

COMPTE RENDU DE L'ATELIER
DE L'ASSOCIATION « SUIVRE COUE » DU 2.10.10

PRESENTATION D'UN FILM SUR « LE CERVEAU IMPENSABLE »

La salle de la Grande Terre, à VENELLES, lors de cet après midi de l'atelier du 2.10.10, était bondée.

En effet, présenté par notre très cher Président M. Antoine ONNIS, l'association SUIVRE COUE, est en mesure de projeter un film exceptionnel sur « LE CERVEAU IMPENSABLE », film non facile à acquérir car détenu par le corps médical. Ce documentaire de 48 mn, unique et très intéressant, a été réalisé par des scientifiques.

Le film traite des mécanismes cérébraux qui se trouvent impliqués lors d'une leçon de violon donnée par le maître Ivry GITLIS à son élève Vinh Pham.

Au moyen d'images inédites et spectaculaires, ce film évoque les mécanismes cérébraux impliqués au cours de cette leçon de violon.

Par la méthode COUE, on peut changer complètement notre vie et la rendre plus heureuse.

Pourquoi Emile COUE préconisait-il la répétition ? La réponse se situe dans l'étude du cerveau impensable, notamment.

Le cerveau joue un rôle très important car c'est une intelligence. Ses processus constituent le mode d'emploi de soi-même. Notre cerveau détermine notre action et notre état psychologique. Potentiel énorme de chacun, le cerveau est très complexe. Sans le cerveau, l'individu est mort. Nous sommes notre cerveau. C'est un émulateur de réalité. On est rien sans lui, il nous permet de vivre à l'extérieur. Les événements ne nous troublent pas, c'est nous qui donnons telle importance aux événements qui nous troublent.

Les répétitions sans relâche des musiciens commencent dès leur jeune âge, comme pour le jeune Vinh PHAM, qui a débuté à 7 ans, d'origine vietnamienne, parisien. C'est le cerveau qui mène le jeu, qui se façonne et se reconstruit toute la vie. Sa précision de jeu, il a fallu qu'il l'apprenne.

Le cerveau est un organe qui pèse 1 500 g, composé d'un hémisphère droit, d'un hémisphère gauche, le centre du cerveau.

Hémisphère droit = perception de la musique, dans ce cas présent.

Hémisphère gauche = répétitions, dans le film.

Chez l'animal, automatisme des gestes naturel, chez l'homme automatisme par répétitions.

Cervelet = règle l'équilibre du corps et l'harmonie.

Le cerveau est un système ouvert, souple, malléable, aucun système artificiel n'est capable de remplacer le cerveau humain. .../...

Dans le film, nous constatons les années d'effort nécessaires pour jouer d'un instrument, travail quotidien, des milliers d'heures de travail qui vont se retrouver chez l'adulte.

Le cerveau compte des neurones par milliards (terminaisons nerveuses, connexions chimiques), des cellules s'y déplacent, car le cerveau s'adapte, se répare, évolue (la scintigraphie le prouve). Il est d'une extrême complexité. Avant, on considérait le système nerveux inébranlable, c'est faux.

C'est une boucle de rétroaction (oreille qui capte les sons, qui sont codés dans une région séparée puis sont analysés systématiquement, un jugement critique se fait en permanence). Les informations viennent de l'oreille, du nez, des paroles, des articulations aident à corriger le violoniste, dans le film présent. Il faut assembler les notes comme des lettres, créer un circuit spécialisé. Douze notes à la seconde, construction d'un projet mental, de nombreux réseaux fonctionnent en même temps, il faut savoir les coordonner.

On est chacun capable d'imagination. Le cerveau prépare les actions, utilise l'intuition et éprouve du plaisir, contrairement à un ordinateur ou une machine. En une 1/10^e seconde, le cerveau réfléchit, analyse et agit. L'humeur, la fatigue, le cerveau est une éponge, il bat, il propulse. Il fonctionne globalement, tout le temps. La musique met le cerveau dans un état d'extase inexplicable.

Le cerveau crée l'émotion, le plaisir et le fait partager. Il récupère d'anciens gestes, il suffit de répéter. Il peut corriger, intègre toutes les attitudes, fait des circuits spécialisés, recherche des plaisirs, analyse, prépare, établit de nouvelles émotions, modifie nos activités, fonctionne nuit et jour. Il est d'une étonnante plasticité due à l'existence de différents types de circuits neuronaux : les circuits électriques rigides, les circuits chimiques ou humides éminemment modulables, les circuits flottants – les humeurs – qui règnent sur de vastes régions du cerveau. En outre, cette plasticité ouvre des perspectives thérapeutiques intéressantes.

JE PENSE → JE DEVIENS DONC BONNE NOURRITURE.

La liaison avec la méthode COUE est donc très facile à saisir, puisque les répétitions et l'imagination, les pensées positives sont à l'honneur. Les connexions à tout moment peuvent être faites, à tout âge. Même partiellement endommagé (AVC), le cerveau peut, petit à petit se reconstruire et l'individu a la possibilité de retrouver peu à peu ses facultés par répétitions, rééducations, travail... Rien n'est jamais perdu, le cerveau se reconstruit.

Il faut donc ne pas se poser de questions sur la méthode COUE, il est nécessaire, seulement, de pratiquer avec persévérance, subtilité, et le bonheur est à portée de main, en se programmant une autre vie.

.../...

A l'issue de la projection de ce film passionnant, M. Antoine ONNIS demande au public, très intéressé, de faire part de leurs questions et réflexions.

M. Christian BARREAU, praticien en ostéopathie et santé, nous expose combien le film l'a intéressé, nous prouvant l'importance fondamentale du cerveau sur notre santé et le corollaire avec la méthode COUE, si merveilleuse.

M. BARREAU sera l'invité de l'association SUIVRE-COUE, et nous fera bénéficier de son immense savoir le **dimanche 5 décembre**, salle municipale de VENELLES, « LA GRANDE TERRE » de 9 h 30 à 17 h 30. Une relaxation est prévue en fin d'après midi. Le Président nous précise de prévoir le repas de midi, que nous partagerons tous ensemble.

Il nous rappelle aussi, que l'association recevra le **dimanche 7 novembre**, M. Joël DE MARTINO, docteur en psychologie sociale clinique, psychanalyste et sexothérapeute, hypnothérapeute clinique et ericksonien qui nous parlera de la méthode hypnotique ericksonienne, toujours à « LA GRANDE TERRE » à VENELLES, de 9 h 30 à 17 h 30. Nous partagerons le repas de midi qu'il faudra donc prévoir. L'après midi sera réservé à de la pratique **de la méthode ericksonienne**. Une participation aux frais de 10 euros sera demandée, ainsi que pour la journée du 5 décembre.

Le Président nous convie, également, aux ateliers de l'association « SUIVRE COUE » qui se déroulent **tous les premiers samedis de chaque mois** à compter du 4.9.10 au sein de la salle « LA GRANDE TERRE » **de 14 h 30 à 17 h 30 à VENELLES. Les entrées sont libres**. On pourra y découvrir une technique simple et efficace sur la méthode d'autosuggestion consciente ciblée. **Une pratique est toujours prévue**.

En ce qui concerne la séance du 2.10.10, les participants enthousiasmés par cette projection sont souvent surpris par la malléabilité du cerveau, car tout paraît possible, même dans les situations les plus critiques, et à tout âge.

Antoine ONNIS clôture ce magnifique après midi, vers 18 h, après avoir donné différentes informations sur la pratique de la méthode COUE aux personnes le désirant, par l'acquisition de C.D. ou de livres mis à leur disposition, entre autres.

Nous le remercions particulièrement pour cette initiative très bénéfique pour nous tous.