

PSiO TRANS

Vibroacoustique



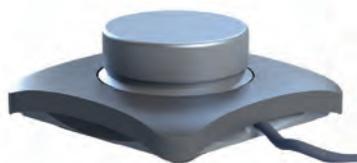


PSiO TRANS

Vibroacoustique

La
science
VIBROACOUSTIQUE





La science vibro-acoustique permet de produire des sons & des vibrations à partir d'un enregistrement spécialement calibré par ingénierie sonore. Ces sons génèrent des ondes vibratoires dans le plan de la surface sur laquelle les transducteurs sont fixés. Ils se propagent dans tout le corps et procurent une forme de massage profond des tissus mous et du squelette lorsque la personne est couchée sur la table de soins ou installée dans un fauteuil de relaxation.

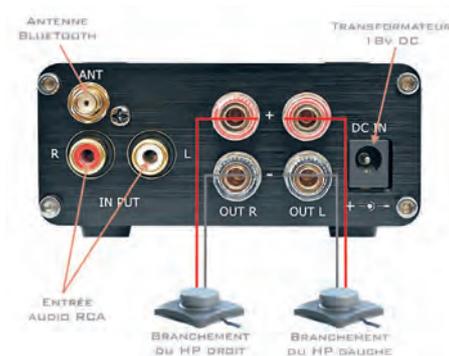
Ceci amène une sensation de plaisir intense d'une part et un rééquilibrage des tensions des muscles moteurs et lisses (des viscères) d'autre part. Certaines fonctions sont harmonisées et peuvent se normaliser naturellement. Il n'existe pas de contre-indications connues actuellement. Quand on utilise le PSiO Trans, il n'y a pas qu'un seul voyage, il est donc intéressant de tester les enregistrements qui font le plus d'effet, étant entendu que chaque personne est différente.

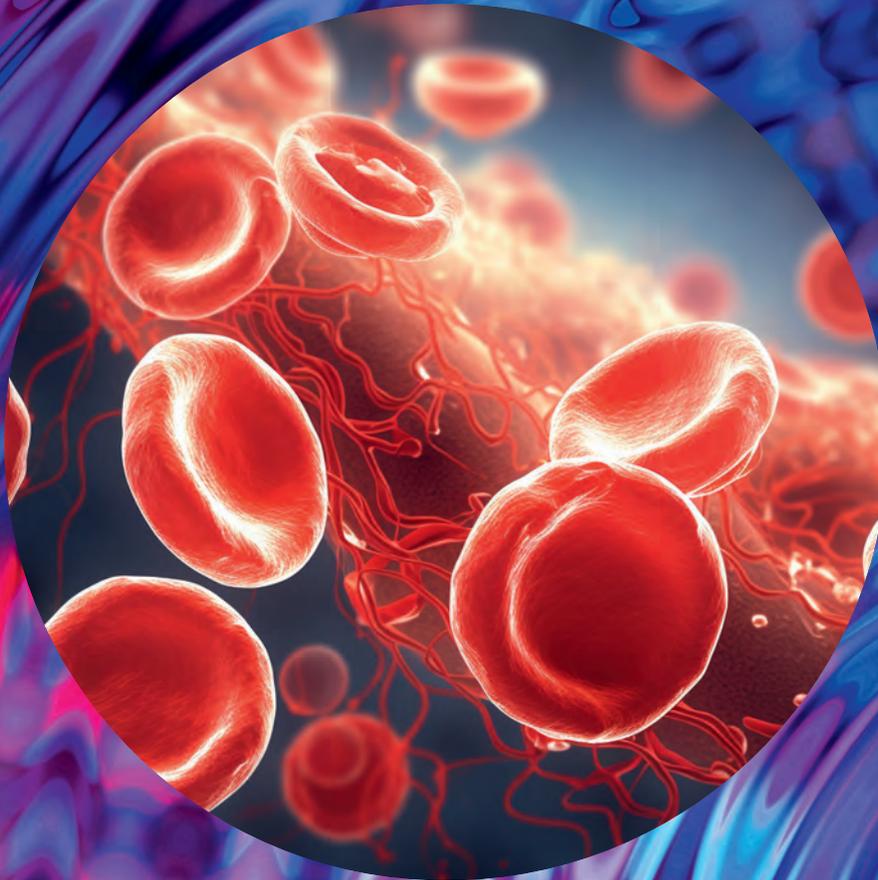
Dans tous les cas, le vécu est fantastique et à chaque fois la sensation est riche et profonde.

Détails du système PSiO Trans

- Deux transducteurs
- Un amplificateur avec une alimentation & un câble audio
- Un smartphone incluant le catalogue vibroacoustique
- Les fichiers vibrants Audiocaments® sont inclus

Ce système est disponible seul pour être placé sur une table de massage ou déjà intégré à une table ou à un siège.





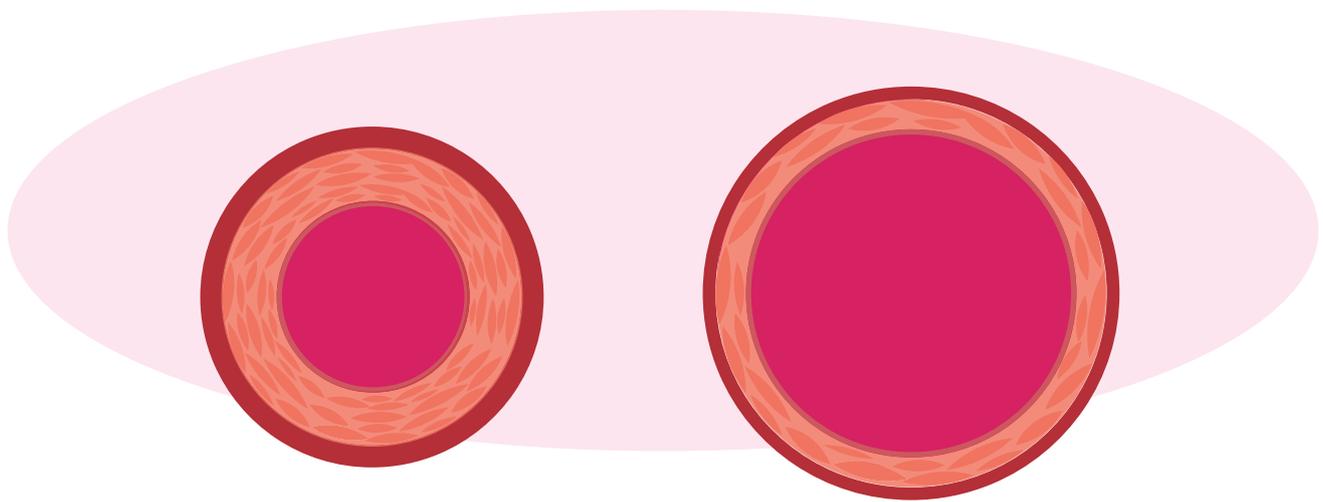
La VASODILATATION

Effets de la vibration 40 HERTZ sur:

- la circulation sanguine
- la tension artérielle
- la santé cardiovasculaire

Pourquoi la relaxation induit la vasodilatation des vaisseaux sanguins?

Les méthodes de relaxation, en général, entraînent la vasodilatation des vaisseaux sanguins pour plusieurs raisons physiologiques.



Vasoconstriction

Vasodilation

La vasodilatation des micro-vaisseaux sanguins signifie l'élargissement de ces vaisseaux, ce qui permet à davantage de sang de circuler à travers eux.

Facteurs incriminés :

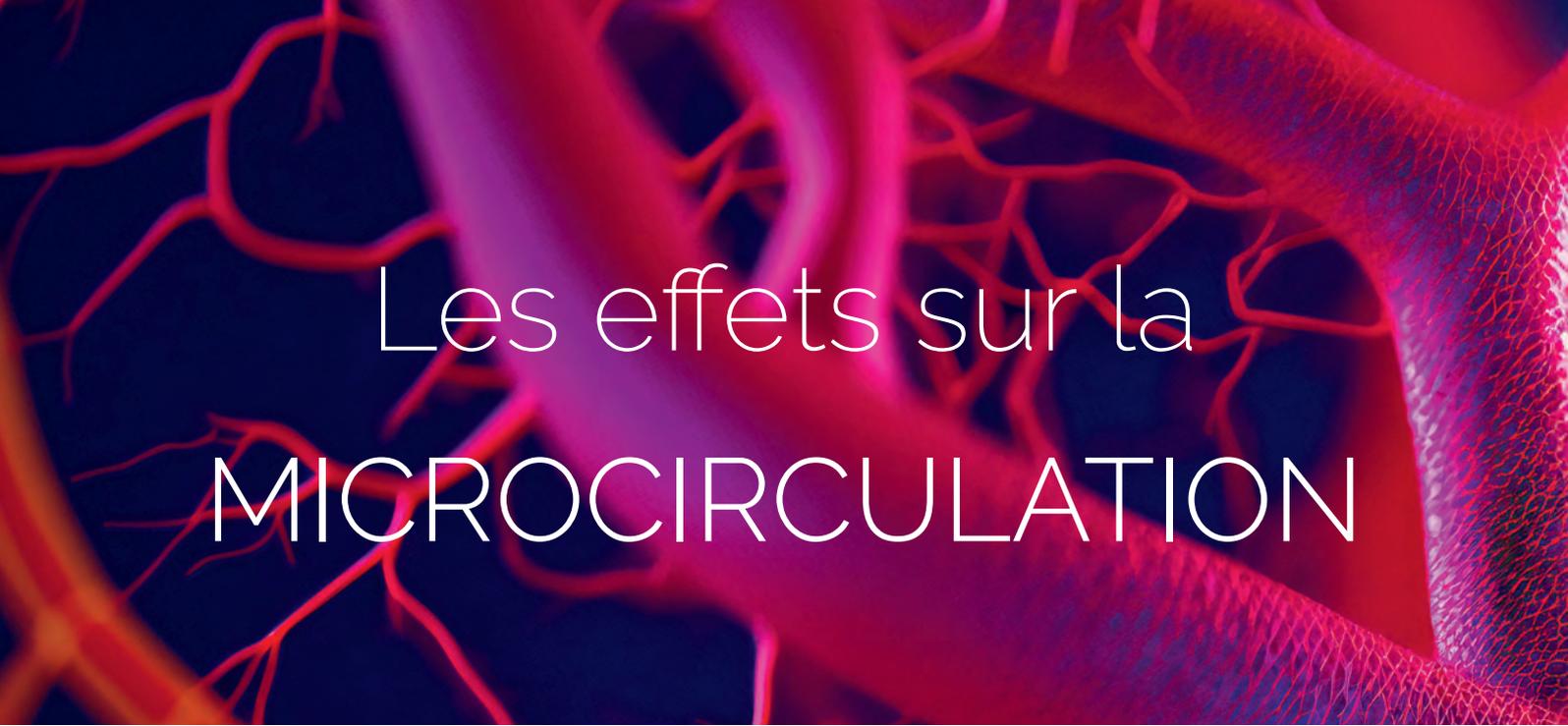
1. **Réduction du stress** : Lorsque vous êtes stressé ou anxieux, votre corps libère des hormones de stress, telles que le cortisol et l'adrénaline. Ces hormones peuvent provoquer une constriction (vasoconstriction) des vaisseaux sanguins, ce qui limite le flux sanguin. En vous relaxant, vous réduisez la libération de ces hormones de stress, ce qui permet aux vaisseaux de se dilater.
2. **Activation du système nerveux parasympathique** : La relaxation favorise la prédominance du système nerveux parasympathique qui favorise la vasodilatation en relâchant les muscles lisses qui entourent les vaisseaux sanguins, ce qui élargit le diamètre de ces derniers.
3. **Diminution de la tension musculaire** : La relaxation musculaire profonde peut réduire la tension musculaire. Les muscles tendus peuvent comprimer les vaisseaux sanguins,

limitant ainsi le flux sanguin. En relâchant les muscles, vous permettez aux vaisseaux de se dilater et d'augmenter le flux sanguin.

4. **Libération d'oxyde nitrique** : La relaxation peut favoriser la libération d'oxyde nitrique (NO) dans les vaisseaux sanguins. L'oxyde nitrique est un messenger chimique qui détend les parois des vaisseaux sanguins, provoquant ainsi leur vasodilatation.
5. **Réduction de la pression artérielle** : La relaxation peut également réduire la pression artérielle. Une pression artérielle élevée peut entraîner la constriction des vaisseaux sanguins. En abaissant la pression artérielle, la relaxation peut contribuer en même temps au processus de vasodilatation.

Pour toutes ces raisons, les vibrations relaxantes du siège PSiO TRANS induisent une vasodilatation des vaisseaux sanguins.

La vibration relaxante qui pénètre tout le corps en profondeur va donc avoir des effets bénéfiques sur la circulation sanguine, la tension artérielle et la santé cardiovasculaire en général.



Les effets sur la MICROCIRCULATION

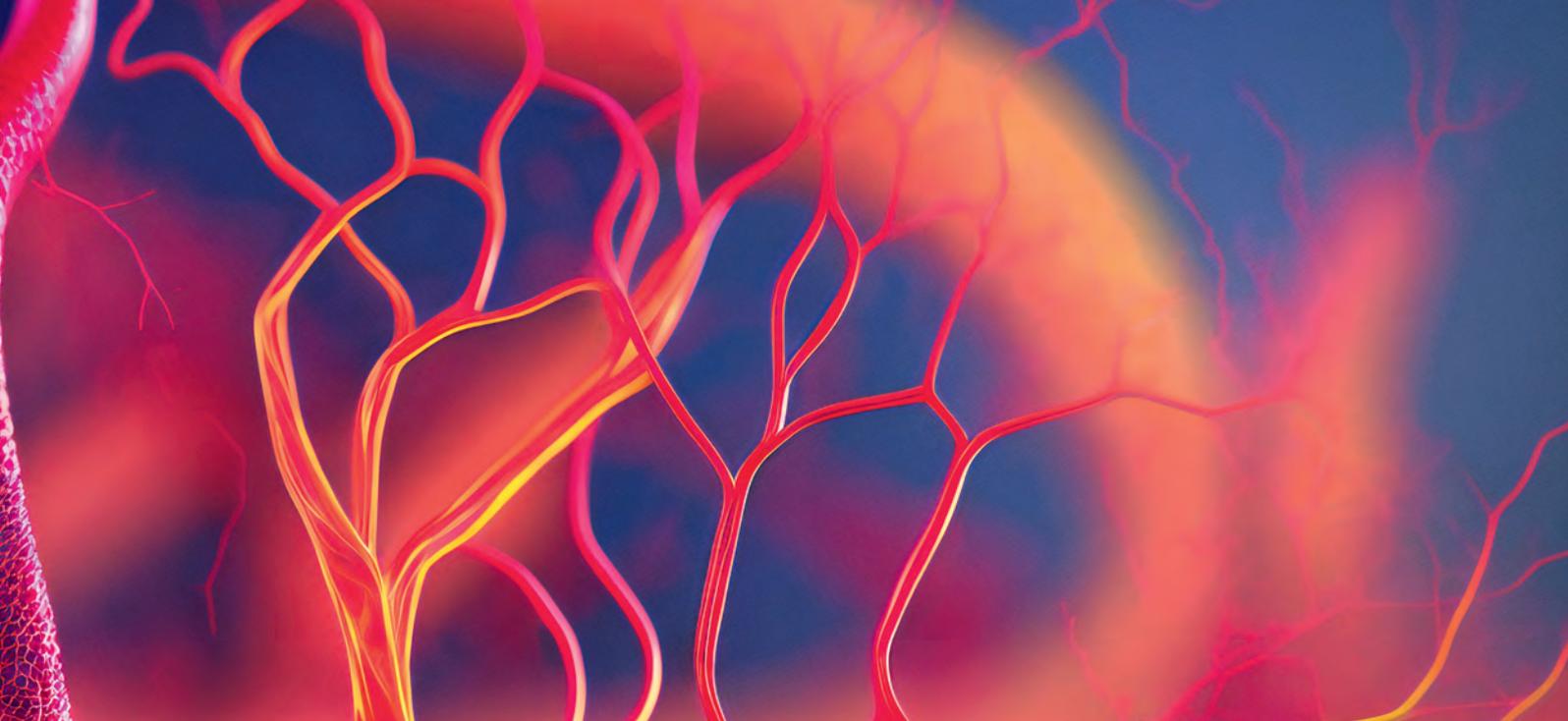
La vibroacoustique n'a pas seulement un effet sur les vaisseaux sanguins majeurs mais aussi sur la microcirculation.

La microcirculation fait référence au réseau de petits vaisseaux sanguins, tels que les artérioles, les capillaires et les veinules, présents dans tout le corps pour assurer la perfusion sanguine des tissus et des organes. Ces vaisseaux sanguins sont beaucoup plus petits que les artères et les veines principales et sont responsables de l'approvisionnement en sang des cellules et des tissus. La microcirculation joue un rôle essentiel dans le maintien de la santé des tissus et des organes, car elle permet la livraison d'oxygène et de nutriments essentiels aux cellules, tout en éliminant les déchets métaboliques et en régulant la température corporelle. Voici quelques points importants concernant la microcirculation :

1. **Capillaires sanguins** : Les capillaires sont les plus petits vaisseaux sanguins du corps et sont responsables des échanges de gaz, de nutriments et de déchets entre le sang et

les cellules. Leur structure fine permet une diffusion efficace des molécules à travers leurs parois.

2. **Régulation du débit sanguin** : La microcirculation est étroitement régulée afin de s'adapter aux besoins spécifiques des tissus. Par exemple, lorsqu'une région du corps a besoin de plus de sang, les artérioles se dilatent pour augmenter le flux sanguin.
3. **Nutrition cellulaire** : La microcirculation assure l'approvisionnement en oxygène, en glucose et en autres nutriments essentiels aux cellules, soutenant ainsi leurs fonctions métaboliques et leur survie.
4. **Élimination des déchets** : Les déchets métaboliques, tels que le dioxyde de carbone, sont transportés par la microcirculation pour être éliminés du corps par les poumons et les reins.
5. **Régulation de la pression sanguine** : Les vaisseaux sanguins de la microcirculation peuvent influencer la pression artérielle en ajustant la résistance vasculaire.

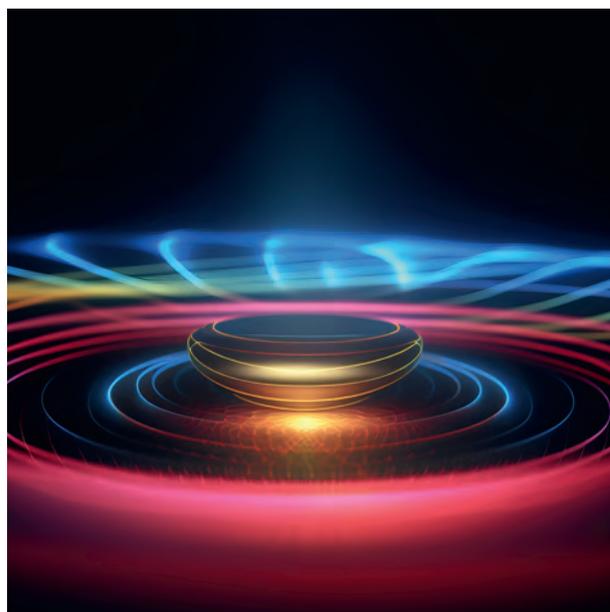


Des problèmes de microcirculation peuvent entraîner divers problèmes médicaux : notamment une réduction du flux sanguin dans les tissus et parfois un manque d'oxygène et même jusqu'à une sorte d'asphyxie des tissus, dans certains cas de l'hypertension artérielle et d'autres troubles liés à une mauvaise perfusion sanguine. La santé de la microcirculation est donc cruciale pour le bien-être général du corps et joue un rôle clé dans de nombreuses maladies et affections.

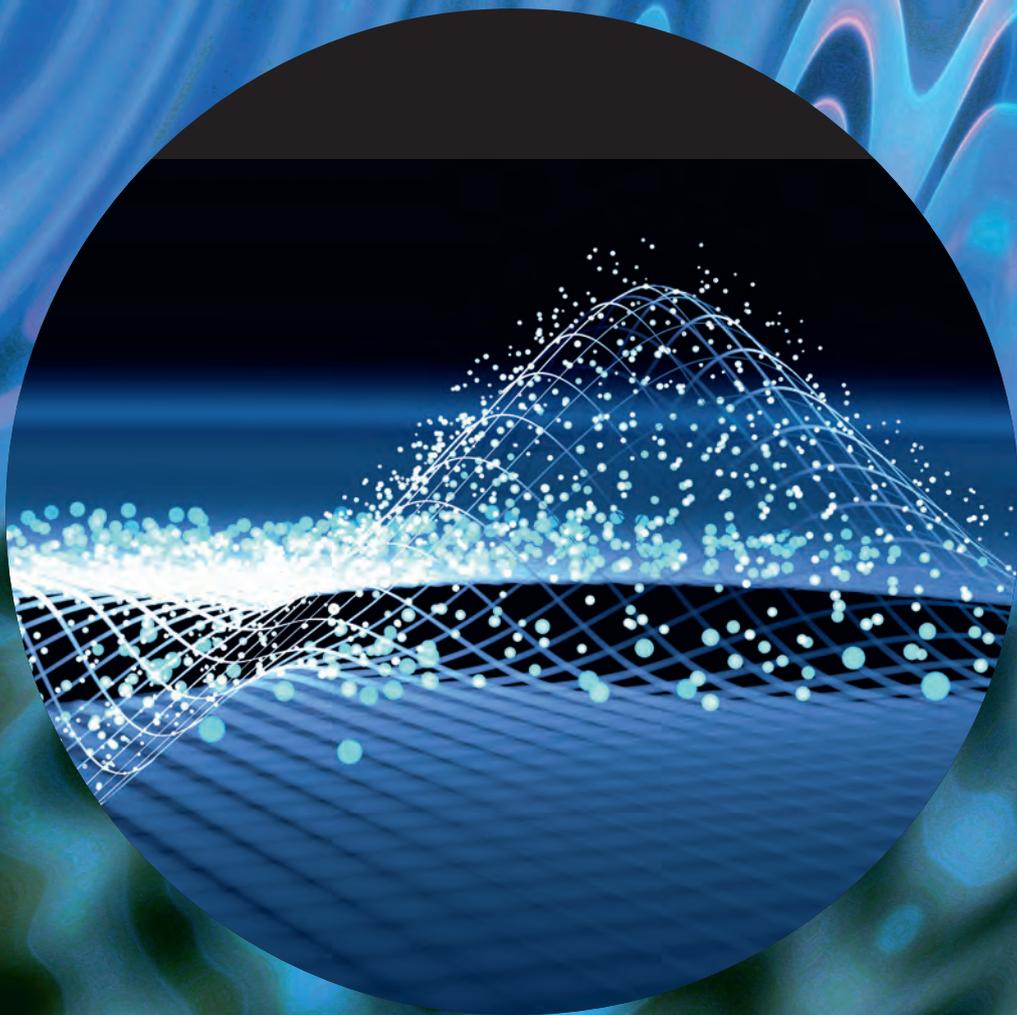
Lorsque la séance de vibroacoustique démarre, la vibration relaxante pénètre toutes les zones corporelles et provoque rapidement, en profondeur, une relaxation non seulement des muscles volontaires & involontaires mais aussi des muscles des viscères qui sont en pilotage automatique. La vibration relaxante et le plaisir sensoriel que procure le PSiO TRANS induisent immédiatement une stimulation du système nerveux parasympathique qui va ainsi provoquer l'ouverture de la microcirculation. Ceci concerne aussi les organes équipés de muscles lisses (se contractant automatiquement

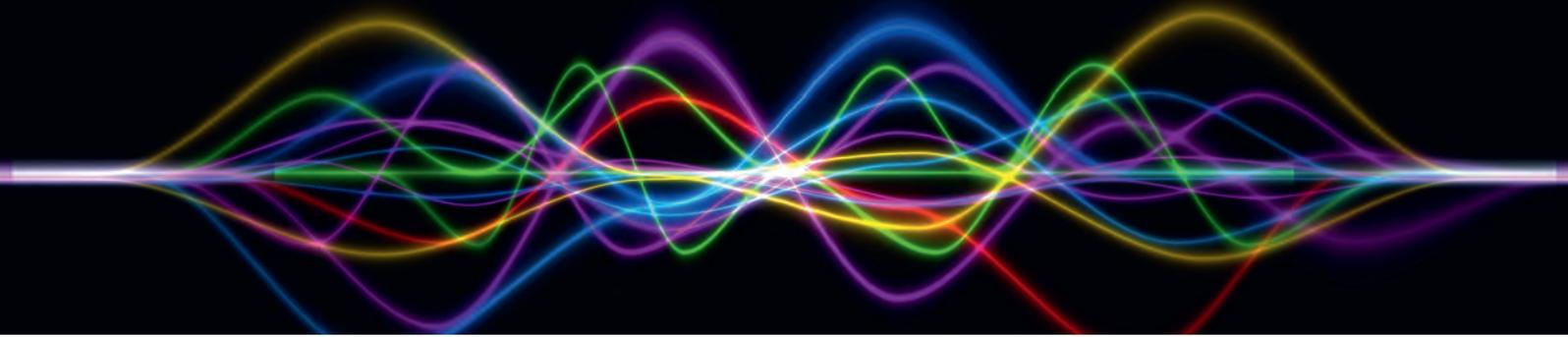
sans notre concours) comme l'intestin, l'estomac, mais aussi les fascias, ligaments, tendons et autres structures profondes reliées ou non aux os et à tout le squelette. L'onde vibrante résonne dans tous les tissus jusqu'au niveau cellulaire et se propage donc à toutes les structures organiques qui constituent le corps humain. Ceci explique cette sensation de bien-être global mais aussi cette impression de chaleur dans le dos qui repose sur le siège durant la séance.

Les mesures réalisées par thermographie témoignent de cet effet vasculaire y compris au niveau cutané.



Les
mécanismes
ANTALGIQUES



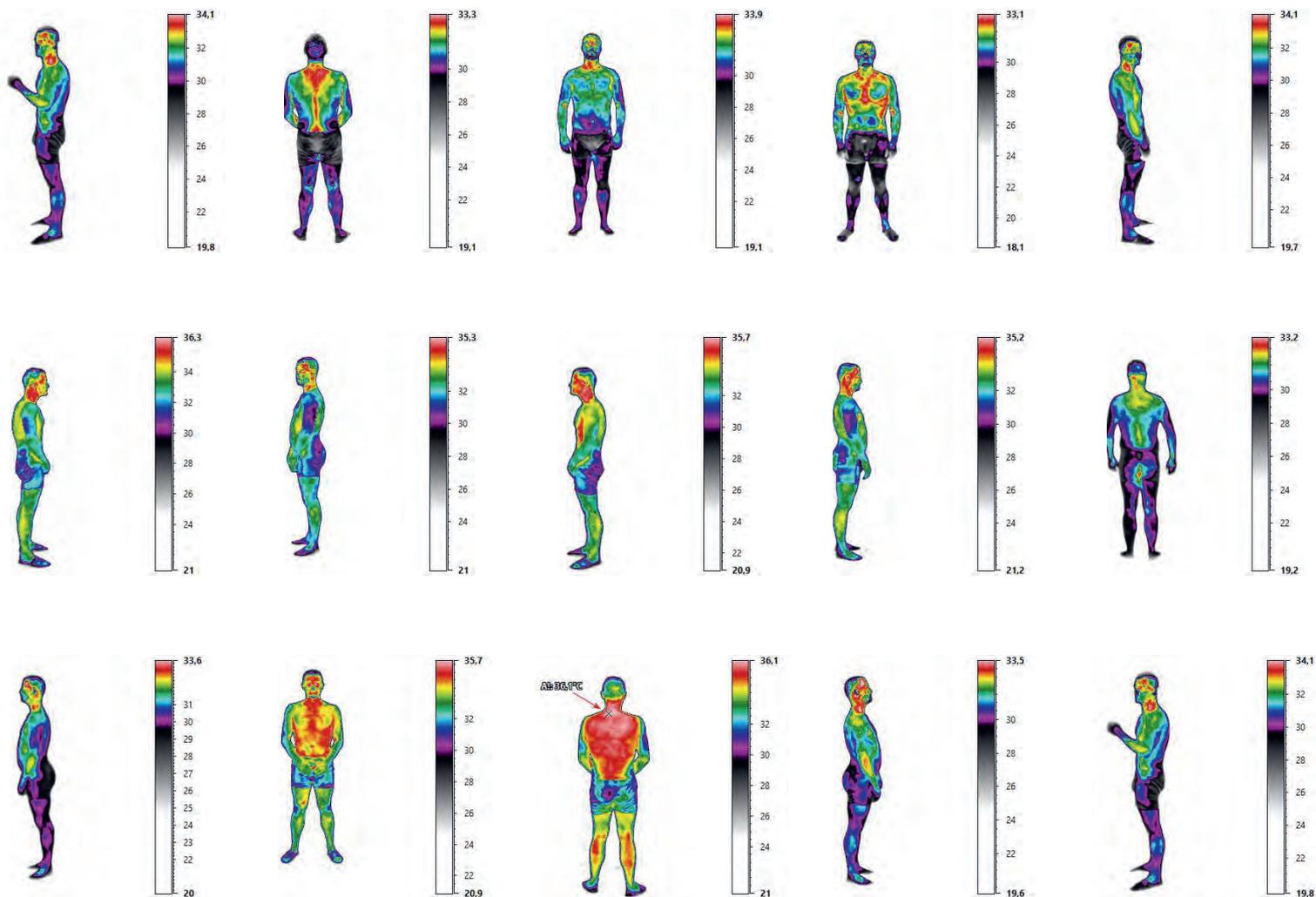


Les vibrations corporelles comme celles générées par la technologie vibroacoustique, peuvent avoir un effet analgésique grâce à plusieurs mécanismes :

1. **Le concept de saturation des récepteurs à la douleur** : le cerveau peut être occupé par les signaux sensoriels provenant des vibrations, ce qui peut inhiber la transmission des signaux de douleur à travers la moelle épinière. En d'autres termes, les signaux de vibration peuvent fermer «la porte» aux signaux de douleur, réduisant ainsi la perception de la douleur.
2. **Libération d'endorphines** : Les vibrations corporelles VA (vibroacoustiques) stimulent la libération d'endorphines, qui sont des neurotransmetteurs naturels qui ont un effet analgésique. Les endorphines peuvent aider à réduire la douleur et à améliorer le bien-être.
3. **Amélioration de la circulation sanguine** : Les vibrations améliorent la circulation sanguine dans les zones ciblées, ce qui peut aider à réduire la douleur en fournissant davantage d'oxygène et de nutriments aux tissus affectés, ainsi qu'en éliminant les déchets métaboliques.

4. **Relaxation musculaire** : Les vibrations aident à détendre les muscles tendus ou contractés, ce qui réduit la tension et la douleur musculaire.
5. **Stimulation des mécanorécepteurs** : Les mécanorécepteurs dans la peau et les muscles sont stimulés par les vibrations, ce qui peut moduler la perception de la douleur en modifiant la façon dont le cerveau traite les signaux sensoriels.
6. **Un effet «plaisir»** : Il est également possible que certaines personnes ressentent un soulagement de la douleur en raison du plaisir sensoriel pur que procure la vibroacoustique. Cela peut influencer leur expérience subjective de la douleur.

Il convient de noter que l'efficacité des vibrations corporelles comme méthode de soulagement de la douleur peut varier d'une personne à l'autre et dépendre de la cause sous-jacente de la douleur. En cas de douleur persistante, il est important de consulter un professionnel de la santé pour un diagnostic et un traitement appropriés.



Mesure de l'effet relaxatant par THERMOGRAPHIE

L'expérimentation a pour objectif de vérifier l'effet de la technologie PSiO sur l'induction d'un état de relaxation. La technologie PSiO est constituée d'une lunette produisant de la lumino-relaxation (avec le programme de guidance par la voix «DOS RELAX» du Dr Lisoir) et d'un siège produisant un effet vibro-acoustique. La littérature scientifique présente un effet de la relaxation sur la micro-circulation cutanée et la vasodilatation des vaisseaux sanguins. Cet effet doit pouvoir être mesuré par une augmentation de la température de la peau.

Ces images sont faites avec une caméra thermique qui permet de mesurer et de visualiser

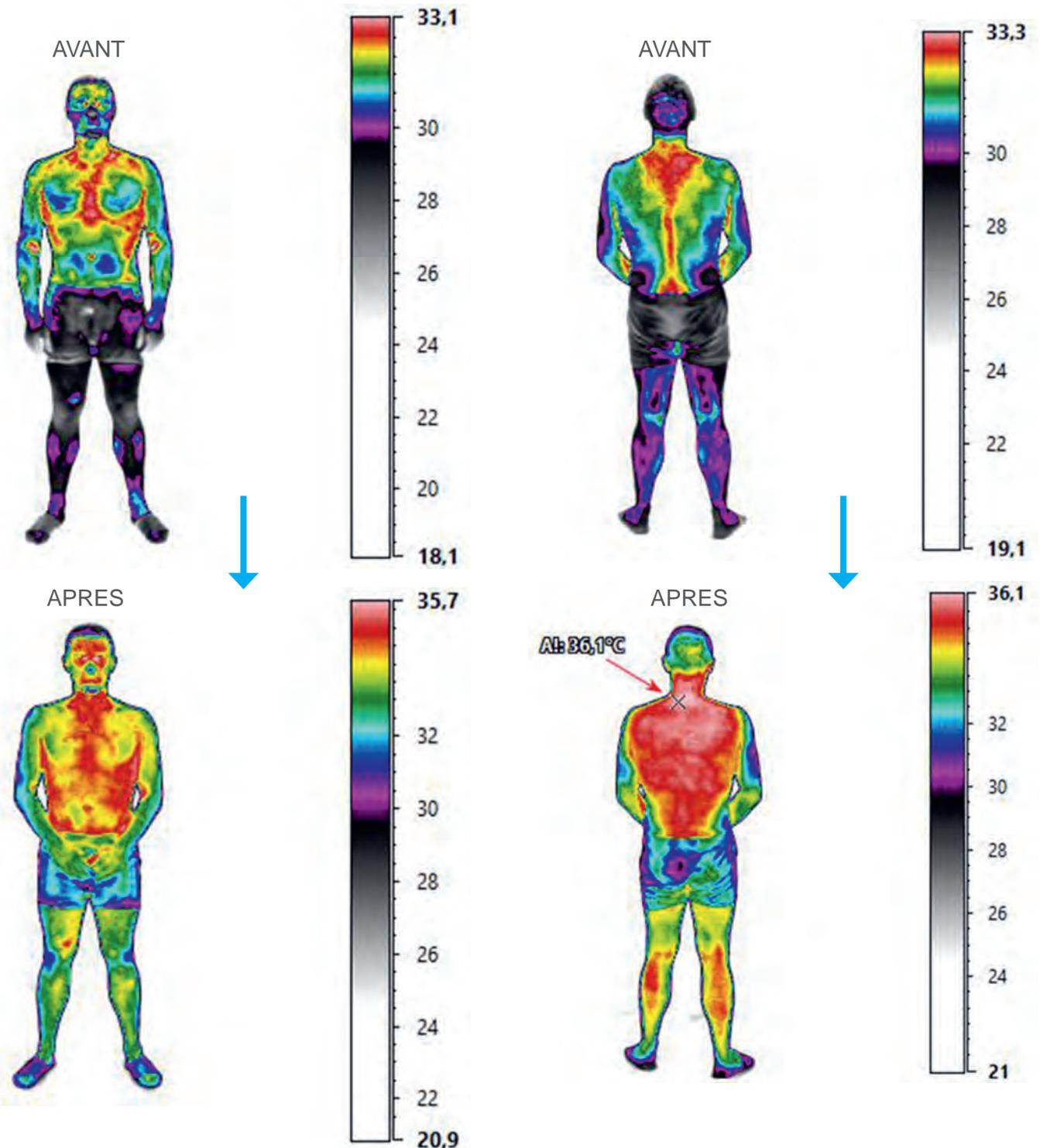
la distribution de la chaleur (le rayonnement infra-rouge). Les variations de température sont représentées par différentes couleurs, allant du bleu (plus froid) au rouge (plus chaud) une mesure en degré celsius est faite et s'affiche sur la droite de la photo. La température cutanée normale du corps humain varie généralement entre 32°C et 35°C, selon les individus. Ici, on compare les sujets par rapport à eux-mêmes ce qui permet de travailler sur un plus petit nombre de sujets. La thermographie s'effectue AVANT l'expérimentation (en station debout, de face et de dos) et APRES 30 minutes d'utilisation de la technologie PSiO réglée sur un programme de « relaxation profonde », (à nouveau en station

debout, de face et de dos). La comparaison est donc aisée. L'objet de l'expérience est de vérifier l'effet RELAXANT sur la microcirculation et notamment celle de la peau.

Selon le niveau de connaissance actuelle, bien que la relaxation puisse influencer la température cutanée à la hausse, une

augmentation de presque 3 degrés Celsius est fort peu probable. L'effet relaxant de la technologie P*SiO* sur la microcirculation n'est donc pas seulement hautement significatif mais plus qu'extrêmement efficace.

Lors de cette expérience, voici l'évolution de la température cutanée en 30 minutes :



DE FACE : 33,1 degré Celsius à 35,7 degrés Celsius soit une augmentation de 2,6 degrés en 30 minutes.

DE DOS : 33,3 degrés Celsius à 36,1 degrés Celsius soit une augmentation de 2,8 degrés en 30 minutes.

Programmes vibroacoustiques pour PSiO Trans

Programmes en musiques

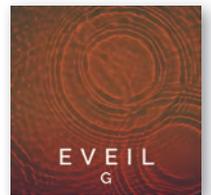


Eveil

Musique vibrante - 20 min.

Ce morceau de musique est très efficace pour l'éveil de l'esprit et pour générer un profond sentiment de paix intérieure. Il s'agit d'un enregistrement magique qui s'est avéré avoir des effets de guérison émotionnelle exceptionnellement puissants. Aussi bon pour la douleur (tant importantes que petites) il est accordé au tempo d'une respiration méditative. La musique est réglée sur 432 Hz. Il a été démontré que 432 Hz crée un magnifique motif de mandala dans chaque goutte d'eau de votre corps. C'est aussi la fréquence du méridien du cœur selon l'Égypte ancienne.

✓ Relaxation ✓ Soulagement de la douleur ✓ Sommeil ✓ Connexion à l'esprit



Illumination

Musique vibrante - 30 min.

C'est l'un de nos titres les plus puissants. Il combine le son de moines méditant paisiblement, avec le son de cordes et d'une tonalité vocale extrêmement sincères. Il a un doux et beau flux qui vous emmène du cœur à une méditation profonde. Les battements binauraux commencent en Alpha, passent à Thêta, Delta, puis à Deep Meditation Sub-Delta. La chanson est réglée sur 432 Hz. Il a été démontré que 432 Hz crée un magnifique motif de mandala dans chaque goutte d'eau de votre corps.

Commentaires: Un morceau divin de musique. Pour moi, cela a été apaisant, créant des espaces calmes. Mon cœur a pu se détendre, lâcher prise et guérir. Je l'ai utilisé pour créer et réaliser des projets créatifs ainsi que pour m'endormir en douceur. C'est presque comme être enveloppé dans des ailes douces qui vous tiennent près et en sécurité. – Katja 2011 (Australie/Tasmanie)



Fleur de vie

Musique vibrante - 20 min.

L'intention de ces chansons est d'apporter l'Amour pur dans votre cœur. Cette chanson puise dans les aspects fondamentaux de la beauté et de la puissance montante en nous tous. L'Eau de Vie est l'Amour Divin.

Aller aux limites de l'espace vous donne une perspective unique sur votre réalité actuelle à votre retour. Cela vous fait également réaliser que puisque toute réalité est une illusion, vous êtes libre de créer la réalité que vous voulez. Cette chanson offre une perspective complète sur un large éventail de domaines. Développez votre créativité, développez votre conscience.

La musique utilise des battements binauraux en thêta qui se transforment en delta. La chanson atteint lentement son apogée. Quelque chose d'anormalement profond se produit au cours des dernières minutes... puis la chanson se termine par un ressenti le plus paisible que vous puissiez imaginer. La chanson est réglée sur 432 Hz.

Programmes vibroacoustiques pour PSiO Trans

Programmes en musiques



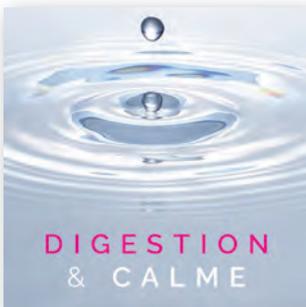
Chakra Tour

Musique vibrante - 30 min.

Ce titre est un voyage à travers l'énergie de chaque chakra. L'objectif est d'équilibrer chaque chakra pour l'expérimentateur au fur et à mesure que nous les parcourons.

Le titre couvre toute la gamme de fréquences en utilisant 7 octaves.

Le titre comprend des battements binauraux qui se déplacent de Thêta à Delta pour amener l'auditeur à un état de paix profond à la fin du titre.



Digestion & Calme

Musique vibrante - 19 min.

L'ensemble du titre est réglé sur la fréquence du jus de citron. Des fréquences de battements binauraux qui déclenchent la libération de sérotonine dans l'hypothalamus, qui est la glande clé qui vous indique quand vous avez faim. Lorsque la sérotonine est libérée, la sensation de faim stoppe.

Le titre comprend des fréquences d'activation pour faire « bourdonner » votre métabolisme. Nous vous amenons ensuite dans un état très paisible afin de résoudre tout problème émotionnel. En paix, nous sommes satisfaits. Nous avons également défini notre intention que ce titre vous permette de vous aimer davantage. Nous avons maintenu cette intention de manière cohérente tout au long de l'enregistrement et du mixage.

La chanson est maintenant sur 432 Hz.

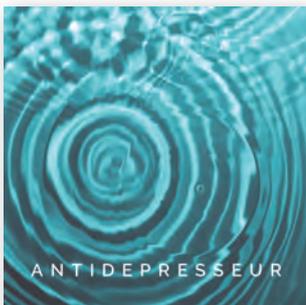


Calme

Musique vibrante - 30 min.

Ce titre vous fera « décoller » de la manière la plus douce. De nombreux titres de sommeil vous endorment en vous épuisant avec des sons et de la musique qui ne sont pas si apaisants à écouter - ce qui entraîne un sommeil qui n'est pas très paisible ou profond. Cette musique vous berce harmonieusement dans un état de paix profonde avant même de vous endormir. Les battements binauraux à deux niveaux de Delta entraînent votre cerveau dans un état de sommeil profond et de méditation. Avec les écouteurs, vous obtenez l'avantage supplémentaire d'avoir votre cerveau gauche et droit synchronisé.

Ce titre est également très efficace pour soulager l'anxiété. La chanson est réglée sur 432 Hz.



Antidépresseur

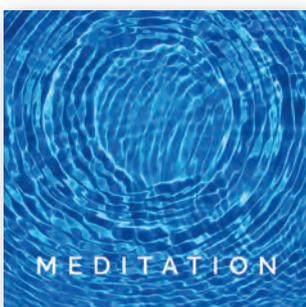
Musique vibrante - 20 min.

Sur la base des recherches dans le domaine de la thérapie par le son, plusieurs composants clés du son peuvent aider à lutter contre la dépression :

1. Les hautes fréquences
2. Une gamme complète de fréquences et de balayages de fréquences aide à sortir quelqu'un d'une fréquence ou d'une humeur particulière.
3. Les fréquences de battements binauraux dans Alpha activent le cerveau de manière homogène.

Tous ces composants sont incorporés dans cette musique vibrationnelle avec une intention puissante pour le soulagement de la dépression. Cette intention a été maintenue de manière constante pendant l'enregistrement et le mixage de la chanson. La chanson a également une piste de violoncelle très « calme » et réconfortante afin d'apporter un sentiment de paix et d'immobilité dans la tempête de la vie que nous rencontrons souvent.

La chanson est réglée sur 432 Hz.



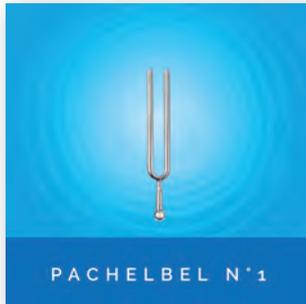
Méditation

Musique vibrante - 16 min.

Le but de ce titre est de vous amener à un endroit où vous ressentirez les 7 chakras simultanément. C'est l'état idéal. Lorsque vous êtes présent avec les 7 chakras en même temps, vous commencez souvent à remarquer l'énergie de la kundalini circulant à travers les chakras

Programmes vibroacoustiques pour PSiO Trans

Programmes en musiques



Pachelbel N°1 – 30 minutes

Musique vibrante - 30 min.

Ce titre est particulièrement ouvert sur le cœur. Il est particulièrement bon pour éliminer les émotions bloquées et la relaxation profonde. Pachelbel fait pleurer plus de gens que n'importe quelle chanson au monde (c'est de loin la chanson n°1 utilisée dans les mariages). C'est triste et émouvant à la fois. Je peux l'écouter à répétition pendant des jours. Cela m'ouvre tellement le cœur. Lorsque vous écoutez avec une attention totale, cela vous plonge vraiment au cœur de l'amour.

- ✓ Relaxation
- ✓ Soulagement de la douleur
- ✓ Sommeil
- ✓ Connexion à l'esprit



Pachelbel N°2 – 60 minutes

Musique vibrante - 60 min.

Ce titre est particulièrement ouvert sur le cœur. Il est particulièrement bon pour éliminer les émotions bloquées et la relaxation profonde. Pachelbel fait pleurer plus de gens que n'importe quelle chanson au monde (c'est de loin la chanson n°1 utilisée dans les mariages). C'est triste et émouvant à la fois. Je peux l'écouter à répétition pendant des jours. Cela m'ouvre tellement le cœur. Lorsque vous écoutez avec une attention totale, cela vous plonge vraiment au cœur de l'amour.

- ✓ Relaxation
- ✓ Soulagement de la douleur
- ✓ Sommeil
- ✓ Connexion à l'esprit



Pachelbel N°3 - Silvina et les anges

Musique vibrante - 28 min.

La voix est totalement inspirante, apportant des vagues d'amour. Pendant le chant, la chanteuse s'est connectée à des images d'enfants du monde entier qui ont commencé à lui apparaître et elle a senti son cœur s'ouvrir en réponse à leur joyeuse présence. Elle s'est abandonnée à leur présence aimante et, ce faisant, s'est permise de devenir un chœur d'une seule femme. Avec une pleine attention, il est spirituellement profond et très puissant.

- ✓ Activation
- ✓ Connexion à l'esprit

1) Instrumental – Courte démo. 2) Invocation - Un voyage à travers tous les chakras - Canalisé en jouant au bol de cristal. De doux à beau à puissant! 3) Pachelbel Silvina - Courte démo



Tibet

Musique vibrante - 25 min.

Il s'agit d'une méditation extrêmement relaxante avec des vagues de voix masculines mélangées à des Tingshas et d'autres instruments anciens.

Ce titre fonctionne très bien comme musique de fond. Vous pouvez le laisser en lecture toute la journée.

- ✓ Centrage
- ✓ Relaxation
- ✓ Méditation
- ✓ Connexion à l'Esprit



Méditation de la forêt

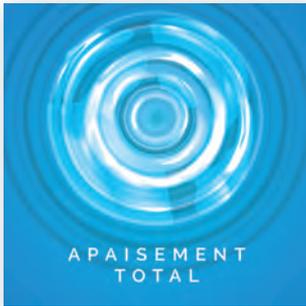
Musique vibrante - 59 min.

Un morceau très paisible avec une belle quantité d'activation des hautes fréquences. Il comprend des sons sur 7 octaves. Ce titre est vraiment bon pour tout ce que vous pourriez avoir d'émotionnel. Le titre est accordé au tempo d'une respiration extrêmement lente et méditative. Il a la fin la plus paisible que vous puissiez imaginer - vous laissant dans un état de paix profond.

- ✓ Centrage
- ✓ Relaxation
- ✓ Soulagement de la douleur
- ✓ Activation

Programmes vibroacoustiques pour PSiO Trans

Programmes en musiques



Apaisement total

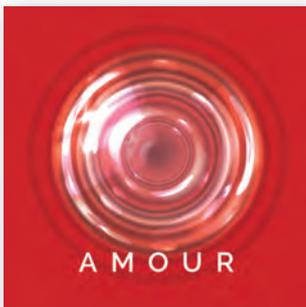
Musique vibrante - 66 min.

Le chant vous emmène dans un sanctuaire de guérison où vous profitez d'une relaxation profonde et d'une activation créant un état de conscience méditatif. Toutes les chansons sont canalisées en chantant avec un bol de cristal.

L'abandon apaise l'esprit et ouvre le cœur à une transe et à une relaxation profondes. Intense mais simplement magnifique

✓ Méditation ✓ Relaxation ✓ Connexion à l'Esprit

1) Guérison. 2) Ouverture du cœur. 3) Connexion



Amour

Musique vibrante - 28 min.

Ce titre a été créé en s'inspirant de la connexion avec l'intention d'Amour inconditionnel lors de l'enregistrement, du mixage et du mastering. Il contient également le champ de guérison archétypal de l'Amour Universel. Il incorpore des battements binauraux en Delta et Deep Delta pour la relaxation la plus profonde et pour le sommeil. Il est méditatif, relaxant et insuffle un profond sentiment de paix à l'intérieur. Cette chanson a été extrêmement efficace pour se débarrasser des crises d'angoisse. Cette chanson vous emmènera dans les endroits les plus beaux et les plus paisibles que vous puissiez imaginer.

La musique est réglée sur 432 Hz.



Connexion

Musique vibrante - 28 min.

Ce titre traite de l'utilisation de l'intention en musique. Il a été prouvé dans des études scientifiques que l'intention nous affecte positivement et que l'intention est portée par la musique qui a été créée tout en tenant une intention. Pour chaque chanson, nous nous sommes entraînés à maintenir l'intention à 100% de manière cohérente (plus l'intention est cohérente, plus l'effet de guérison est fort). Nous avons ensuite tonifié pendant plus d'une heure tout en maintenant l'intention de manière cohérente. Chaque séance était une expérience formatrice qui parvient à l'auditeur. Tonifier l'intention avec chaque chanson est une expérience profonde et très efficace.

1. Gratitude 2. Connexion à son âme 3. Equilibre 4. Guérison 5. Schumann résonance 6. Terre connexion 7. Compassion 8. Joie 9. Egrégore 10. Focus 11. Apaisement 12. Amour



Transformation

Musique vibrante - 56 min.

Ce titre est conçu pour vous accompagner dans une transformation profonde quel que soit le problème auquel vous êtes confronté, puis vous ramener à votre centre où vous êtes ancré, centré et parfaitement présent. Ce titre est également bon pour récupérer le sommeil perdu. C'est intense comme musique de fond. Avec une pleine attention, il peut vous emmener dans des états de transformation très profonds.

✓ Centrage ✓ Relaxation ✓ Méditation ✓ Sommeil



Équilibrage des chakras

Musique vibrante - 28 min.

Le titre vous emmène à travers chaque chakra en fournissant une énergie d'équilibrage pour chacun. Une fois l'écoute terminée, tous les chakras sont en équilibre les uns avec les autres.

✓ Centrage ✓ Relaxation ✓ Connexion à l'Esprit



Programmes pour les lunettes PSiO

Deux programmes pour les lunettes PSiO sont à combiner aux programmes vibroacoustiques du PSiO Trans.

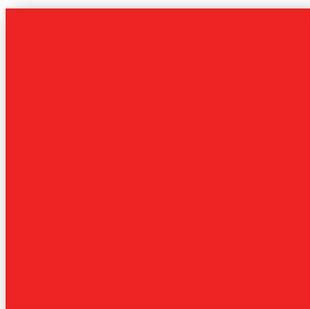
Ces deux programmes sont en lumières colorisées sans audio et vous seront envoyés par email afin que vous les placiez dans la paire de lunettes PSiO (en option). Vous les utiliserez sur les lunettes en même temps qu'une séance vibroacoustique du PSiO Trans d'une durée similaire.



Hyper sieste 30 minutes

Lumière bleue - 30 min.

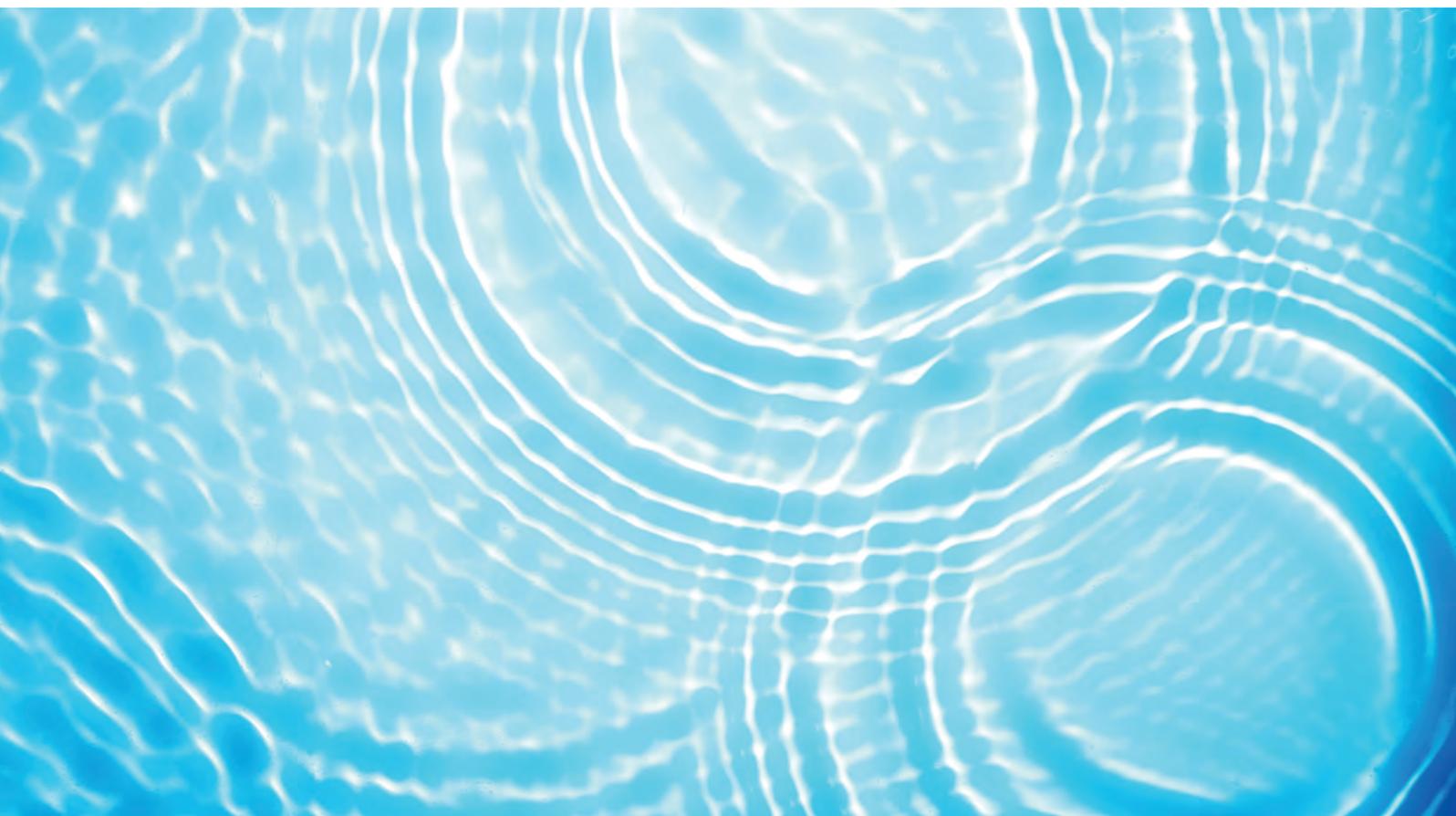
Ce fichier de 30 minutes est conçu pour encadrer en mode EVEIL une séance de vibroacoustique avec les lunettes PSiO; la lumière est bleue (470 nm) avec des intervalles en mode «hypersieste». L'effet tout en étant relaxant pour l'esprit, «booste» la stimulation des hormones liées à la journée. L'horloge biologique sera ainsi stimulée pour une relaxation de toutes les hormones du jour.



Relaxation 30 minutes

Lumière rouge - 30 min.

Ce fichier de 30 minutes est conçu pour encadrer en mode RELAXATION une séance de vibroacoustique avec les lunettes PSiO; la lumière est rouge, sans stimulation de l'horloge biologique. Les hormones de la soirée ou de la nuit ne seront donc pas inhibées et rien n'empêchera la torpeur d'une profonde séance de relaxation de s'installer.





Gamme Audiocaments® (version vibrante)

Pour répondre à la demande des centres de soins et au silence nécessaire dans ces espaces très fréquentés qui comprennent souvent plusieurs cabines, nous avons le plaisir de vous offrir cette gamme d'enregistrements Audiocaments® mais en version vibrante uniquement. Ces titres ont l'avantage de ne faire pratiquement aucun bruit et de ne déranger aucun autre soin à proximité de la séance. Dans ce cas spécifique d'usage discret, la séance correspondante en version acoustique se trouve disponible en version MP3 COLOR dans le catalogue PSiO PLANET de la gamme des lunettes PSiO. Dans cette optique, la version acoustique sera complétée par des stimulations visuelles et l'écoute AUDIO se fera préférentiellement au casque réducteur de bruit ou avec les oreillettes des lunettes PSiO ou encore via les haut-parleurs de l'oreiller musical PSiO.

Trois stimulations sensorielles

Pour stimuler trois sens simultanément, l'utilisation des lunettes PSiO combinée au PSiO TRANS est donc conseillée comme suit :

1. Sélectionnez un des titres «AUDIOCAMENT® vibro » dans le smartphone.
2. Sélectionnez le même titre en version MP3 COLOR dans les lunettes PSiO.
3. Lancez la session VIBRO avec le smartphone et simultanément lancez la version MP3 COLOR dans le PSiO.

Les deux enregistrements vont ainsi se compléter l'un l'autre dans un silence presque total. En effet, les vibrations s'entendent mais très légèrement.

Quatre stimulations sensorielles

En utilisant l'oreiller à mémoire de forme, olfactif et musical PSiO pendant la séance de PSiO Trans, vous pouvez ainsi ajouter l'ergonomie et l'ancrage olfactif durant vos séances de luminothérapie et de relaxation (voix, musique, vibrations). Les quatre sens seront ainsi stimulés pour un ancrage optimal sur quatre canaux sensoriels.

Utilisez les cinq sens !

La boisson PSiO complète encore la mobilisation, mais cette fois des cinq sens. Autour d'une séance AUDIO-VISUELLE - KINESTHÉSIQUE & OLFACTIVE s'installe alors une détente totale dans un univers perçu par les quatre sens : la vue, l'ouïe, l'olfaction et le sens kinesthésique. En ajoutant la boisson PSiO EVEIL à l'atterrissage, au cours de la remise en mouvement après la séance, vous complétez encore plus la prise en charge globale, mais dans ce cas par le sens de la gustation. Les cinq sens sont ainsi mobilisés autour d'un même objectif résumé par le titre de l'AUDIOCAMENT® !

Audiocaments® offerts - Version VIBRO uniquement

Troubles fonctionnels



Renforcer l'immunité

Relaxation avec voix (audiocament®) - 26 min.

Après une invitation à une profonde détente, vous partirez pour un voyage extraordinaire à l'intérieur de votre corps afin d'aller observer et admirer votre système de défense personnel en pleine action pour garantir votre protection et pendant que vous flotterez agréablement dans votre océan intérieur parmi vos valeureux chevaliers blancs, vous participerez à leur efficacité comme lorsqu'ils repoussent avec une grande efficacité les éléments perturbateurs et les mettent hors d'état de nuire. Vous apprendrez par la même occasion à faire confiance à votre moi profond qui veille sur votre bien-être et votre santé.



Bye-bye baby blues

Relaxation avec voix (audiocament®) - 49 min.

Un enfant apprécie une lune ronde et plus encore maintenant la lune de mer délivrée qui augmente sa détente en laissant agir ses automatismes naturels appris il y a très longtemps avec le tout petit sourire d'une toute petite personne... en écoutant la chaleur naturelle d'une voix maternelle bien balancée de droite et de gauche au rythme du cœur et du chant qui pousse les nuages tout devant et éclaire le ciel du matin calme.



TOC - Troubles Obsessionnels Compulsifs

Relaxation avec voix (audiocament®) - 37 min.

TIC TAC TOC Pendule de l'esprit... Pour que l'esprit change une habitude pour une meilleure habitude, plus joyeuse et plus inventive, avec la musique de certains mots ou de certains jeux de phrases et leur musique joyeuse comme une véritable tactique du changement ou comme le bruit de frapper à la porte d'un nouveau monde plus illuminé avec ce souvenir d'un pivert très agile qui apprend vite à changer les choses, qui aime apprendre le plaisir de changer et le plaisir d'attirer notre attention sur les jeux de couleurs multicolores d'un pivert qui aime toucher du bois...



Relaxation du côlon

Relaxation avec voix (audiocament®) - 30 min.

Après avoir exploré un état de détente profonde qui, tel un flux harmonieux, a gagné chaque fibre de votre corps, vous allez apprendre, grâce à la chaleur bienfaisante de votre main posée sur votre ventre, à rétablir en profondeur la paix et l'harmonie dans la digestion et plus particulièrement celle de votre côlon qui pourra, grâce à cet agréable exercice, retrouver l'équilibre de son péristaltisme porté par cette onde de chaleur bienfaisante.



Verrues à vendre

Relaxation avec voix (audiocament®) - 22 min.

Après avoir retrouvé dans vos souvenirs un endroit ou une situation particulièrement confortable et apaisante, vous partirez à la découverte d'un jardin luxuriant au pouvoir incroyablement bénéfique ainsi qu'à la rencontre de votre guide intérieur qui vous proposera un surprenant et magique échange capable de vous délivrer de ces perturbateurs sur votre peau.



Dos-relax

Relaxation avec voix (audiocament®) - 34 min.

Les maux de dos surviennent souvent à l'occasion d'une blessure physique ou morale... Ou d'un surmenage musculaire ou psychologique. Ils sont toujours un signal d'appel pour que vous leur portiez toute l'attention qu'ils méritent en commençant par consulter un médecin pour exclure un processus mettant en danger la moelle épinière, une racine nerveuse, une vertèbre ou tout autre élément noble du rachis.



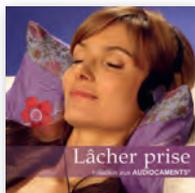
Gérer la fibromyalgie

Relaxation avec voix (audiocament®) - 32 min.

La fibromyalgie ou « maladie étrange » pour la médecine contemporaine est une douleur chronique à multiples focalisations qui se vit d'autant plus mal que ses causes et ses traitements médicaux font l'objet de nombreuses polémiques entre experts... Elle est donc plus qu'une douleur chronique. Curieusement, ceux qui prennent le temps de se laisser apprendre une autre manière de la ressentir et de la vivre observent un changement d'intensité puis de fréquence des symptômes. Parfois, la guérison commence au niveau de certains symptômes autres que la douleur. « Gérer la fibromyalgie » a été conçue dans ce but et sur base d'expériences thérapeutiques positives pour transformer progressivement des douleurs de muscles et de ligaments en attentions utiles pour être plus efficace dans d'autres domaines de la vie.

Audiocaments® offerts - Version VIBRO uniquement

Gestion du stress



Lâcher prise

Relaxation avec voix (audiocament®) - 35 min.

Cet enregistrement propose une séance de relaxation guidée et ensuite vous emmène en direction du lâcher prise nécessaire pour pouvoir bénéficier de manière optimale des technologies utilisées dans les audiocaments®. Cet enregistrement est donc primordial, comme première écoute, pour toutes les personnes qui n'ont jamais eu d'expérience en état de relaxation profonde. Dans ce cas, nous le recommandons vivement avant d'écouter vos premiers audiocaments®.



Gestion du stress

Relaxation avec voix (audiocament®) - 29 min.

Après un voyage dans la nature, par-delà les rivages enchanteurs des côtes de vos vacances, au fil de ruisseaux des montagnes où filtre l'eau pure qui ruisselle et qui rafraîchit, deux histoires métaphoriques évoquent une scène comme dans un rêve et l'intelligence intuitive, la spontanéité, la sûreté de soi, le naturel propre à certains animaux qui régulent leur stress naturellement. Progressivement, tel un pilote aux commandes de sa destinée, vous vous retrouvez aux commandes d'un petit avion se déplaçant autour des nuages de votre existence.



Di-gérer les traumatismes

Relaxation avec voix (audiocament®) - 32 min.

Certains événements personnels, même très anciens, peuvent nous causer des souffrances physiques et psychologiques durant des années. L'événement déclenchant peut être considéré comme terrible ou anodin par la personne qui en a été victime, mais l'état psychologique de ce moment peut avoir empêché le cerveau de « digérer » ou de « métaboliser » ce vécu traumatique. Il en résulte alors des troubles et des souffrances qui ne peuvent régresser qu'après avoir aidé l'esprit à retrouver ses capacités de cicatrisation.



Se libérer l'esprit

Relaxation avec voix (audiocament®) - 37 min.

Cette séance est utile à tout le monde... Elle apprend à l'esprit comment se libérer des ruminations précises, floues, concrètes ou abstraites qui encombrant notre pensée et la fatiguent. Cet état d'attention permanente est un problème de notre civilisation. Il diminue notre capacité naturelle à imaginer, rêver et permettre à notre esprit de réguler de nombreuses fonctions « physiologiques ». Se libérer l'esprit augmente l'efficacité personnelle dans de nombreuses situations quotidiennes ou extraordinaires et potentialise l'effet des autres audiocaments®.



Retrouver l'émerveillement

Relaxation avec voix (audiocament®) - 27 min.

Agréable séance de relaxation afin de retrouver en fait au plus profond de nous-mêmes cette capacité innée, qui nous vient de l'enfance, à s'émerveiller devant les choses simples. Si nous les laissons nous interpellent, elles créent le merveilleux de notre quotidien. Si nous lâchons prise, nous pouvons profiter par la même occasion de cette fraîcheur, de cette énergie, de cette vitalité dont nous avons besoin pour retrouver l'équilibre et l'harmonie.

Poids



Émotions et appétit

Relaxation avec voix (audiocament®) - 29 min.

La nervosité peut entraîner la consommation compensatoire de nourriture, c'est bien connu. Aussi, provoquer une situation de détente peut à elle seule générer la régulation du poids. La prise de poids est liée à de très nombreux processus, souvent d'ordre émotionnels, parfois d'identification ou de culpabilisation, qui peuvent être positivement influencés par une relaxation et des suggestions ciblées autour de ces différents thèmes.



Anorexie

Relaxation avec voix (audiocament®) - 47 min.

Quand les jeux de mots et de phrases suggestives aident à transformer un talent de grand contrôleur et de force pour réussir de nouveaux challenges vers le lâcher-prise libérateur et pour commencer à savourer cette nouvelle liberté d'interprétation auditive et visuelle. Avec ce léger balancement joyeux et bien rythmé comme dans une balade lumineuse avec une sonorité nouvelle. Cette sonorité inspire le survol de son vrai corps comme celui d'une nature étonnante.

Audiocaments® offerts - Version VIBRO uniquement

Sommeil



S'endormir naturellement

Relaxation avec voix (audiocament®) - 27 min.

Après une profonde relaxation, vous pourrez reprendre contact avec le cycle naturel des alternances de la nature : été, hiver, pluie, sécheresse, jour, nuit. Comme dans la nature, comme tirer profit de la sagesse innée de l'ours qui passe une grande partie de l'hiver en sommeil dans sa tanière. Comme celle de la marmotte, cette super dormeuse qui passe 6 mois de l'année à dormir profondément... Et peut-être partager avec eux cette magnifique capacité à dormir de façon naturelle en harmonie avec les cycles de la nature.

Sport

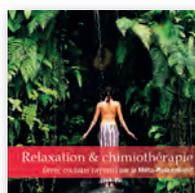


Performance sportive

Relaxation avec voix (audiocament®) - 27 min.

Après des exercices de relaxation et des conseils respiratoires, différentes suggestions renforcent la confiance en soi. Développer le geste juste, au bon moment, au bon endroit avec la force qui convient pour atteindre la performance optimale et votre pleine capacité en sport. Cet enregistrement peut s'écouter avant et pendant une compétition ou régulièrement au fil des entraînements sportifs.

En clinique



Relaxation & chimiothérapie

Relaxation avec voix (audiocament®) - 24 min.

Après une détente agréable et profonde, vous êtes conviés à mobiliser toutes vos ressources insoupçonnées et disponibles pour travailler en synergie avec votre traitement de chimiothérapie. A la reconquête de votre capital santé, vous stimulerez vos impressionnantes capacités d'une part à doper votre système immunitaire, d'autre part à retrouver un meilleur confort digestif et si nécessaire à atténuer des sensations douloureuses si elles apparaissent.

États dépressifs



Joie de vivre

Relaxation avec voix (audiocament®) - 37 min.

Un ruisseau coule et lave les impuretés de vos souvenirs ; souvenirs agréables et rêves merveilleux de votre enfance se bousculent ; deux histoires vous emmènent au pays de la lumière et du « nettoyage des ondes négatives ». Relaxation profonde, moment de bonheur intense, cet enregistrement favorise l'ouverture de votre potentiel au changement et prépare le subconscient à vivre la vie positivement. Un complément radical pour réagir constructivement à la dépression !



Douceur et plaisir de vivre

Relaxation avec voix (audiocament®) - 27 min.

Cet enregistrement mobilise toutes les ressources pour arriver rapidement et efficacement à une relaxation optimale. Promenade à la montagne, dans les champs de blé de votre enfance ou encore en forêt, cet enregistrement regorge d'images apaisantes et positives, un antidépresseur idéal pour passer l'hiver ou de difficiles passages à vivre de bonne humeur. Il est indiqué d'écouter cet enregistrement lors de la sieste ou avant de s'endormir pour préparer une nuit sereine et des rêves agréables.



ALAIN RIVERA RSYNERJ

06 51 69 02 85

WWW.ALAINRSYNERJ.COM

 **PSiO**[®]
vous libère l'esprit!