



LES DIAPASONS THÉRAPEUTIQUES... UN OUTIL COUP DE CŒUR

Coralie Detrie

Danse-thérapeute / Energéticienne

La rencontre avec les diapasons thérapeutiques a été un véritable coup de cœur !

Pour les bienfaits qu'ils procurent mais également pour leur simplicité d'utilisation.

Ils apparaissent sous différentes formes : les diapasons lestés et non lestés.

On les différencie tout simplement par leur émission sonore et la manière de les utiliser en séance.

Les diapasons **lestés** n'émettent pratiquement aucune sonorité et s'utilisent directement sur le corps.

Ce type de diapason ne peut être posé directement sur le ventre d'une femme enceinte ou encore sur des zones récemment opérées, fracturées ou encore enflammées.

Ils s'utiliseront alors à quelques centimètres de la zone concernée.

Les diapasons non lestés diffusent quant à eux une vibration sonore plus intense et s'utilisent à quelques centimètres du corps de la personne, dans son aura qui n'est autre que l'enveloppe énergétique de tout être vivant.

Bienfaits

Ils agissent au niveau du corps physique, mental, émotionnel et spirituel et procurent des vibrations très relaxantes dans notre corps dans le but de nous aider à obtenir une détente profonde de tout notre Être.

Etant donné qu'ils constituent un soin énergétique, ils donneront des résultats similaires, à savoir un lâcher-prise, une libération des tensions et des blocages physiques ou émotionnels pour permettre à l'énergie de (re)circuler plus librement dans le corps.

Les diapasons thérapeutiques constituent un des outils utilisés en sonothérapie.

Mais qu'est-ce que la sonothérapie ?

Il s'agit tout simplement d'une thérapie par les sons et leurs vibrations.

Chaque son émet une fréquence particulière qui résonnera avec certaines parties du corps.

Ce qui aura pour effet de ressourcer et rééquilibrer le niveau vibratoire de certaines zones de notre corps physique.

La sonothérapie est accessible à toute personne, quel que soit son âge.

Il s'agit d'une forme de thérapie alternative complémentaire à d'autres types de soins.

En parallèle aux diapasons thérapeutiques, il existe une multitude d'instruments utilisés en sonothérapie comme les bols tibétains, les bols de cristal, les différentes sortes de tambour, les gongs, les carillons, les bâtons de pluie, les koshis...

Utilisation

Dans ma pratique actuelle, j'utilise essentiellement les diapasons lestés.

Il en existe de différentes sortes répondant à des fréquences vibratoires différentes.

Au plus la fréquence des diapasons descend dans les graves, au plus les vibrations sont pénétrantes.

Ils peuvent s'utiliser sur la structure osseuse, les muscles, les tendons, les méridiens.

Ils soulagent les douleurs physiques en améliorant la circulation par la relaxation des tissus.

L'utilisation des diapasons a la « cote » auprès des enfants que je rencontre en consultation. Tous évoquent le calme ressenti et le bien-être après le soin.

Je remarque cela de manière étonnante auprès des enfants présentant des troubles attentionnels ou d'hyperactivité.

Ils sont en général beaucoup plus centrés, concentrés et alignés dans leur axe.

D'ailleurs, certains enfants remontent systématiquement sur ma table de soin de séance en séance sans encore leur avoir proposé de démarrer avec cet outil.

C'est bien la preuve qu'ils en ressentent les bienfaits et qu'ils parviennent à une meilleure écoute d'eux-mêmes.

Notons également que la personne peut rester en position assise pendant le soin si elle le désire.

Je pense par exemple aux personnes qui présentent une mobilité réduite et qui peuvent tout à fait bénéficier de ce type de soin en restant dans leur chaise roulante.

Conclusion

Pour ma part, je les utilise très souvent en auto-soin ou pour traiter certains maux du quotidien. Cela me permet de bien commencer la journée en étant relaxée et équilibrée.

Je retrouve mon axe et un bien-être libérant mon plein potentiel.

Je vous invite à y goûter car l'essayer...c'est l'adopter.

Les diapasons thérapeutiques permettent d'ouvrir de nouvelles portes dans le « Prendre soin de soi » qu'il est précieux de partager et d'expérimenter.



Coralie Detrie

Energéticienne

Danse Thérapeute