

"Scandales sexuels dans le monde du Yoga ?"

C'est le titre d'un article paru dans Ouest France du 27 et 28 juin.

Voici un court extrait : *"Le 10 décembre 2019, une ancienne assistante du fondateur de l'organisation internationale de yoga Sivananda publie un post Facebook dans lequel elle accuse ce swami. (...) de l'avoir abusée sexuellement pendant plusieurs années."*

Cela date des années 80, mais cela concernerait également des membres du conseil de direction de l'organisation pour la période de 1997 à 2011. Une enquête est en cours.

Interviewé, Claude Mathieu, rédacteur en chef de la revue Infos Yoga, nous dit que *le cas Sivananda n'est pas unique* et que cela a concerné d'autres écoles : Satyananda, Ashtanga ou Bikram.

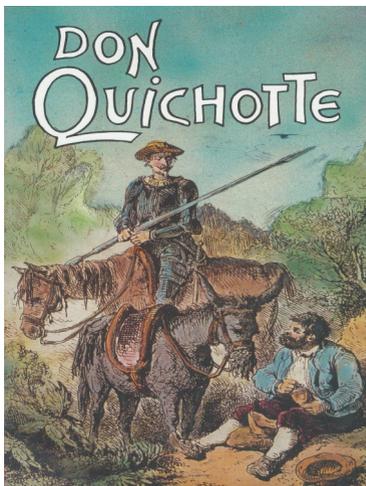
A ce jour aucune plainte n'a été déposée, mais un collectif s'est constitué et un rapport d'enquête sera diffusé prochainement.

Les Centres en France ne semblent pas touchés, ce qui devrait rassurer les adeptes de cette discipline. Seul un cas témoigne, pour l'instant, des conditions de vie dans des centres français Sivananda.

Dans toute microsociété, où le responsable se positionne en maître à penser, il y aura toujours des abus.

Image supprimée à la demande de l'auteur

Mythomanie ou affabulation ?



Parmi les caractéristiques du tableau clinique de la névrose hystérique nous avons la mythomanie et l'affabulation.

Ces deux symptômes concernent aussi bien les hommes que les femmes. Que ce soit dans mes relations privées ou mes activités professionnelles j'ai été souvent confronté à ces mythomanes ou affabulateurs.

Le mythomane est complètement dans le mensonge et invente des situations bien souvent en s'inspirant des histoires (vraies cette fois) racontées par son entourage.

L'affabulateur part généralement d'un fait réel mais qu'il enjolive. Il se donne le bon rôle parfois ou bien alimente une plainte qui ramènera l'attention sur lui.

Dans les deux cas, les discussions ne sont pas possibles car, bien évidemment il ne devient plus crédible.

Effet nocebo

Article de la revue "Fémina" de mai 2020.

"A l'inverse de l'effet placebo, qui entraîne une amélioration de l'état de santé, l'effet nocebo provoque des effets indésirables sans prise de molécule active. La cause : l'appréhension. Ce phénomène est lié à une forme d'anxiété ou de méfiance. Ainsi, il n'est pas rare qu'après la lecture de la notice (et des effets secondaires !) d'un médicament, on se plaigne d'un mal de tête ou de nausées dès la prise du premier comprimé."



De l'hypnose dans un thriller...

De nouveau un thriller où la toile de fond met en scène l'hypnose.

Hypnose pour retrouver des souvenirs anciens et qui sera le fil conducteur tout au long de ce passionnant roman.

Au-delà de l'intrigue (complexe), ce sont les commentaires très justes sur les réalités de l'hypnose qui ont attiré mon attention.

Voici quelques extraits : *"Les expériences d'un sujet en transe hypnotique sont aussi fortes que s'il vivait réellement les scènes qu'il reproduit ou imagine... Parfois elles sont même encore plus fortes, en particulier pendant une régression."*

Il précise tout de même que chacun détient sa "vérité" et que ce qu'il communique sous hypnose n'est pas forcément la réalité.

Cette vérité peut être malheureusement suggérée par le thérapeute...

E. O. Chirovici "Mémoire Brisée" Editions Pocket



Détente Psycho Musicale - Musicothérapie

L'utilisation de la musique comme outil de détente ou bien comme thérapeutique n'est certes pas une nouveauté, mais aujourd'hui les techniques d'imagerie cérébrale confirment leurs effets bénéfiques.

Quelques exemples :

- Amélioration de la marche dans les troubles de la motricité (Parkinson)
- Activation de la mémoire chez les seniors
- Atténuation de la douleur (morale ou physique)

Et, ce qui est certainement le plus connu, l'impact positif sur l'embryon.

De nombreux livres sur le sujet ont été publiés, je vous invite à les consulter, vous verrez la musique autrement.



Sexe au logis... Gynécophobie



La gynécophobie est une incapacité à mener à bien l'échange des communications sexuelles. Ces individus, essentiellement masculins, sont incapables d'engager, poursuivre ou à conduire à terme une relation sexuelle avec une partenaire.

On parle également d'anxiété sociale hétérosexuelle où le sujet est incapable d'assumer la phase de cour. Les facteurs à la base de cette inhibition sont de types phobiques avec conditionnement qui déclenche la peur associée à une mauvaise image de soi.



<http://www.psyrelax.org>

Pour supprimer votre nom de notre liste de diffusion ou modifier vos coordonnées. Des questions ou commentaires ?

Envoyez-nous un mail à l'adresse suivante :

psyrelax@orange.fr