RELAXOLOGIE F.I.R.

NEWSLETTER

Année 2016 N°12 Décembre

Relaxologie... ?

Jean Marie, notre vice-président, me communiquait récemment un lien vers un site qui prétend avoir inventé la "Relaxologie Reiki".
Le terme "Relaxologie" se retrouve aujourd'hui cuisiné à toutes les sauces avec l'inconvénient de le dénaturer.
Nous recommandons aux adhérents de la FIR de rester dans l'idée du concept que j'ai initié en 1988 (voir les statuts ou le site), si nous ne voulons pas que notre profession y perde son âme.

Je rappelle que l'idée de "Relaxologie" a été créée par Marcel Rouet, hypnothérapeute et sportif de haut niveau. Ce qui m'a été confirmé par Mme Veuve Rouet en 1989. C'était déjà un début de synthèse des méthodes de relaxation existant à l'époque.

C'est tout à fait par hasard que nous avons, avec le Dr Jean Paul Guyonnaud, proposé Relaxologie comme terme fédérateur de pratiques différentes (hypnose, relaxation , sophrologie, etc.).

Bon Noël à tous !

Toute l'équipe et les membres du bureau de la FIR vous souhaitent un

Neurochirurgie et neurosciences.

Le Pr Hugues Duffau, connu dans le monde entier pour ses opérations de tumeur au cerveau sur des patients éveillés, nous apporte des éclaircissements sur le fonctionnement du cérébral. Fort de son expérience directement in situ et non pas une vue de l'esprit, il remet en cause la latéralité des hémisphères, la localisation de la zone du langage (dite de Broca), etc.

Dans un article de l'Express de début d'année, il nous donne quelques précisions :
"Le cerveau ne se découpe pas en zones géographiques qui commanderaient chacune une fonction. Cette conception simpliste est battue en brèche par les dernières découvertes des neurosciences." "… des fonctions peuvent se déplacer ailleurs dans le même hémisphère, ou bien passer d'un hémisphère à l'autre. La plasticité du cerveau, c'est-à-dire sa capacité à réorganiser les connexions entre les neurones, est plus phénoménale encore qu'on ne l'imaginait."

Question du journaliste de l'Express :
"Et l'idée bien ancrée selon laquelle notre cerveau droit serait celui de la logique et notre cerveau gauche celui des émotions, il faut la jeter aux orties ?"
"Oui, et sans regret ! D'ailleurs, on avait déjà admis que les gauchers faisaient exception à la règle. Les gauchers contrariés également. De même que les ambidextres. En fait, chacun d'entre nous est une exception."

Il y a eu toute une mode sur le concept de latéralité des hémisphères ces dernières années. Livres, séminaires de formation, nouvelles thérapies, etc., ont fait le bonheur de ceux qui ont su surfer sur l'air du temps.
Passionné de neurophysiologie, je n'ai jamais adhéré dans mes cours à cette conception qui oubliait d'autres paramètres comme le corps calleux. Evidemment, une fois de plus, je passais pour un empêcheur de tourner en rond. Tant mieux !

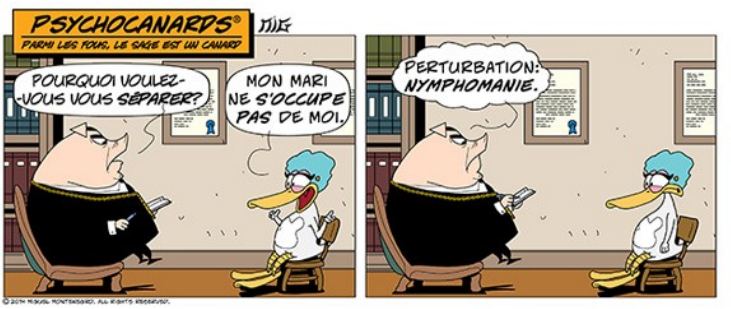
La fin du RTC programmée...

Qu'est-ce que le RTC ?
C'est le Réseau Téléphonique Commuté, c'est-à-dire le réseau qui gère votre ligne fixe branchée directement sur la fiche en "T".
Prévue à partir de 2021, progressivement par plaque géographique, la suppression de ce réseau va changer les habitudes. En particulier chez les anciens qui n'ont que ce lien téléphonique.
Lorsque l'on a 91 ans, comme quelqu'un que je connais bien, qui n'a ni box, ni mobile et reste attaché à son vieux téléphone, on le condamne un peu plus à l'isolement.
Pour les professionnels, ils auront la possibilité de garder leur numéro fixe mais... via une box.
Bien évidemment les tarifs ne seront pas les mêmes. A qui profite le crime !

Sexe au logis...

Les avantages à faire l'amour…
Extrait de la revue Fémina, avec les conseils de Mireille Bonierbale, psychiatre et sexologue.

D'après la sexologue, faire l'amour présente maints avantages. Voici les sept principaux qu'elle nous propose :
"***1 - Cela entretient la machine***
C'est prouvé, l'appétit vient en mangeant !
2 - Le moral grimpe en flèche
Lorsqu'on fait l'amour, l'organisme produit de la dopamine, un neurotransmetteur qui combat les hormones responsables du stress.
3 - Le système immunitaire est renforcé
Eh oui, le plaisir stimule nos défenses !
4 - C'est une excellente gymnastique
Faire l'amour sollicite presque toutes les chaînes musculaires, pour peu qu'on y mette un peu d'ardeur.
5 - Le plaisir aide à lutter contre la douleur
Au moment de l'orgasme, le cerveau libère dans le corps des endorphines.
6 - Le sexe entretient l'harmonie du couple
L'activité sexuelle favorise l'intimité et la complicité, donc la bonne santé du couple.
7 - On a l'air plus jeune, tout simplement !
Beaucoup d'enquêtes ont également démontré un effet positif sur la longévité."



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