. Andrew Neher, ethnomusicologue, étudia les effets du tambour chamannique sur le système nerveux et a découvert que les rythmes réguliers modifient l'activité de plusieurs fonctions motrices et sensorielles du cerveau, ceci explique cela ...

---

<sup>15</sup> Endocrinologue américain d'origine indienne

<sup>16</sup> Johannes Kepler, astronome allemand (1571-1630)



Le passage d'un état de conscience à un autre pendant une transe chamanique est également facilité par les chants chamaniques, constitués bien souvent de mélodies à rythme répétitifs engendrant sur le cerveau les mêmes effets que les respirations profondes des yogis.

Pour les kabbalistes, l'homme présente en lui la constitution exacte de l'univers, « un corps de vie et de volonté ». Ils affirment que les sons peuvent nous permettre d'atteindre de hauts niveaux de béatitude quand, comme le disait Pythagore, on les utilise à bon escient, et qu'ils affectent chacun de nos organes de manière spécifique.

La tradition kabbalistique témoigne du lien qui existe entre l'origine du cosmos et les interconnexions qui lient l'univers dans une divine harmonie. D'ailleurs, dans le Livre de la Clarté ( Le Sefer ha Bahir) on relate que « les mystères de l'univers furent révélés par 7 voix, chacune censée incarner la toute puissance des vastes symétries invisibles du cosmos ». On retrouve de nouveau ce nombre 7, présent dans toutes les civilisations du monde : nombre sacré des Anciens, symbole de l'univers créé, comme un écho aux 7 années qui marquent le renouvellement des cellules du corps humain ou aux 7 principaux chakras (roues énergétiques) censés harmoniser nos différents corps, mais aussi aux 7 jours de la semaine, aux 7 merveilles du monde, aux 7 couleurs de l'arc en ciel et bien sûr aux 7 notes de musique ... Pure coïncidence ou véritable message alchimique prouvant les liens qui unissent le monde manifesté et le non manifesté ?

Abraham Aboulafia ( XIII s), un des kabbalistes les plus influents de son temps en matière d'utilisation des sons dans les pratiques méditatives, avait mis au point des techniques performantes à partir des sons. En effet, il avait mis alors en exergue la manière dont certains sons et certains accords devaient être chantés afin d'harmoniser l'ETRE, ceci en les associant à des postures corporelles semblables à celles du Hatha Yoga (yoga postural).

Le « Zohar » (livre de la Splendeur) aussi illustre bien l'existence de pratiques autour des sons chez les Rois David et Salomon, alors capables d'entendre « la musique des sphères » et de s'en inspirer pour créer les Cantiques, Poèmes et Psaumes qui « constituent l'un des chapitres importants de l'œuvre biblique ».<sup>17</sup>

Dans la culture soufiste, on est frappé de constater la grande vénération qui est accordée aux sons, considérant qu'ils affectent le corps et l'esprit dans une « divine harmonie ». Les soufistes ont observé leur état après avoir chanté un son précis et ils ont ainsi pu explorer les fondements de la relation corps-esprit de manière précise. Le son est pour eux « ghiza-i-ruh », nourriture de l'âme, un lien subtil qui relie l'homme à sa source en apaisant son âme.

« Si nous nous sentons transformés intérieurement quand nous écoutons de la musique, comment cette métamorphose serait-elle possible si le rythme et l'harmonie n'avaient pas d'affinité avec les états et les mouvements de notre corps ? »

Aristote (384-322 av. JC)

## **C/ Moyen Age et Renaissance**

C'est à Alexandrie que la médecine grecque atteint son apogée avant de commencer à s'infiltrer à Rome. C'est là que l'on retrouve Pline, Celse et Apulée qui recommandaient « l'usage des chants dans l'art de guérir », ainsi que Galien « Prince de la Médecine »<sup>18</sup> qui contribua grandement à l'évolution de la médecine grâce à ses travaux qui restèrent en usage jusqu'au milieu du Moyen Age.

---

<sup>17</sup> La Magie des 151 Psaumes de David - Gérald le Gwen

<sup>18</sup> Claude Galien - (131-201) - Un des fondateurs de la médecine et de la pharmacie

Quand les arabes entrèrent à Alexandrie, ils découvrirent les trésors de la grande bibliothèque, dont les œuvres, enrichies par leur grande culture excitèrent leur curiosité. Un des grands esprits qui illustrent bien cette civilisation est Avicenne <sup>19</sup>, Prince de la science et Maître véritable, dont le livre le plus illustre fut « Le Canon » (Al Qanun) dans lequel il compare les pulsations cardiaques aux diverses proportions musicales.

Dans toutes les grandes civilisations apparurent de grands centres initiatiques et des académies aux enseignements larges et mystérieux. En Irak, par exemple, naquit au X<sup>ème</sup> siècle la confrérie des Frères de la Pureté<sup>20</sup> pour laquelle la musique était considérée « comme la discipline dont la connaissance mène à la perception de l'harmonie universelle et qui exerce une influence éthique et thérapeutique ».

Le riche héritage des arabes fut récupéré par les chrétiens et les juifs, tout en préservant dans un premier temps l'idée que la maladie était l'équivalent d'une sorte de péché avec comme conséquence la souffrance, le traitement étant le seul retour en grâce. Dans le même temps, d'autres peuples, sans contact avec l'église romaine, avaient eux aussi recours aux pratiques magiques incluant la musique dans leurs pratiques thérapeutiques. On peut citer le peuple germanique ou les tribus des steppes russes avec leurs « Volkhava » - hommes loups, qui utilisaient largement les plantes et des chants incantatoires similaires aux guérisseurs de l'époque primitive.

Bientôt les moines deviennent les grands dépositaires des manuscrits relatant la science, l'enseignement, l'art, la médecine et la musique. S'organise alors des confréries, de nombreuses corporations à l'esprit d'entraide et de charité. L'influence des druides, par leur profonde sagesse et leur connaissance médicale, est alors immense auprès des moines qui dès lors vont étudier les plantes sacrées et approfondir leurs connaissances des sons.

A cette époque (600-1000) on peut évoquer l'influence du monastère de Saint Gall (Suisse) dans lequel vécut Notker Balbulus<sup>21</sup>, à l'esprit vif, qui contribua largement à la mise en lumière du lien qui unit la musique et la médecine. Il travailla beaucoup sur les plantes médicinales et le trope<sup>22</sup>. Aujourd'hui on parle des séquences de Notker (nom prédestiné « note cœur »), qui furent considérées d'inspiration divine au service du corps et de l'âme. On a même attribué à ses compositions des pouvoirs bénéfiques ou maléfiques ... l'une d'elles fut même interdite en 1316 par le Concile de Cologne.

Au milieu du Moyen Age, il y a redistribution de la science et de la sagesse de l'Orient vers l'Occident et la médecine passe des mains des moines à celles des laïcs. Naissent alors les premières écoles de médecine à Salerne (900) et Montpellier (1289), dans laquelle Arnaud de Villeneuve<sup>23</sup>, pour qui « l'homme est un microcosme fait à l'image du macrocosme et soumis aux mêmes lois », a exercé une grande influence. On retrouve chez lui la symbolique des nombres et la notion de « symphonie universelle », héritée des arabes, dont il se servit pour exprimer l'idée que « lorsque un des organes est malade l'autre l'est aussi ».

De Beldemandis<sup>24</sup> et Rabelais<sup>25</sup> illustrent bien la transition qui s'opère à la Renaissance qui verra naître en son sein de nombreux thérapeutes-compositeurs, et ainsi se resserrer les liens entre la musique et la médecine, non plus par des idées mais par des actes concrets.

---

<sup>19</sup> Abu Ali Al Husayn Ibn Sina (980-1037)- philosophe- médecin

<sup>20</sup> Ikhwan al Safa - confrérie du Xe s - Epîtres et manuscrits.

<sup>21</sup> Notker le Bègue - (840-912)

<sup>22</sup> amplification d'un chant liturgique

<sup>23</sup> Médecin, alchimiste et théologien (1238-1311) . Considéré comme le plus grand médecin de son siècle.

<sup>24</sup> Savant italien (1380-1428) - Padoue

<sup>25</sup> Prêtre , médecin et écrivain (1483-1553) - Montpellier

A travers l'Italie et ses savants, artistes et sages, l'anatomie, la botanique et la pharmacie connaissent un nouveau souffle. Les médecins de la Renaissance seront de grands hommes qui marqueront le renouveau de l'esprit et de la recherche en alliant la musique, les sons et la médecine. Robert Fludd<sup>26</sup>, grand médecin-musicien, conclua à cette époque que « le cœur était le centre du corps comme le soleil était le centre de l'univers et que la maladie était le résultat d'un déséquilibre profond dont l'origine était aussi bien physique qu'émotionnel ».

En ce XVII<sup>e</sup> siècle, les progrès de l'enseignement de l'anatomie sont très lents, et la dissection reste soumise à « des rites religieux purificateurs à l'aide de musiques au début de l'acte, puis à l'aide d'un concert pour l'apaisement de l'âme »<sup>27</sup>.

## **D/ Siècle des Lumières**

Au XVIII<sup>e</sup> siècle, en France, naquit Félix Savart<sup>28</sup> qui devint un expert dans la science de l'acoustique et signa de nombreux mémoires comme « Mémoire sur la voix humaine » ou « Notes sur la sensibilité de l'organe de l'ouïe » (1830), son nom fut d'ailleurs donné à une unité d'intervalle, le « savart ».

Il contribua ainsi largement à une meilleure approche des sons à travers la thérapie dans une époque qui marque un peu plus l'union qui existe entre l'art et la médecine, qui se retrouvent et s'unissent sur les mêmes thèmes, contribuant ainsi à une époque pléthorique.

C'est dans cet univers influencé par les cercles de sciences secrètes et Claude de St Martin<sup>29</sup> qu'Hahnemann<sup>30</sup> découvre l'homéopathie synthétique et Mesmer<sup>31</sup> le magnétisme animal, qui selon lui est la capacité de tout homme à guérir son prochain grâce à un fluide naturel.

Ce dernier obtint son doctorat de médecine en 1776 grâce à une thèse qui traita de l'influence des planètes sur les phénomènes physiologiques et pathologiques de l'organisme, nous renvoyant indubitablement à la grande harmonie du cosmos qui toujours selon Mesmer, « était impossible à concevoir sans le secours de la musique, ensemble réuni par la théorie des nombres commun aux 2 systèmes - musique et médecine ». On retrouve aussi l'influence de Mesmer dans la chronobiologie, et chez Mozart qui deviendra son grand ami avec qui il s'entretiendra souvent de ses découvertes.

Le XVIII<sup>e</sup> siècle est marqué par Bichat<sup>32</sup>, Broussais<sup>33</sup> en médecine et Beethoven<sup>34</sup> en musique qui selon Wagner<sup>35</sup> a « grâce au privilège de son art eu l'intuition directe des vérités universelles (9<sup>ème</sup> symphonie) ». Une évolution somme toute logique qui conduit à la fin de ce siècle à connaître les travaux de Helmholtz<sup>36</sup> puis de Stumpf<sup>37</sup> qui étudia la notion de psychologie du son en mettant l'accent sur le phénomène sonore vécu par l'individu plutôt que sur l'organe, jetant ainsi les bases de la musicothérapie.

---

<sup>26</sup> Médecin, physicien et mystique anglais (1574-1637)

<sup>27</sup> W.Howard Haggard - « Démons, drogues et docteurs. La médecine contre les superstitions »

<sup>28</sup> Médecin (1791-1841)

<sup>29</sup> dit « Le philosophe inconnu » (1743-1803)

<sup>30</sup> Médecin allemand inventeur de l'homéopathie ( 1755-1843)

<sup>31</sup> Franz Anton Mesmer (1734-1815) médecin inventeur du mesmérisme

<sup>32</sup> Marie F. Xavier Bichat (1771-1802) médecin biologiste et physiologiste

<sup>33</sup> François Broussais (1772-1838) médecin chirurgien

<sup>34</sup> Ludvig van Beethoven (1770-1827) compositeur allemand

<sup>35</sup> Richard Wagner (1813-1883) compositeur allemand

<sup>36</sup> Hermann Ludwig von Helmholtz (1821-1894), scientifique, physiologiste et acousticien allemand

<sup>37</sup> Carl Stumpf (1848-1936) psychologue et philosophe allemand connu pour ses travaux sur la perception auditive et sa théorie sur les émotions

Au milieu du XIX<sup>ème</sup> siècle, la médecine s'éloigne quelque peu de la musique, en isolant l'homme de son milieu, en oubliant les influences de l'environnement et les lois universelles qui unissent l'homme au grand ensemble divin. La musique essaie de résister en inversant le mouvement avec de nombreux médecins qui délaissent alors leur carrière pour se consacrer entièrement à la musique.

Cependant de nombreux témoignages sur l'utilisation de la musique de manière thérapeutique jalonnent cette fin de siècle et le début du XX<sup>ème</sup>, avec notamment en 1901 les travaux du Dr Laborde qui, lors d'une séance à l'Académie de médecine, relate « l'intervention et l'influence des sensations musicales lors des anesthésies opératoires ». Cette étude trouve son point d'ancrage chez un chirurgien dentiste, le Dr Maxime Drossner qui remarqua et étudia les effets de l'anesthésie chez ses patients. Il déposa un brevet d'invention pour un appareil perfectionné alliant l'anesthésie et la diffusion de sons par l'intermédiaire d'un phonographe, ceci afin de supprimer l'excitation nerveuse provoquée par l'anesthésie. Il apparaît donc que les fibres auditives ne sont pas touchées par l'anesthésie et qu'elles continuent à transmettre le son. Nous ne cessons donc jamais d'entendre ! Il étudia beaucoup avec son ami le Dr Moreau, grand amateur de musique, qui avait mis en place des séances hebdomadaires de musique faisant participer le plus grand nombre de ses malades pour leur faire bénéficier de ce qu'il appelait « la douche musicale », convaincu qu'il était, que « l'audition musicale est capable d'exercer une influence efficace sur l'évolution de certaines maladies mentales ».

En 1960, Alfred Tomatis<sup>37</sup>, homme reconnu par l'Académie Française des Sciences et de la médecine pour ses travaux cliniques dans le domaine du son et de l'ouïe, fût invité à se rendre dans un monastère bénédictin du sud de la France dans lequel plusieurs moines souffraient d'une maladie difficile à diagnostiquer, se caractérisant par une fatigue intense. Après les avoir écoutés parler de leurs symptômes, il découvrit ce qui apparaissait en être la cause: les moines avaient abandonné, suite à une directive, la pratique des chants grégoriens auxquels ils s'adonnaient 6 à 8 heures par jour. Tomatis « l'Einstein du son » émit l'hypothèse que ces chants étaient « une source d'énergie éveillant le champ de leur conscience », il préconisa alors que les moines reprirent ce rituel ce qui eu pour conséquence de les voir se rétablir en quelques jours.

La musicothérapie à proprement parlé, en tant que discipline scientifique, ne s'est réellement imposée que dans les années 60. Carl Jung<sup>38</sup>, pionnier de la psychanalyse découvrit le pouvoir curatif de la musique en 1956, grâce à une rencontre avec Margaret Tilly<sup>39</sup> musicothérapeute. Au cours d'une de ses visites, Jung lui dit ne plus écouter les grands musiciens, déclarant « la musique m'agace et m'épuise ». Mme Tilly en fût surprise et lui demanda pourquoi il en était ainsi. Jung de répondre que « la musique contient des archétypes très profonds et ceux qui en jouent n'en n'ont pas conscience ».

Néanmoins, Jung était curieux d'en savoir un peu plus sur ses activités de musicothérapeute et lui demanda de le traiter comme un patient et de jouer. Enormément surpris et enjoué, Jung en conclut que cela ouvrait de nouvelles voies de recherches et déclara « je pense désormais que la musique devrait faire partie de toute analyse, qu'elle en est même une dimension essentielle ».

Il est fort étonnant de constater que Jung, malgré sa grande culture des religions et rites orientaux, ait pu passer « à côté » de la dimension sonore des bols tibétains, ting-sha ou mantras comme support de guérison.

---

<sup>37</sup> Alfred Tomatis (1920-2001) a été médecin et oto-rhino-laryngologiste

<sup>38</sup> Carl Gustav Jung (1875-1961) médecin, psychiatre et psychologue

<sup>39</sup> Célèbre musicienne et musicothérapeute

Pour Edith Lecourt<sup>40</sup>, les recherches effectuées en musicothérapie sont fondées principalement sur des exemples historiques et sur l'immense richesse de la musique ainsi que sa « supériorité sur l'expression verbale ».

Et depuis, se développent, dans tous les pays du monde, des centres de recherche en musicothérapie. Dès 1950, les Etats Unis ouvrirent la voie, puis l'Europe occidentale (Autriche, Allemagne, Grande Bretagne) puis une 2<sup>ème</sup> vague en 1965 avec la France, le Danemark, les Pays Bas...

Le comité International de Musicothérapie a tenu son 1<sup>er</sup> congrès à Paris en 1974, source de toutes les promesses et possibilités que les sons ont à offrir au monde.



---

<sup>40</sup> Docteur ès lettres et sciences humaines, psychanalyste, musicienne et musicothérapeute. Université Paris Descartes

**« L'effet physique du son exerce une grande influence sur le corps. Tous les mécanismes du corps sont unis par une énergie vibratoire. Chaque tonalité de la voix et chaque son produit par le patient peut donc devenir une source de guérison, tout comme le serait une note de la même tonalité si cette personne la chantait ».**

**Hazrat Inayat Khan - Maître Soufi**

**Jésus dit : « Ne cherchez pas la Loi dans vos écritures, car la Loi est vie alors que l'écriture est morte. Je vous le dit....Moïse n'a pas reçu de Dieu ses lois par l'écriture, mais par la parole vivante. La Loi est une parole de vie.. »**

**Evangile de la Paix de J.C par le disciple Jean**

**Edmond Székely**

## **2<sup>ème</sup> partie - Applications thérapeutiques**

L'utilisation de la musique et des sons à travers l'histoire a largement été évoquée au chapitre précédent, mais qu'en est-il des effets physiologiques, physiques et métaboliques lors des applications thérapeutiques ? Comment agissent ils, quelles sont les interactions, les interconnexions subtiles qui s'opèrent et permettent d'aider, voir de réaliser la guérison ? Comment les divers sons de la nature ou ceux créés par l'homme peuvent ils influencer notre milieu interne en réalisant une harmonie douce et subtile nous conduisant au bien être ?

Cette union sacrée de l'homme et de son environnement paraît juste et bien réelle au regard de ces sons qui nous renvoient au grand ordre universel duquel nous sommes bien souvent coupés de par notre esprit bien trop analytique (ana-lyse) nous éloignant du « ici et maintenant ».

« Dans toute chose qui a vie se trouve écrite la Loi. Vous la trouverez dans l'herbe, dans l'arbre, dans la rivière, dans la montagne, dans les oiseaux du ciel, dans les poissons des lacs et des mers, mais cherchez la avant tout en vous même ».

### **A/ Le pouvoir de la voix et de la respiration**

Comme le disait R.Steiner, le corps est semblable à un instrument de musique qui, comme lui, se doit d'être bien accordé pour bien fonctionner, car alors, l'énergie vitale circule harmonieusement. Quand il perd son harmonie, on constate des blocages énergétiques conduisant inévitablement à des douleurs, des émotions négatives et des peurs néfastes pour la santé.

Le corps humain, en tant qu'émetteur-récepteur de vibrations, est aux premières loges pour subir les effets néfastes ou bienfaisants des énergies circulantes. L'univers tout entier n'étant qu'énergie, l'homme est baigné dans ces flux vibratoires harmonieux mais s'en éloigne par ses comportements, ses pensées et ses actes qui par résonance lui reviennent sous forme de dissonances diverses. La musique et les sons qui la composent, pures vibrations, permettent à l'homme de se connecter à son être intérieur, à son moi supérieur, symbole de son union au grand tout.

La voix est d'ailleurs l'une des plus fortes et plus belle façon de se connecter à nos émotions profondes, celles qui sont mémorisées dans toutes les cellules de notre corps. Pour les yogis, chaque homme, en tant qu'élément du grand tout, se caractérise par un son fondamental qui forme un intervalle, consonnant ou dissonant, avec chaque son du monde. Les 7 premiers sons de l'échelle des harmoniques sont liés aux 7 chakras qui vibrent et déterminent alors le son de la voix (timbre), les caractéristiques personnelles et lui confèrent sa tonalité.

Anne Givaudan<sup>41</sup> a évoqué ce son, cette note qui paraît accompagner chaque homme à sa naissance, note personnelle qui nous berce tout au long de notre vie, nous permettant de nous relier à la source.

La voix humaine est encore plus puissante que n'importe quel instrument de musique, en ceci qu'elle contient en son sein la conscience. On peut percevoir l'importance de cette force lors de la gestation de l'enfant dans l'utérus de sa mère, les scientifiques ayant découvert que l'oreille du fœtus serait complètement développée dès quatre mois et demi de gestation. Selon le Dr Sabbah, dans la vie embryonnaire, nous repassons par tous les stades de l'existence à travers le développement de 4 feuillets embryonnaires et l'oreille serait liée à l'ectoderme correspondant aux développements des sens et de la vie de relation. Pour Annick de Souzenelle l'audition et la phonation se sépareraient après un mois de vie intra utérine.

L'univers dans lequel l'embryon se développe « est riche en sons de toutes sortes... la voix de la mère s'inscrit dans ce contexte... sous forme de messages codés d'une qualité exceptionnelle ». Il n'y a qu'un pas à faire pour comprendre l'effet que produit la voix de la maman sur son enfant pendant la grossesse et sur celui-ci dès le 2<sup>ème</sup> jour de sa naissance puisqu'il la reconnaît d'entre toutes.

Les effets positifs de l'emploi de la musique lors des accouchements n'est plus à démontrer. Selon plusieurs études, les femmes ayant eu recours à la musique pendant leur accouchement n'ont pas eu besoin d'anesthésie ...car la « stimulation musicale augmente la sécrétion d'endorphines, ce qui diminue le recours aux médicaments...elle contribue à faire oublier la douleur et soulage de l'anxiété » car « ½ heure de musique produit le même effet que le valium » selon le Dr Bahr. De même les prématurés ou nouveaux nés à qui l'on a diffusé des comptines ou des chants sortent plus rapidement d'un service de maternité.

Chacun possède son propre guide intérieur susceptible de lui indiquer les sons qui auront l'influence la plus bénéfique sur son système cardiaque, immunitaire et nerveux tout comme sur les plans émotionnel et spirituel. Pour les Soufis, et notamment Hazrat Inayat Khan<sup>42</sup> le chant est « souffle de vie », le plus puissant de tous les outils utilisés en musicothérapie. D'ailleurs, les anciens chanteurs vocalisaient une seule note durant une demi-heure afin de pouvoir découvrir les effets qu'elle exerçait sur eux. La gorge ( 5<sup>ème</sup> chakra, le Hé, le verbe créateur, relié à la voix et aux oreilles) constitue le pont physique et symbolique entre la tête et le cœur notamment par le biais des 7 cervicales (7 chakras, 7 marches du temple de Salomon) et le chant, en tant que moyen d'expression, est le vecteur de développement des relations entre l'esprit et les émotions. Le chant est un puissant vecteur des émotions. Le simple fait de chanter revitalise complètement le corps éthérique.

« A force de servir de canaux transmetteurs, certains chants et certains sons sont comme chargés d'un potentiel de vie accrue et de vibrations renforcées, qui accroissent leur efficacité d'une façon quasi magique »<sup>43</sup>. Cela confirme la portée des anciennes prières grecques ou latines ainsi que la beauté quasi surnaturelle des chants grégoriens qui structurent l'éthérique, augmentent le potentiel magnétique, revitalisent et ceci bien au-delà du sens religieux comme nous avons pu l'évoquer avec A.tomatis.

La voix humaine est aussi révélatrice des états d'âme, mais aussi de la nature profonde de l'être. Le timbre est en quelque sorte la « physionomie » de la voix. Les sons de la voix sont constitués par des ensembles complexes de vibrations qui forment des ondes. Ces ondes peuvent, d'ailleurs, être représentées graphiquement par des courbes.

---

<sup>41</sup> Anne Givaudan - écrivaine française sur la spiritualité new âge. Conférencière.

<sup>42</sup> Maître soufi (1882-1927) - auteur de nombreux ouvrages sur la mystique soufie des sons et de la voix

<sup>43</sup> Dr Paul Carton (1875-1947) - méthode hippocratique cartonnaise.



Celles qui représentent la voix « parlée » forment un ensemble désordonné de sinusoïdes, celles de la voix « chantée » représentent un rapport numérique simple entre les sinusoïdes élémentaires, constituant selon la loi de Fourier<sup>44</sup> « un multiple entier de la fréquence de la note fondamentale ».

Les vibrations de la voix sont puissantes et se propagent d'autant plus facilement et rapidement dans notre corps car il est composé à 80% d'eau et il est donc un excellent support vibratoire de par son puissant magnétisme. De plus le son se propage 5 fois plus vite dans l'eau que dans l'air.

Les travaux du Dr Masaru Emoto<sup>45</sup> ont d'ailleurs éclairci, voire prouvé la capacité d'intégration d'informations de l'eau en photographiant des cellules d'eau avant et après avoir diffusé de la musique douce et positive ou bien des musiques dures, voire « mortifères ». La cellule d'eau ainsi photographiée est alors complètement différente, sereine et belle après avoir reçu des informations d'amour et des sons harmonieux, ou bien déformée après « l'écoute » de mots de haine ou de musiques violentes. Le résultat est sans appel et confirme bien que l'eau, grâce à sa grande stabilité est capable d'enregistrer, puis de réagir à tout type d'information, ainsi que d'en conserver la mémoire comme ont pu le démontrer les travaux de Jacques Benveniste<sup>46</sup> en 1988. Dès lors, nous commençons à percevoir ce qui se passe dans le corps humain composé essentiellement d'eau, dans le cerveau (85 % d'eau) et dans nos cellules, constituées de près de 99% d'eau. Tout notre corps réagit à l'élan vibrationnel qui lui est envoyé et l'information peut y demeurer.

C'est pourquoi la purification de l'eau du corps par le chant est un doux massage, une opération magique qui provoque des modifications cellulaires : les lymphocytes T se trouvent renforcés, et selon plusieurs études américaines, le processus d'absorption et de libération du calcium est alors régularisé de manière favorable et durable.

Que dire de la tradition orientale, bouddhique ou hindouiste qui, depuis la nuit des temps, a compris le pouvoir de guérison et d'harmonisation de la voix sur le corps humain, notamment par le biais des mantras qui constituent un ensemble de sons continus, répétés, qui libèrent la pensée, le mental, afin d'ouvrir le champ de la conscience à un niveau plus élevé. Chacun des 7 chakras, ou roues énergétiques, est relié à une des 7 notes de musique ainsi qu'à un mantra bien spécifique (cf croquis) qui viennent en résonance avec l'ensemble. Les différents chakras correspondent à des zones bien spécifiques du corps humain, à des organes, à des émotions, à des symboles qui se trouvent vitalisés par les sons, les couleurs ou les mantras qui leur correspondent. Le OM, son primordial sacré incarnant toutes les pulsations de la vie, permet la connexion au courant vibratoire infini que constitue notre univers, et est un support d'élévation de l'âme afin d'atteindre et d'entretenir ce qu'il y a de plus beau, de plus divin, de plus sacré à l'intérieur de nous. Il ouvre la porte vers l'infini, le tout universel pour permettre une unification du corps et de l'esprit, et ainsi harmoniser les vibrations car « tout ce qui est en bas est comme ce qui est en haut, tout ce qui est en haut est comme ce qui est en bas ».

Les travaux d'Ernst Chladni<sup>47</sup>, ont permis de mettre en évidence que « les vibrations sonores pouvaient déplacer la matière » renforçant l'idée du pouvoir des sons sur le corps humain.

---

<sup>44</sup> Joseph Fourier (1768-1830) - mathématicien et physicien français. Fait partie des 72 savants dont le nom est inscrit sur la Tour Eiffel

<sup>45</sup> Dr Masaru Emoto - auteur japonais diplômé en médecine alternative

<sup>46</sup> Jacques Benveniste (1935 - 2004) médecin et immunologiste - travaux sur la mémoire de l'eau.

<sup>47</sup> Ernst Chladni (1756-1827) - physicien allemand, fondateur de l'acoustique moderne

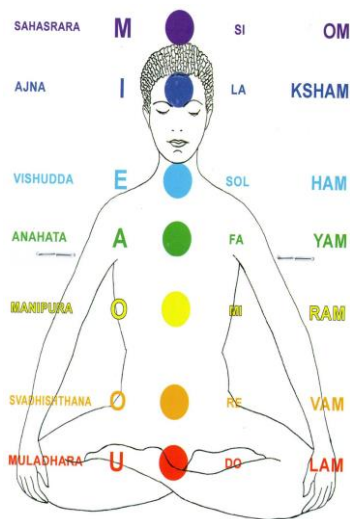


Illustration : Gilles Recardet

(1)

## LES CHAKRAS

<b>Principe Divin</b> Conscience universelle Autorité Le père	VIOLET SI	Cerveau Système nerveux
<b>Spiritualité</b> Conscience individuelle Connaissance de soi	INDIGO LA (influence le système endocrinien)	Hypophyse
<b>Communication</b> Expression de soi-écoute Réalisation des buts	BLEU SOL	Voix - gorge - oreilles cervicales - thyroïdes
<b>Amour inconditionnel</b> Pardon Acceptation Compassion	VERT FA	poumon - respiration cœur - sang système immunitaire
<b>Liberté, lâcher-prise</b> Contrôle - volonté Mental Personnalité	JAUNE MI	Yeux - peau muscles système digestif
<b>Plaisirs</b> Emotions Sexualité	ORANGE RE	appareil de reproduction
<b>Confiance</b> Sécurité La mère	ROUGE DO	système d'élimination squelette dents

*En sanskrit, la langue ancienne et classique de l'Inde, le mot "chakra" signifie "Roue d'énergie". Nous en avons énormément, mais on se réfère aux sept chakras essentiels. Ils se situent le long de la colonne vertébrale, du périnée jusqu'au sommet de la tête.*

*Chacun d'entre eux relie ce que nous vivons dans notre conscience et sur le plan physique (santé, affectif, émotionnel, relationnel, etc...). La fréquence vibratoire d'un chakra correspond à une note de musique, une couleur, une voyelle sacrée, un mantra, un paysage... un état de conscience. En associant tous ces éléments, nous pouvons agir sur notre être dans sa globalité.*

(2)

Le OM d'ailleurs, produit par les vibrations qui se créent, une série de figures géométriques semblables à des triangles placés à l'intérieur d'un cercle parfait, faisant penser aux mandalas tantriques qui représentent « la pulsion sacrée de la création » .

Depuis 1984, Alexander Lauterwasser a entrepris des recherches sur la morphogénèse et la morphologie en rapport avec les vibrations émises par les sons et la musique. Il utilise du sable et surtout de l'eau comme révélateur de la relation qui existe entre les vibrations et les formes, nous ramenant au fondement même de la création : le son.

De cet ensemble de constatations, et de bien d'autres expériences, le « TONING » est apparue aux USA dans les années 60 afin d'utiliser le pouvoir créatif de la voix.

Cette idée consiste à « réaccorder chacun à ses propres schémas harmoniques » en s'appuyant sur différentes pratiques qui, principalement, utilisent des voyelles ou un son non verbal pour accroître la respiration afin de rééquilibrer la circulation des énergies, évacuer les émotions et ainsi contribuer à la guérison des traumatismes passés, afin de « réaligner la trilogie « corps-âme-esprit » sur sa note fondamentale ».<sup>48</sup> Aujourd'hui, de nombreux thérapeutes utilisent cette technique auprès de leurs patients afin de les aider à évacuer des traumatismes passés, à restaurer des énergies défaillantes et ainsi permettre au corps et à l'âme de s'accorder dans le processus de guérison.

La respiration, élément essentiel de l'énergie vitale, constitue à elle seule une mélodie permanente qui relie l'homme, sur tous les plans, au grand tout. L'homme est bien souvent

« bloqué » par une respiration bien trop superficielle qui empêche le corps de s'harmoniser, contribuant à l'apparition de nombreux dysfonctionnements. Le soupir ou le bâillement permettent déjà un réalignement de nos trois diaphragmes (périnée, diaphragme et tente du cervelet) afin de ré-harmoniser leurs pulsations et ainsi contribuer au mieux-être.

Les techniques de respiration, très utilisées en yoga notamment (Pranayama), permettent de retravailler en toute conscience sur cet élément essentiel à la vie. Les respirations conscientes et profondes ramènent à « l'ici et maintenant », dilatent l'abdomen et le diaphragme très souvent bloqué, amenant de ce fait plus d'air et de calme, qui contribuent à faire baisser le rythme cardiaque et à réguler le système nerveux afin de procurer une vraie relaxation.

La relaxation induite par la respiration (sons et vibrations) provoque une baisse sensible des hormones de stress (cortisol, adrénaline...). C'est ainsi que le calme intérieur et les sons, tout en ayant un effet régulateur sur les émotions et le mental qui s'apaisent, influencent durablement les neurotransmetteurs et les neuropeptides qui agissent et régulent le système immunitaire pour permettre une meilleure gestion du processus « fuite ou combat » qui, par lui seul peut expliquer le dérèglement de ce dernier. Car, après un état de « fuite ou combat », l'organisme doit retrouver son homéostasie, son équilibre, sinon nous sommes sujet à des troubles de l'anxiété, une pression sanguine élevée, des tensions musculaires chroniques, des maladies cardiaques voire beaucoup plus ... La relaxation a un effet opposé sur le plan physiologique à la réponse « fuite ou combat » en ceci qu'elle permet au corps de se reconnecter à sa capacité d'auto-guérison.

Dans les années 70, la PNL (Programmation Neurolinguistique) a mis en exergue les relations existantes entre l'esprit et le système nerveux d'une part, et le système immunitaire d'autre part. Le corps et l'esprit sont indissociables. D'ailleurs, dans les années 80, le Dr Candace Perth a découvert que les substances chimiques « spécifiques » au cerveau, les neuropeptides, agissaient comme messagers entre le complexe « corps-esprit » et le système immunitaire. Ces neuropeptides (transporteurs chimiques de l'émotion) que l'on retrouve abondamment dans les intestins, haut lieu du système immunitaire, siège des émotions, 2<sup>ème</sup> cerveau, viennent corroborer l'idée d'un lien subtil unifiant le corps et l'esprit.

Notre corps est semblable à une cathédrale, c'est un temple (de Salomon), qui accueille quelque chose de bien plus grand que lui. Les sons, porteurs d'informations, émettent des vibrations elles mêmes porteuses d'énergies qui « naviguent » au sein du corps et se mettent en résonance avec les organes et cellules, créant une douce et harmonieuse symphonie.

La santé n'est elle pas définie comme étant « le silence des organes dans l'harmonie des fonctions » ?

---

<sup>48</sup> Dr C. Guzzetta - Médecin américain

Notre corps apparait donc comme le premier outil à notre disposition (respiration et voix) pour nous permettre de retrouver la santé ou du moins la préserver le mieux possible. Alors apprenons à respirer correctement et chantons pour entendre notre propre voix afin que par ses sons, elle provoque un massage doux et harmonieux de nos cellules. Soyons le plus disponible possible par la mise en place de vraies plages de relaxation afin d'entendre les messages (les sons) de notre corps, en développant une attention et une conscience accrues pour permettre alors le « réveil de l'intuition ». Par le lâcher prise, nous mettons en place des défenses immunitaires efficaces et par les sons nous contribuons à restaurer notre être dans sa totalité, car ils agissent sur tous les plans de la personnalité (physique, mental, astral et éthérique) et constituent des outils exceptionnels d'éveil et de développement personnel.

« Etre en harmonie avec soi même et avec l'univers est davantage qu'un concept poétique »  
Dr Steven Halpern

## **B/ Les sons et la musique**

Au-delà des 2 outils « internes » qui sont à notre disposition, les sons sont tout autour de nous et font partie de notre vie quotidienne. Nous avons les sons harmonieux de la nature - le chant des oiseaux, le bruit de l'eau, le vent... et ceux bien moins harmonieux, voir perturbants et stressants des grandes villes qui bousculent notre univers intérieur en alimentant notamment le stress.

L'utilisation des sons peut servir un processus de guérison mais aussi, comme dans les dictatures, peut conditionner l'homme par des chants révolutionnaires, des mélodies engourdissantes et annihilantes, ou tout simplement répétitives comme le sont les slogans publicitaires.

Pourtant, « la première fonction de l'oreille est de donner de l'énergie au cerveau »<sup>49</sup> mais de quelle énergie parlons nous ?

Les bruits stressants alimentent les émotions mal gérées, voir ignorées, et provoquent de mauvaises montées d'adrénaline ainsi que, par le biais de l'hypothalamus et des corticosurrénales, une fabrication accrue de cortisol qui, dans une proportion trop importante dérègle, le système immunitaire, premier pas vers de nombreuses pathologies.

Or, une étude de l'Université du Michigan en 1993, a révélé que les niveaux d'interleukine-1 (molécule messagère des cellules immunitaires) augmentent de 12 à 14 % chez les patients à qui on a fait écouter de la musique sur des périodes de 10 à 15 minutes, et une baisse de près de 25% du cortisol notamment à l'écoute des musiques de Mozart ou du jazz léger. L'écoute des musiques préférées par les patients a alors la capacité de susciter une expérience émotionnelle profonde et bénéfique contribuant à la baisse des facteurs propices à la maladie. La sécrétion d'endorphines, par exemple, provoquée par le sentiment de joie ressentie à l'écoute de la musique, renforce le système immunitaire des patients.

Notre organisme fonctionnant sur un nombre important de rythmes cellulaires et organiques qui s'intègrent eux-mêmes aux rythmes de l'univers (rythmes astraux, saisons, lunaisons, alternance diurne-nocturne...), il semble intéressant de comprendre que les sons peuvent permettre au corps de garder mais surtout de restaurer cette résonance, cette harmonie vibratoire avec le tout.

---

<sup>49</sup> Alfred Tomatis

Un des impacts les plus importants de la musique se situe dans la facilitation ou le rétablissement des rythmes fondamentaux de l'organisme que constituent le rythme cardio-respiratoire, la digestion, la tension, la relaxation musculaire et l'équilibre biochimique.

Le Dr Métera<sup>50</sup>, lors du 1<sup>er</sup> congrès de Musicothérapie en 1974, présenté des résultats étonnants à propos de l'influence positive de la musique sur la consommation en oxygène de l'organisme. C'est ainsi que de la musique associée à des respirations profondes provoque une bonne respiration cellulaire contribuant à une bonne oxygénation de l'organisme. Or, les cellules cancéreuses prolifèrent beaucoup plus vite dans un milieu manquant d'oxygène. De nombreux travaux ont été effectués, notamment par le Dr Mitchell (oncologue américain), qui a intégré aux traitements classiques de ces patients atteints de cancers, des thérapies comprenant de la relaxation, l'utilisation des bols tibétains ou de quartz, et des mantras personnels. Les effets sont alors multipliés par des visualisations précises comme celles qui consistent à voir des globules blancs en train de se mobiliser pour anéantir les cellules cancéreuses. On constate alors une hausse significative de la production d'immunoglobuline A (anticorps) en une seule séance ainsi qu'un nombre et une activité accrue des lymphocytes.

Il mise ainsi, par l'utilisation des sons et des activités annexes, sur la capacité des patients à faire baisser leur tension musculaire, à provoquer une meilleure irrigation et oxygénation du sang, à mieux faire circuler l'eau du corps et à redynamiser l'énergie des organes en reliant le corps et l'esprit. Avec ces outils, il permet aux patients de débloquent des nœuds énergétiques anciens pour les aider à relancer leurs processus d'auto-guérison en s'ouvrant à une nouvelle conscience de leur être. Les résultats sont plus que probants et permettent aux malades d'avoir un nouveau regard sur leur maladie et bien souvent de vivre plus longtemps, voire de guérir. Il leur permet d'avoir un regard mieux informé sur leur maladie et sur leur vie par une prise de conscience élargie de l'existence de certaines relations entre les deux (Foyers de Hamer et travaux du docteur Sabbah).

Des résultats très encourageants ont aussi été mis à jour et sont utilisés dans les soins palliatifs, notamment à l'Hôpital St Patrick au Montana (USA). Le Dr Thérèse Schroeder-Sheker a mis en place la « musico-thanatologie » traitant de l'aspect psychologique de la mort et des mourants, comme prolongement dans l'art de la médecine palliative en intégrant des chants et des musiques.

Cette pratique s'inspire de ce qui se faisait déjà au monastère de Cluny, où les moines accompagnaient les mourants par des chants et des musiques afin que la mort « soit bénie ». Les patients sont alors plus sereins, plus calmes et semblent être accueillis dans une douce harmonie vibratoire.

Les bienfaits de la musique en thérapie sont vastes et leurs utilisations en tant que substitut dans les cures de désintoxication éthylique donnent de très bons résultats, tout comme dans la sociabilité de l'enfant qui par une approche de la musique et de l'instrument, développe un meilleur rapport à lui-même et donc aux autres. Les handicapés physiques tirent aussi un grand profit des thérapies par les sons car elles leur permettent de travailler sur leurs motivations pour les aider à accélérer le processus de rééducation fonctionnelle.

A l'Institut BRAMS de Montréal, il a été mis en avant l'énorme potentiel de la musique sur les personnes souffrantes de lésions cérébrales et plus généralement dans le traitement des troubles du comportement en utilisant des sonorités aiguës comme celles de Mozart. La « mozarthérapie » calme les personnes nerveuses, anxieuses ou dépressives par une baisse significative des hormones de stress.

---

<sup>50</sup> Chirurgien polonais

En couplant la musique à la parole, on stimule les 2 hémisphères du cerveau afin d'harmoniser leurs fonctions et régulariser leurs complexes fonctionnements. En effet, l'activité électromagnétique du cerveau s'effectue grâce à plusieurs milliards de cellules nerveuses qui se connectent par des synapses. Certaines fonctions sont d'ordre réflexe et peuvent influencer sur la fréquence vibratoire de tout notre cerveau. Un bon équilibre passe par le bon fonctionnement et la fluidité des passages d'informations énergétiques entre le cerveau gauche et le cerveau droit. La musique et les sons peuvent aider à une bonne cohésion et une harmonisation du cerveau limbique (siège des émotions, se souvenant des expériences douloureuses pouvant être source d'inhibition aux changements - mais aussi siège de l'intuition), en faisant que le cerveau reptilien (siège du comportement et de l'action) et le néocortex (siège de la pensée et de la réflexion) travaillent ensemble à la mise en place de bonnes stratégies pour contribuer au contrôle des réactions émotives du système limbique.

Le Neurofeedback travaille en ce sens en transformant les ondes cérébrales par le transfert d'informations afin de mettre en place, entre autre, un système immunitaire plus efficace. « La musique est bel et bien utile car elle régule nos émotions et fait jaillir dans notre cerveau une véritable chorégraphie de neurotransmetteurs »<sup>51</sup>.

La musique de Beethoven nous ramène à ce même type de constatation, en ceci que les rythmes qui la composent imitent les battements cardiaques permettant aux auditeurs de synchroniser leurs propres battements de cœur sur le tempo de la musique, créant ainsi une harmonie vibratoire subtile et curative.

Le rééquilibrage des 2 hémisphères du cerveau par les sons a aussi été mis à jour par les travaux de Robert Monroe<sup>52</sup> qui créa l'Institut Monroe (association à but non lucratif dédiée à l'exploration de la conscience humaine) et mis en place une méthode appelée « Héli-Sync » diminutif de la synchronisation hémisphérique. Un son est perçu différemment par chaque oreille, la droite alimentant le cerveau gauche et la gauche le cerveau droit, les 2 hémisphères se synchronisent alors pour entendre un troisième son, le son binaural.

Par cet état, le mental se met en pause afin de contribuer à la ré-harmonisation du corps et de l'esprit, de l'équilibre yin et yang, du féminin et du masculin, du mental et de l'émotionnel pour redonner au cerveau son plein potentiel. Les objectifs de cette méthode sont divers : elle contribue notamment à de meilleures performances mentales et intellectuelles (logique et créativité) pour atteindre, de manière individuelle, nos propres objectifs et favoriser la capacité d'attention qui fait tellement défaut dans notre modèle sociétal. Le cerveau agit alors de manière plus cohérente pour répondre aux problèmes existentiels, en débloquent l'émotionnel par une expansion de la conscience, car l'esprit garde en mémoire que nous sommes bien plus qu'un corps physique. Les 2 hémisphères équilibrées résonnent alors en harmonie avec les dimensions supérieures de notre être pour notre bien être et notre santé. « Le corps est le temple de l'Esprit et l'Esprit le temple de Dieu »<sup>53</sup>.

De nombreux outils sont à la disposition des thérapeutes, mais attardons nous un peu sur les bols chantants tibétains largement utilisés à travers le monde. Originaires de l'Inde ou plus largement de la chaîne himalayenne, ils sont composés de 7 métaux, chacun se rapportant à un des 7 chakras, mais aussi et surtout à 7 corps du Système solaire: le fer (Mars), le cuivre (Vénus), le mercure (Mercure), l'argent (la Lune), l'or (le soleil), l'étain (Jupiter) et le plomb (Saturne) afin que l'univers tout entier travaille par l'intermédiaire des bols.

---

<sup>51</sup> Daniel Lévitin - neuroscientifique - « De la note au cerveau »

<sup>52</sup> Robert Allan Monroe - parapsychologue (1915-1995)

<sup>53</sup> Evangile de la Paix de Jésus Christ par le disciple Jean

Les énergies émises par ces bols visent à toucher le corps mental pour le ré-harmoniser avec le corps éthérique de sorte que l'aura se trouve nettoyée des formes de pensées négatives qu'elle aurait accumulées de façon consciente ou non. Le corps retrouve alors sa propre fréquence harmonique. Quand le travail des sons se fait, le nettoyage s'effectue en profondeur et parfois des points de fragilité refont surface pour être alors mieux expulsés par le corps. De nombreuses recherches autour de l'effet des bols ont été effectuées, notamment sur la maladie de Parkinson pour laquelle l'expérience a favorisé une meilleure réactivité du système moteur des patients, car rien n'est perdu, tout est coincé quelque part dans la conscience, tout se transforme. Pour la maladie d'Alzheimer aussi, le patient se reconnecte alors mieux à son environnement grâce à une stimulation de la mélatonine naturelle par effets de résonance des sons émis par les bols.

Le son peut modifier nos fonctions cellulaires en agissant sur le plan énergétique pour amener le système biologique à fonctionner de manière plus homéostatique. La cymatique ou l'emploi des sons en médecine, sera certainement une science très importante dans l'avenir. Mais il faut d'abord comprendre le fondement de ce concept. Par conséquent, citons quelques lignes du physicien Sir Oliver Lodge<sup>54</sup> à propos de la nature et des propriétés des molécules :

« Une particule ne peut pas frémir ni bouger sans perturber le milieu dans lequel elle se trouve. Un bateau ne peut pas osciller d'un côté sur l'autre sans perturber l'eau sur laquelle il flotte, sous forme de rides ou de vagues. Un électron ne peut pas vibrer dans l'espace sans en même temps faire vibrer celui-ci par des ondes électromagnétiques».

Les molécules qui forment nos tissus sont des entités électriques, et une grande proportion des maux dont souffre l'humanité est d'origine énergétique, ce sont des déviations électriques par rapport à la normale dans la structure moléculaire des tissus et des cellules qui forment la substance de notre corps. Les ondes sonores transmises à travers l'air par des cloches de structure différente auront des caractères différents, de même les ondes électroniques transmises par des molécules en vibrations différentes seront différentes.

Ainsi nous pouvons avancer que les vibrations, ondes ou radiations émises par une cellule cancéreuse doivent être disposées différemment de celles d'une cellule tuberculeuse ou affectée d'une autre maladie. On aura l'onde de la tuberculose, l'onde du cancer, l'onde de la malaria, l'onde du streptocoque ...C'est ainsi qu'en connaissant la longueur d'onde des cellules malades, on peut annihiler la maladie en envoyant des ondes de fréquences opposées;

A partir de ces prémices nous pouvons présumer que l'organisme humain est entouré d'un bruit fonction de l'agitation moléculaire des organes du corps. Chaque organe a son propre champ sonique — son propre son, ou bruit. Détecté convenablement, celui-ci devrait nous fournir des informations sur les processus qui se déroulent dans un organe donné.

Le corps humain, comme tout organe, n'est pas un tas de matière accumulée au hasard, mais une entité soigneusement organisée. Bien sûr, chaque individu possède ses traits particuliers, une configuration propre de tons ou de formes, dépendant de sa position géographique ou de son état de santé. Cette radiation sonique se heurte aux objets environnants qui la réfléchissent partiellement et par conséquent, selon l'environnement, une onde stationnaire peut nous entourer, avec ses nœuds et ses ventres. Quand nous nous déplaçons, le champ sonore qui nous entoure se modifie en conséquence tout en conservant sa configuration initiale fondamentale.

Nous voyons ainsi que l'harmonie est le secret de la santé parfaite. A l'intérieur du corps humain, tout écart par rapport à cette harmonie se traduira par un mauvais état de santé. Pour que cette harmonie subsiste, il faut que chaque molécule du corps joue son rôle dans le tout. Toute déviation, tout déplacement quelconque renversera la configuration générale des harmonies du corps.

---

<sup>54</sup> Sir Oliver Lodge, L'évolution biologique et spirituelle de l'homme, J. Meyer, 1925

Si une molécule bouge, les autres réarrangeront immédiatement leurs mouvements en fonction de ce déplacement, et l'ensemble sera modifié. La matière s'accumulera donc selon les forces agissant dans la configuration qui interfère sur l'ensemble. Ainsi par exemple la croissance du foie sera en harmonie avec sa configuration vibratoire et celles des organes voisins. Si une impulsion étrangère ou parasite pénètre ce champ, et vibre en dissonance avec le foie, elle produira un désaccord qui influencera par ses propres vibrations celles des molécules du foie, leur imposant une sorte de vibration forcée qui décalera leur phase, diminuera ou augmentera le rôle de telle ou telle composante. Si le foie est assez fort, c'est-à-dire s'il fonctionne à sa pleine capacité (et s'il n'est pas entravé par des perturbations étrangères antérieures) il résistera et finalement forcera l'impulsion parasite, ou la matière étrangère, à vibrer à son propre rythme et selon sa propre configuration. Le parasite n'aura fait qu'atténuer légèrement la vibration des molécules. Mais au contraire, si le parasite se trouve en résonance avec une des composantes du mouvement vibratoire du foie il acquerra une certaine force et pourra imposer sa propre vibration à cet organe. Habituellement il se produira une réorganisation moléculaire au détriment de l'organe et du corps entier, la santé ou l'état d'équilibre seront perturbés. Le sang possède une très forte capacité pour absorber de telles configurations vibratoires parasites qu'il véhicule à travers tout l'organisme. Cependant en général les autres organes ne sont pas en résonance avec cette fréquence particulière. Néanmoins, lorsque ceci se produit, une des composantes de sa configuration vibratoire se trouve amplifiée, provoquant de la fièvre ou un état inflammatoire. Lorsque l'amplitude du signal de l'organe en résonance dépassera la normale et que sa configuration changera, les signaux se heurteront aux tissus nerveux et seront transmis au cerveau qui les recevra probablement sous forme d'une douleur lancinante. Si l'envahisseur est assez fort pour surmonter l'harmonie inhérente au champ de cet organe, il en prendra plus ou moins complètement le contrôle, mais étant en disharmonie avec le résultat, il se disjoindra et ses tissus finiront par se décomposer. De la même manière que lorsque l'on chante dans un verre et que les vibrations créées sont en divergence avec la structure moléculaire ou l'harmonie du verre, celui-ci se brise et éclate en mille morceaux. D'un autre côté, il peut se produire le phénomène contraire : le tissu, au lieu de se décomposer, grandira (comme la graine sous l'influence des vibrations qu'elle reçoit) et une excroissance apparaîtra.

Il est possible de projeter à l'intérieur du corps une résonance, ou un harmonique, sur lequel il peut s'accorder. Le corps a alors de grandes chances de se réajuster lui-même selon cette configuration, et ainsi surmonter l'intrusion. C'est le principe sur lequel est bâtie la thérapie cymatique. Les configurations de fréquences utilisées sont en quelque sorte en sympathie avec les vibrations créées par le corps lui-même.

Elles sont transmises dans la structure des cellules et créent une harmonie intérieure.

Le son traverse le corps humain en y perdant une partie de son énergie. C'est celle-ci qui a une valeur thérapeutique. En maintenant les fréquences dans une gamme bien déterminée, le son ne risque pas d'être une source de danger lors de son passage à travers les structures du corps, et les tissus et les cellules ne craignent rien. Le corps rejette ce dont il n'a pas besoin qui le traverse immédiatement et est expulsé du côté opposé.

Quelques rapports récents nous confirment ce qui précède et nous permettent de croire en l'émergence de vrais changements dans la médecine de demain :

« ... l'oscillation sonore appliquée au corps humain effectue un micro-massage des tissus et des cellules qui influe sur leur équilibre et améliore la circulation du sang, le métabolisme, les impulsions nerveuses et les glandes endocrines » (Institut Fédéral de Recherches d'URSS).

« On a constaté que les blessures guérissent un tiers plus vite quand elles sont bombardées d'ondes sonores » (Hôpital Guy, Londres).



Il est évident que le son va jouer un rôle important dans la médecine de l'avenir. Le diagnostic a pour but d'observer et de mesurer toute pathologie ou condition particulière du corps afin de déterminer une série de remèdes qui rétabliront une condition typique d'un bon fonctionnement général.

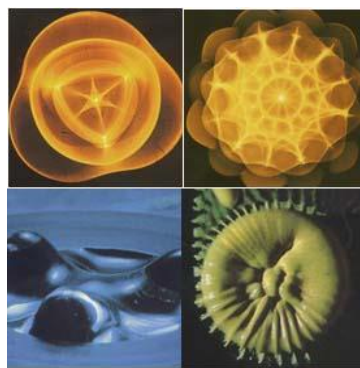
C'est dans les tentatives pour restaurer cet équilibre que les écoles de médecine diffèrent. La médecine orthodoxe tente d'y parvenir en administrant des enzymes, des préparations endocrines, des minéraux, des médicaments de synthèse, etc.

Mais nous ne sommes que trop conscients des effets secondaires de ces produits chimiques et des dommages qu'ils causent, remplaçant parfois un état pathologique par plusieurs autres. En même temps ces actions chimiques et physiques perturbent certains électrons et certaines structures atomiques. Il est donc très important, spécialement dans l'usage de la cymatique, que l'onde induite ne distorde pas les conditions présentes du système. Par conséquent, nous devons l'accorder sur l'ordre et les fonctions naturelles, autrement dit sur les sons et les vibrations existants à l'intérieur du corps.

Il s'agit bien là d'une science ou d'une médecine naturelle ; les procédés employés sont en accord avec la nature, et non pas antinaturels, ou contre les processus naturels du corps. Ce qui est envoyé dans le corps y est déjà présent à l'intérieur, et le corps peut donc l'absorber et le comprendre.

Un grand scientifique a affirmé que chaque cellule possède une forme de mémoire, et qu'aussi longtemps que cette mémoire est intacte, la cellule fonctionnera normalement ; inversement, si pour une raison ou une autre, cette mémoire est perturbée ou perdue, la cellule se détériorera et finira par cesser de se former. Il apparaît donc que le traitement cymatique réinduit ces « souvenirs » dans la structure même de la cellule et des tissus, il réactive la mémoire originale de la cellule pour qu'elle joue correctement son rôle optimal en lien avec le grand tout.

La thérapie cymatique est assez largement employée aux USA pour traiter les rhumatismes, les paralysies, les blessures musculaires, les fractures et de nombreux états pathologiques; et pour le futur, les chercheurs travaillent à la possibilité de l'utiliser lors de la transplantation d'organes afin de créer une résonance favorable entre l'organe transplanté et le receveur.



Formes cymatiques (3)

Les travaux de J.Thompson<sup>55</sup> sont assez remarquables et méritent d'être cités afin de confirmer les nombreux aspects thérapeutiques autour de l'utilisation des sons pour stimuler la guérison cellulaire. Ces travaux ont intéressé la NASA qui fut surprise de découvrir que les sons enregistrés lors des missions Voyager I et II avaient une grande similitude avec les sons reproduit électroniquement par Thompson à partir des sons de la nature (vents, oiseaux, dauphins..) qu'il utilisait auprès de ses patients dans la recherche de la synchronisation cellulaire.

---

<sup>55</sup> Chercheur et médecin américain

C'est ainsi que les sons émis par Jupiter étaient semblables aux cris aigus des dauphins et ceux émis par les anneaux d'Uranus quasi identiques aux sons émis par les bols tibétains. Cela paraît nous renvoyer à ce que C. Jung a décrit comme étant l'inconscient collectif, le grand tout, le non manifesté, qui nous rappelle nos racines originelles au niveau spirituel comme au niveau cellulaire.

Pour finir nous évoquerons les travaux et progrès qui sont effectués autour des plantes, des animaux et plus largement sur notre nourriture physique en ceci qu'elle est une donnée fondamentale de notre santé et intervient elle aussi en résonance avec notre corps. Chaque chose que nous ingérons interfère avec nos vibrations internes. Le fait de parler aux plantes n'est pas une nouveauté et constitue même une pratique courante chez les Shipibo-Corribo d'Amazonie qui chantent auprès des plantes afin de favoriser leur croissance.

La musique est utilisée dans la gestion du monde animal pour lequel on constate, que des vaches à qui l'on diffuse du Mozart donnent plus de lait (jusqu'à + 27%), sont moins nerveuses, moins souvent malades et que les poules à qui l'on diffuse du Vivaldi ont tendance à faire des œufs plus gros. A quand la généralisation de ces pratiques au sein d'élevages raisonnés, car il est entendu que ces effets ont une répercussion importante sur la qualité de la nourriture que nous ingérons.

Les plantes émettent différents types d'ondes sonores durant leur croissance et plusieurs expériences ont mis en évidence que des ondes sonores diffusées auprès de jeunes plants de tournesol faisaient que spontanément ils se tournaient vers la source sonore.

Les plantes ont donc bien une capacité à « entendre ». D'ailleurs, les plantes à qui l'on diffuse de la musique classique poussent jusqu'à 2 fois plus vite et sont plus touffues alors que celles qui ont reçu les vibrations de musiques, genre « heavy metal », rencontrent des difficultés quant à leur croissance avec des résultats chaotiques donnant des plantes atrophiées voir rachitiques... Le monde végétal et animal fait bien évidemment partie intégrante de ce grand tout vibratoire et réagit comme l'homme aux sons, source de toutes les promesses quant au développement de thérapies et d'une agriculture différente pour les décennies à venir.

On ne peut pas ignorer les immenses travaux de Joël Sternheimer<sup>56</sup> et la génodique. Comme nous l'avons déjà évoqué, les anciennes civilisations chantaient pour faire pousser les plantes et surmonter la sécheresse. Ces civilisations avaient bien perçu l'influence de la musique sur la croissance des plantes et que certaines vibrations pouvaient entrer en résonance avec des phénomènes biologiques. Cette nouvelle discipline, la génodique (musique et génétique), existe depuis une trentaine d'années.

J. Sternheimer a découvert que la fabrication de chaque protéine d'un organisme vivant donne lieu à l'expression d'une mélodie pouvant être retranscrite dans le domaine audible, ayant par la même des effets sur la fabrication de cette même protéine, d'où la naissance d'une mélodie appelée « protéodie ».

Cette mélodie est une séquence de sons dont chaque note correspond à un acide aminé de la protéine visée. En enchaînant ces sons dans le bon ordre, on obtient un morceau de musique qui s'harmonise avec la structure interne de la plante, encore la preuve si l'en est de l'interdépendance universelle et de la musique des sphères (Plotin, Johannes Kepler...).

On a d'ailleurs reconnue dans quelques intervalles de ces séquences plus qu'une similitude avec des morceaux de musique de Mozart et de bien autres qui auraient donc bien capté cette musique du « grand tout ».

---

<sup>56</sup> Physicien français

Les bons résultats obtenus ont une valeur statistique non contestable, notamment sur le traitement de « l'esca », la plus ancienne maladie de la vigne causée par plusieurs champignons, avec une réduction de près de 50 % de la mortalité des pieds de vignes. On peut facilement extrapoler les répercussions bénéfiques de ces avancements dans le domaine de la culture des fruits et légumes et les bienfaits que cela auraient sur la santé humaine...

Bien que ce procédé développé par la société Genodics n'ait pas vocation à mettre sur pied des techniques thérapeutiques, on peut imaginer l'ouverture que cela peut laisser paraître notamment pour la mise en place prochaine de « la musique médicament ».

« Une mélodie est en effet avant tout reconnue non par ses sons mais par les intervalles de silence qui la composent (musique entre les notes). C'est cette information (fréquences + intervalles) qui établit un dialogue avec l'objet »<sup>57</sup>.

Nous sommes bien dans une approche holistique d'interdépendance et d'inclusion de tous les organismes vivants, avec l'abandon de l'idée du « guerrier » qui se bat contre des bactéries dont certaines nous sont indispensables, pour laisser place au respect de l'équilibre naturel garant de notre bonne santé, en libérant l'eau du corps pour lui redonner sa grande fluidité et sa pleine capacité à transmettre l'harmonie si nécessaire à notre santé.

La génodique, la musicothérapie et plus largement les thérapies holistiques reconstituent le grand livre universel dans lequel musique, sciences et art s'allient au service du dialogue avec le vivant ...



« Chaque créature chante son propre cantique,  
que l'homme a pour tâche particulière de mettre à jour »  
J.Sternheimer

**« Par la compréhension scientifique notre monde s'est déshumanisé. L'homme se sent isolé dans le cosmos. Il n'est plus impliqué dans la nature. Il a perdu toute participation aux évènements naturels qui gardaient pour lui autrefois une signification symbolique ».**

**Carl Jung**

## Conclusion

Aujourd'hui, nous sommes tellement happés par des stimuli visuels que nous oublions la portée bienfaisante ou non des stimuli auditifs. Or, à l'issue de cette étude, il semble important de considérer la force et la puissance qu'ont les sons sur notre organisme. Ils nous proposent une belle opportunité, parmi d'autres, de nous aider à nous relier à notre puissance de transformation et à notre capacité de guérison pour nous permettre d'accéder au bien être. Quand nous permettons à notre force vitale -notre essence- de s'exprimer librement, elle nous révèle notre vérité intérieure, unique et divine, ainsi que la marche à suivre pour y parvenir. Cet espace se situe au-delà de notre égo, au-delà de notre être local, à un niveau de conscience bien plus vaste par lequel nous sommes plus fortement accordés aux réalités intérieures et extérieures.

Les sons nous permettent de monter le long de l'échelle de résolution des conflits, si importants dans la naissance des pathologies, pour pouvoir passer d'un niveau de conscience à un autre et ainsi résoudre les difficultés. Par leurs actions, ils nous permettent de quitter l'égo, en nous reliant plus concrètement à « l'ici et maintenant », pour nous tourner pleinement vers notre essence (source de la conscience d'un amour infini) dans laquelle aucune partie de notre être n'est exclue. Notre essence est une énergie vibratoire qui réagit pleinement aux vibrations des sons. C'est ainsi que nous pouvons cultiver la juste harmonie quand nous ne faisons qu'un avec cette essence et prenons alors conscience que la vie est simplement à vivre, ancré dans le présent, en permettant à notre force vitale (le chi des chinois) de circuler librement, notamment par le biais de notre eau intérieure. Alors nous vivons en toute indépendance et en pleine confiance, relié à notre moi supérieur, pour être ce que l'on devient, par une rupture totale avec le passé et ses conflits, ce que nous croyons être n'étant qu'une condition que nous pouvons changer afin d'opérer des transformations dans tous les aspects de notre vie. Quand nous sommes psychologiquement et physiquement en accord avec notre nature intérieure, notre individualité, notre essence, notre moi profond et que nous mettons notre personnalité à son service, alors nous sommes nécessairement en harmonie avec les vibrations de l'univers tout entier qui entrent en jeu dans le processus de guérison. Tout ce processus nous rappelle que tout ce dont nous avons besoin pour guérir se trouve déjà à l'intérieur de nous même car « les forces naturelles à l'intérieur de l'homme sont les véritables agents guérisseurs de la maladie »<sup>58</sup>.

Les thérapies par les sons, musicothérapie ou cymatique, ont un grand avenir devant elles en tant qu'outils complémentaires à tout thérapeute qui soutient son patient sur le chemin de la pleine possession de son être et donc de la guérison. Ces thérapies font intervenir le sens de l'audition (externe et interne), mais elles prennent une toute autre dimension, une dimension supérieure par le mariage, l'association avec les autres sens.

En y associant le sens de l'odorat, par les respirations, le sens de la vue grâce aux visualisations, le toucher grâce à un support de travail comme les bols tibétains et le sens du goût exacerbé par le verbe (« le verbe se fit chair ») mis en action par des mantras, l'homme réalise l'unification de ses 5 sens et élève sa conscience pour accéder à cet amour universel bienfaisant, à ce grand tout, ce grand guérisseur universel.

L'utilisation conjointe des 5 sens dans un ballet énergétique puissant permet de réaliser l'union entre l'intérieur et l'extérieur de l'être afin de guérir le corps et l'âme et ainsi harmoniser le complexe « corps-esprit » dans une synchronisation parfaite avec l'univers.

C'est la divinisation des sens qui permettra alors à l'homme d'approcher la quintessence de son être afin d'y trouver le sixième élément qui pourrait être, entre autre, le lien unificateur puissant avec la grande force créatrice et réparatrice.

La guérison en tant que processus tendant à la résolution biologique complète d'un état maladif ne semble pas synonyme de la thérapie qui elle évoque plutôt un processus de revitalisation et de régénération qui peut survenir tant au niveau physique, qu'émotionnel ou spirituel, voir les 3 à la fois. C'est pourquoi on parlera de thérapie par les sons car il en a été fait la preuve qu'ils interviennent sur tous les aspects de notre être en nous reliant de manière subtile, mais non moins concrète, à la grande énergie supérieure, à la sagesse infinie qui nous unit tous et toutes.

Alors à quand la musique douce et harmonieuse diffusée en permanence dans les hôpitaux en synergie avec de voluptueuses vapeurs d'huiles essentielles, plutôt que ces odeurs acres de maladie et de nourriture bien peu énergisantes...A quand la diffusion dans le métro, les trains et tous les transports en commun de musiques harmonieuses permettant d'adoucir le voyage tout en contribuant au bien être et au calme des voyageurs afin de favoriser l'établissement de vrais rapports humains n'étant plus vissés aux téléphones portables et devenant alors sensibles à ce que la musique leur propose....??? Dans les écoles, les rues de plus en plus piétonnières, les gares ....partout, partout ....

La musique adoucit les mœurs, c'est bien connu, alors militons pour qu'elle soit un véritable outil thérapeutique d'harmonisation pour et entre les hommes au quotidien , et ceci dans les lieux communs et non plus réservée à une clientèle privée fréquentant les « bons thérapeutes » qui diffusent de la musique dans leur salle d'attente, qu'elle soit utilisée par tous, partout, pour contribuer à l'élévation des consciences en ces temps de grandes transformations et qu'elle contribue par ses vibrations à restaurer la capacité d'auto-guérison de tous les êtres.

« Celui qui écoute Bach (ou un autre) croit en Dieu, en une énergie supérieure, et celui qui perçoit ses harmonies devient un homme authentique et enterre toute animosité aussi longtemps qu'il les perçoit; parce que sa musique est divine, elle est tout simplement humaine, car elle ne nous montre pas tels que nous sommes, elle nous montre ce que nous devrions être ».

Lernet Holinia<sup>59</sup>

---

<sup>59</sup> Ecrivain autrichien (1897-1976)

# Table des illustrations



(1)

- Les chakras, notes de musique et mantras-

Voyage dans la lumière des sons - la voix, les couleurs et les sons du bien être -

G.Productions

Marie Christine Reculard - Professeur de chant holistique et de yoga

LES CHAKRAS		
<b>Chakra Anahata</b> Cœur, amour universel, amoralité, amour, compassion, de soi	VIOLET SI	Cerveau Système nerveux
<b>Chakra Manipura</b> Soyeur, puissance, confiance de soi	ROUGE LA	Hypophyse Système endocrinien
<b>Chakra Anahata</b> Expression de soi-même, bien-être, bien-être du corps	JAUNE SA	Muscles, gorge, oreilles, cervicales, thoraciques
<b>Chakra Svadhisthana</b> Sexualité, créativité, imagination	VERT VA	Testicules, ovaires, reins, système urinaire
<b>Chakra Manipura</b> Liberté, maîtrise-prise, créativité, volonté, masculinité	JAUNE MI	Voix, plexus solaire, système digestif
<b>Chakra Svadhisthana</b> Sexualité	ORANGE VA	Appareil de reproduction
<b>Chakra Anahata</b> Amour	ROUGE LA	Système d'irrigation sanguine

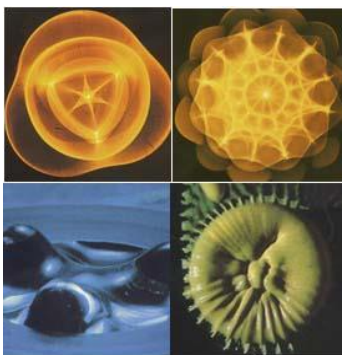
Les couleurs du diagramme sont issues et dérivées de l'École de yoga "Vedanta" appelée "Vedanta de l'Inde". Elles ont été développées par Swami Sri Theosophical Society, qui se concentre sur le lien de la couleur, le son, la lumière, la pensée, l'émotion, le mouvement, etc. Les diagrammes sont présentés dans un ordre qui ne correspond pas à l'ordre de leur développement. Les chakras sont présentés dans un ordre qui ne correspond pas à l'ordre de leur développement. Les chakras sont présentés dans un ordre qui ne correspond pas à l'ordre de leur développement.

(2) - Les chakras, notes de musique et mantras-

Voyage dans la lumière des sons - la voix, les couleurs et les sons du bien être -

G.Productions

Marie Christine Reculard - Professeur de chant holistique et de yoga



(3) Formes cymatiques ou kymatiques - [www.neotrouve.com](http://www.neotrouve.com)

## Bibliographie/Sources

- Encyclopédie des Symboles - La Pochothèque
- Musique et médecine - Patrick l'Echevin - Ed. Stock musique
- La Magie des 151 Psaumes de David - Gérald le Gwen
- Histoire de l'anesthésie : Méthodes et techniques au XIXe siècle  
Marguerite Zimmer EDP Sciences
- Traité sur l'influence de la musique sur le corps humain  
Pierre Lichtenthal (1811)
- C.G Jung parle - rencontres et interviews  
Ed. Buchet /Chastel
- Sons de guérison - Dr Mitchell L. Gaynor - Ed.de L'Aigle
- 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> Ciné Forum - Science et conscience - Conférences - Sarlat  
Association Mythes et Réalités
- L'oreille consciente : ma vie de transformation par le biais de l'Ecoute -  
Station Hill Press - A. Tomatis Paris 1991
- Voyage dans la lumière des sons - Marie Christine Reculard
- La Science Occulte et les Sciences Occultes - Dr Paul Carton  
Librairie Le François - 1935
- Alors survient la maladie - Editions Empirika
- Magazine « Sacré Planète » N°51
- TING-SHA - Cymbales tibétaines - Robert Beer - Ed. Véga
- Revue NEXUS - N° 44 - N°82
- De la note au cerveau : l'influence de la musique sur le comportement - Daniel Levitin  
Éditions Héloïse Dormesson
- L'Évangile de la Paix de Jésus-Christ par le disciple Jean - Edmond Székely  
Pierre Genillard éditeur.
- Le réveil de l'intuition - Mona Lisa Schulz - Editions J'ai lu.



## REMERCIEMENTS

- Monique GADAUD - « Cercle de Yoga » Périgueux - pour ses riches enseignements en yoga, méditation, sophrologie, sa très belle disponibilité et sa confiance ...
- Mr Roland FIETTA (FLMNE) pour ses enseignements complets et éclairants ainsi que pour ses conseils de lecture
- Véronique SURE pour ses expériences avec les bols chantants tibétains  
[www.lechemindessons.fr](http://www.lechemindessons.fr)
- Dr André MASSON - Périgueux - pour ses enseignements sur la physique quantique
- Le CDIC24 (association pour les médecines alternatives) pour les nombreuses conférences éclairantes.
- Toute l'équipe de l'association Mythes et Réalités pour son Ciné Forum de Sarlat -Science et conscience - (organisé chaque année le 1<sup>er</sup> week-end d'octobre) et la qualité de ses conférences et de ses intervenants.
- A Patricia pour son soutien et ses corrections, à Pascal, à mes enfants, à mes amis et à tous ceux qui rendent les expériences de partages si enrichissantes...