

L'Oreille, instrument d'Écoute et d'Équilibre

Notre oreille est un instrument d'écoute, d'équilibre et d'orientation spatiale extrêmement sensible. Elle joue un rôle très important dans la gestion de notre relation au monde qui nous entoure et aux autres.

Son bon fonctionnement dépend essentiellement de l'équilibre des pressions au niveau des oreilles interne et moyenne, de la bonne aération de la trombe d'Eustache que favorise une respiration nasale développée et libre, ainsi qu'une détente du nasopharynx.

Le pavillon de l'oreille est quant à lui un véritable entonnoir entre le dehors et le dedans. Son ouverture ou sa fermeture suivent les aléas de notre vie psycho-somatique et relationnelle.

L'écoute est une disponibilité qui dépasse de beaucoup le simple jeu instrumental de l'oreille. Elle engage tout l'être, sa capacité de relation, d'ouverture et de présence, mais aussi sa disponibilité pour recevoir les informations sonores dans leur absolu, avant que le mental ne sélectionne et ne filtre en fonction du déjà connu et des habitudes. Elle nécessite donc une vraie présence sensorielle

Au cours de ce séminaire nous proposerons à chacun de :

- Développer une écoute par le corps tout entier, véritable dialogue vibratoire entre soi et le monde environnant.
- Libérer l'instrument de l'écoute des tensions qui limitent son fonctionnement (notamment au niveau des trapèzes et de leurs insertions sur la mastoïde, des muscles des mâchoires et du visage).
- Enrichir la perception harmonique qui permet d'entrer dans la plénitude du son.
- Stimuler la symétrie fonctionnelle des deux oreilles pour une meilleure perception du relief sonore, et la possibilité d'entendre le silence et sa densité, au delà des bruits.
- Apprendre à s'écouter, à percevoir sa propre voix telle qu'elle est.
- Accorder écoute aérienne et écoute osseuse.
- Développer le champ sensoriel auditif dans les trois dimensions de l'espace

"Explorer le champ du possible, c'est ouvrir une porte vers un mieux être." François Combeau

Dates : 25 – 26 – 27 septembre 2015

Lieu : CAC Concarneau

Tarifs : 210 € adhérents 2015 / 230 € non adhérents