

Je vais vous parler d'un sujet qui me tient à cœur, l'impact de la musique, du son, sur le corps et l'esprit.

En tant que surréficiente, mes 5 sens sont particulièrement développés. En effet, pour nous, c'est le cerveau droit qui prédomine dans le fonctionnement cérébral. Il nous permet d'être « hyper sensitifs ». Bien entendu, il faut vivre avec et surtout l'accepter, l'appriivoiser, car dans notre société il y a bon nombre « d'agressions », qu'elles soient : visuelles, olfactives, tactiles, sonores. (cf livre Christel PetitCollin « je pense trop »)

Beaucoup de surréficients ont notamment l'oreille parfaite. C'est mon cas. J'ai passé toute la première moitié de ma vie à étudier la musique, chanter et jouer d'un instrument. C'est un domaine que je connais très bien. Depuis 10 ans déjà, j'ai approfondie mes connaissances dans la médecine parallèle, la physique quantique et tout ce qui concerne l'énergie des corps ainsi que la psyché. Il existe un bon nombre de thérapies par les sons et donc la musique. Mais vous l'aurez compris, malheureusement dès qu'il y a un outil qui permet de soigner, de faire le bien, il y a des gens qui le détournent et s'en servent pour contrôler, en tirer profit, voir rendre malade.

Je suis donc particulièrement sensible à ce qui est en train de se passer dans notre société à travers ce que véhicule l'industrie musicale. Et j'avoue que cela m'attriste beaucoup. La presse a beaucoup parlé de l'incidence de la « mal bouffe » ou junk food sur la santé des Hommes, mais je crois qu'il est grand temps de parler de l'incidence désastreuse de la « junk musique ». Nous ne mangeons environ que 3 fois par jour, alors que nos oreilles sont en action 24h/24. Les sons et la musique peuvent donc avoir un effet aussi dangereux et délétère que tout ce qui touche à la nourriture, à l'olfaction (ce sera l'objet d'une prochaine chronique).

### **Comment fonctionne un corps humain:**

En écrivant ces lignes, je réalise que finalement dans mon travail je suis restée une musicienne. Un être humain est un véritable instrument de musique, et mon travail consiste « simplement » à aider les gens qui viennent à moi, à ré-accorder leur corps, donc l'instrument qu'ils sont. Nous sommes doués de paroles et notre timbre de voix est notre note personnelle, qui nous différencie des autres. Tout le monde le sait aujourd'hui, notamment grâce aux médecines orientales, un être humain est avant tout énergie, donc vibration. Et la musique est avant tout vibration. Grâce à l'appareil photo inventé en 1939 par le Dr Kirlian, qui montre l'état vibratoire du corps, nous savons à quel point une émotion et donc bien entendu une musique, peut avoir une influence sur nos corps et donc notre psyché.

En travaillant avec les gens grâce au RFST, en le pratiquant moi même, je réalise à quel point plus notre corps est souple, plus nos tissus, organes, viscères etc fonctionnent mieux. En fait, notre corps résonne mieux : nous y voyons plus clair, notre énergie se renforce, notre santé s'améliore et par dessus tout, notre corps change, se « méta-mor-phrase » pour devenir de plus en plus beau, harmonieux. Donc plus notre « instrument corporel » sonne juste, est bien accordé et plus notre véritable personnalité émerge. Les gens sont d'ailleurs surpris de voir à quelle vitesse leur corps peut changer en mieux et surtout à quel point ils se sentent beaucoup plus en phase avec le RFST : il y a de moins en moins dissonance entre ce qu'ils sont à l'intérieur et ce qu'ils reflètent à l'extérieur.

Vous l'aurez compris, le RFST est donc une véritable technique pour ré-accorder un être humain sur tous les plans. J'ai pu constater que toutes les personnes qui veulent être en « accord » entre l'intérieur et l'extérieur, sont naturellement incapables d'écouter certaines musiques, de se rendre dans certains lieux ou de faire certaines choses.

A contrario, je viens malheureusement de faire la triste expérience de quelqu'un qui était une belle personne, qui de surcroît avait un très joli physique et qui en seulement 4 mois, a totalement basculé dans des choses très sombres, arrêtant bien entendu en parallèle tout contact avec le RFST ou les choses saines qu'elle pratiquait. J'ai été « impressionnée » de voir à quel point, plus cette personne partait dans des choses injustes, incohérentes, plus son corps s'est déformé et plus elle s'est mise à écouter de la « junk musique » à outrance, à ne fréquenter que des lieux où cette musique est proposée etc. C'est devenu une véritable addiction.

## **Au plan psychologique :**

Anthropologiquement parlant, et parce que les effets de la musique sur le corps et l'esprit sont prouvés, je voulais vous parler de ce phénomène afin que chacun en soit conscient. Vous l'avez compris avec la chronique pour 2013 : ce phénomène de manipulation par la musique continuera à se répandre et faire des dégâts, si personne ne dit rien, ne fait rien, sous prétexte que « c'est comme ça », que cela « ne nous concerne pas » ou je ne sais qu'elle excuse encore. Nous sommes tous co-créateur du monde dans lequel nous vivons. Si nous voulons qu'il change, qu'il y ait moins de violence, de colère, d'égoïsme, il faut que **CHAQUE** individu joue la note qu'il représente dans la grande symphonie de l'univers. Il est faux, injuste et illusoire de penser que la « crise » va s'arrêter, si on ne fait rien pour quelle s'arrête.

Vous l'aurez compris, nous vivons aujourd'hui dans une société qui est un véritable paradoxe : les conditionnements pilotent notre vie à notre insu, quand la grande majorité des gens pensent être libres. Et la musique est un domaine extrêmement utilisé pour manipuler des foules, en manipulant nos émotions. On le sait, une musique de pub, de film etc n'est jamais choisie par hasard. Et ce n'est qu'une part infime de l'utilisation détournée du **pouvoir** sonore. C'est puissant, car indolore, inodore, intangible, on en trouve partout.

Les peuples anciens utilisaient et utilisent encore certaines musiques pour guérir grâce à ce que l'on appelle notamment la transe. Ce phénomène se retrouve tout particulièrement dans ce que l'on nomme les musiques électroniques, parmi lesquelles il y a les « junk musiques ». Apparues dans les années 50, elles ont énormément progressé chez nous depuis les années 90. Étrangement, elles n'ont jamais été aussi présentes dans les soirées, les bars etc. Étrangement aussi et parallèlement à l'essor de ce style musical, on note une augmentation de la consommation de psychotropes et drogues en tout genre (cigarettes, alcool, cannabis, ecstasy, etc) et un malaise de plus en plus grand de la population. Il n'est pas compliqué de démontrer au plan anthropologique, comme le font bon nombre d'études, la corrélation directe entre le mal être de plus en plus important d'une grande part de la population et l'essor de la musique électronique « junk musique » entre autre. Si vous connaissez des gens qui fréquentent ce genre de soirées, vous savez dans quel état elles en sortent : elles peuvent avoir la tête, le comportement et le niveau vibratoire d'une personne qui vient de se faire un shoot. Là encore le paradoxe est qu'elles pensent faire la fête. Mais comment dire que l'on fait la fête, lorsqu'on ressort d'un lieu agar, le cerveau « déconnecté », épuisé. La fréquence destructrice de cette musique a un tel impact nocif sur le corps et le cerveau, qu'il faut souvent plusieurs jours pour se remettre d'une « simple » soirée.

Le Dr Masaru Emoto a fait un travail remarquable sur la mémoire de l'eau et notre corps est composé à presque 80% d'eau. Nous connaissons l'impact des vibrations sur l'eau. Il n'est donc pas compliqué de comprendre le côté dangereux que peut avoir certaine musique sur un être humain. Les personnes qui écoutent beaucoup d'électro et ne vont que dans des concerts ou soirées électro sont « addicts », comme on est « addict » à une drogue. Il est impossible de manquer une soirée, une semaine sans son « shoot ». En général, on ne voit pas cela avec tous les autres types de musique.

## **Quels sont les mécanismes de ce processus ?**

Le rythme est l'élément le plus physique et ancré de la musique et il est prédominant dans ce type de musique électronique que je nomme « junk musique ». C'est le seul élément dans la musique qui crée le mouvement de notre corps. Le volume accentue l'écrasement et l'engorgement de l'esprit. Un son très élevé jusqu'à la limite de la douleur entraîne une telle violence physique, qu'il bloque littéralement le processus de la pensée et de la raison, envahissant toute la substance mentale. La répétition excessive est une autre devise de certaine musique. La répétition est une méthode d'hypnose et d'endoctrinement, nous le savons. Les musiques "house", "techno", "transe", "dance", etc sont spécialisées dans cet art d'hypnotiser l'esprit et de favoriser la "sortie de soi". La musique a, dès lors, des effets conditionnant sur l'esprit.

Cette « junk musique » est d'autant plus dangereuse pour les personnes, qui comme moi, sont souffrantes ou en tout cas qui ont un cerveau droit prédominant. En effet, le rythme très répétitif et rapide sur lequel est construit ce type de musique électronique agresse totalement le cerveau droit.

Pour ne pas « disjoncter » notre hémisphère cérébral le met en OFF. On peut ainsi arriver à avoir des hallucinations, avoir la sensation de sortir de son corps, faire des expériences particulières qui sont en fait dues à l'effet de transe sur le cerveau (plus bien sur à l'effet de l'alcool et parfois de drogues, que consomment beaucoup de personnes qui sortent dans ce type soirées). Pour les personnes fragiles psychologiquement, qui ont un émotionnel très présent ou pour les surreficients, notamment ceux qui sont dans le déni de leur surreficience (il y en a beaucoup), il y a un véritable risque à terme de « péter un câble ». Comme on peut faire une overdose, il peut y avoir des phénomènes de décompensations psychologiques.

Selon [l'article publié dans Nature Neuroscience](#) par plusieurs chercheurs de l'Université de Montréal, le plaisir musical est comparable à celui procuré par la cocaïne. Selon le résultats de l'équipe de chercheurs, écouter de la musique augmente de 6 à 9% le niveau de dopamine dans le cerveau. *« Une personne est même montée à 21 %. « Si les états émotionnels que la musique procure, amènent à la production de dopamine, comme notre étude l'indique, cela pourrait expliquer pourquoi les expériences musicales sont aussi valorisées. Ces résultats pourraient expliquer pourquoi la musique est si efficace dans les rituels, le marketing, ou le cinéma pour manipuler les émotions»*, pronostique Valorie Salimpoor.

La dopamine est le précurseur de l'adrénaline et de la noradrénaline => Vous l'aurez compris, sur le moment, on a l'impression d'aller mieux!! Mais la principale fonction de la dopamine, en tant qu'hormone est d'inhiber la libération de prolactine par le lobe antérieur de l'hypophyse. C'est cette hormone, qui permet de ressentir le plaisir et le bien être, après un orgasme par exemple. La musique peut donc vraiment faire l'effet d'un « shoot » : au début on croit qu'on va mieux, mais la re-descente est difficile voire terrible, du fait du mal être que l'on ressent alors!! Le mécanisme d'addiction commence là : on ne va avoir de cesse de retrouver cet état d'excitation provoqué par l'adrénaline au début du processus, mais qu'on le veuille ou non, comme avec les drogues, on est « down » après, du fait de l'inhibition de la prolactine.

Une fois dans l'emprise de l'ambiance et d'un état de transe ou d'hypnose, pas besoin de chercher de messages subliminaux, on est en état de faire n'importe quoi et/ou de s'identifier aux messages suggérés par la musique. Quand un individu se trouve dans une foule, il change de comportement, il lui arrive même de faire des choses qu'il ne ferait jamais en temps normal quand il se trouve seul.

Gustave Le Bon (anthropologue et psychologue social) démontre dans ses recherches que les boîtes de nuits et les concerts ont un impact extraordinaire sur le mental. Sous l'influence de la foule, nous perdons petit à petit nos capacités de contrôle de soi. Le tout arrosé d'alcool et/ou de drogues rend n'importe quel individu vulnérable aux messages prévus à cet effet ! Un effet d'hypnose et d'euphorie prend le dessus. Les esprits deviennent alors réceptifs aux messages pervers et endoctrinant des chanteurs et/ou des musiques.

Il est clair qu'écouter occasionnellement une chanson ou une musique qu'elle qu'elle soit, ne transformera personne en drogué ou amateur d'occultisme!!. Il est clair aussi que pour certaines personnes fortes psychologiquement, aller dans des soirées électro, peut leur permettre d'évacuer beaucoup de colère et un trop plein d'énergie, grâce à la transe. Mais cela concerne une minorité, car il faut être déjà très « clair » pour être dans cet état d'esprit. C'est la répétition fréquente et incessante, la sensibilité et la fragilité de l'esprit qui fait que les effets dissimulés de la musique seront perceptibles. L'alcool, la drogue et la fatigue renforcent cette sensibilité et réceptivité.

C'est la loi des quantités et des excès qui influence. On devient accros et on perd peu à peu notion de la réalité. Dites à quelqu'un qui sort dans ce type de soirées électro toutes les semaines, voire plusieurs fois par semaine, de s'arrêter pendant quelque temps et vous verrez que c'est presque impossible. La personne sera en état de manque.

Il y a de plus en plus de gens en mal être, qui recherchent des sensations extrêmes pour avoir l'impression d'exister et/ou d'être heureux. Il y a aussi de plus en plus de gens qui sont différents dans leur sensibilité, leur énergie, leur façon de fonctionner (j'en suis une et j'en vois de plus en plus dans le cadre de mon travail) mais qui se sentent mal et donc entrent dans le déni de leur différence. Il est vrai, encore une fois, qu'il faut être fort psychologiquement de part la pression de la société, des gens

qui nous entourent pour dire par exemple comme je le fait ici, que la musique la plus « branchée » du moment est nocive dans la façon dont on l'écoute, l'utilise etc!!!! Comment résister lorsque 95% des gens autour de soi ne parle que de ça, ne vont que dans ces soirées etc. Tout de suite on sent le regard des gens qui nous considèrent comme des arriérés du bulbe!! des ringards.

Attention, je suis une musicienne dans l'âme et mon but ici n'est pas de dénoncer la musique électronique. J'aime et j'écoute à peu près tous les styles de musiques qui existe, donc l'électro. Mais premièrement il y a musique électronique et musique électronique et il y a une différence fondamentale entre écouter un musique dans un endroit « safe », véritablement pour le plaisir des sens et l'écouter dans des lieux où le niveau sonore est nocif, ou il y a de l'alcool (sans parler du reste) et des gens qui dans la majorité sont dans un grand mal être, dont ils rejettent la responsabilité sur les autres, la société etc.

Je souhaite simplement vous sensibiliser sur la façon dont on utilise de plus en plus ce genre de musique, à quel point il est facile de détourner des choses qui sont bien à la base, pour en faire un « outil » de marketing et de manipulation. A vous de prendre la parole pour sensibiliser à ce phénomène les gens autour de vous. Si vous connaissez des gens qui sont pris dans cet engrenage, ils risquent de ne pas pouvoir en sortir seul. Sauf exception, il faut de l'aide pour se désintoxiquer et surtout **il faut des gens autour de soi qui doivent être extrêmement clairs, cohérents, stables et capable de montrer concrètement le bon chemin.**

Merci de votre lecture et j'espère pouvoir continuer d'échanger avec vous sur ce thème.

*Sandrine*