

# Le projet SYNTONI

Dans un monde où il est de plus en plus difficile de trouver l'équilibre entre le corps et l'esprit et où notre mental se retrouve constamment saturé, il nous est difficile d'évoluer en conscience par rapport à notre intérieur et d'être à l'écoute des messages qu'il nous envoie.

La méthode SYNTONI répond, en partie, à l'approche que j'ai désormais de l'ostéopathie : celles de faire évoluer le ressenti des patients dans leur relation à leur corps, et de les faire interagir avec lui de façon positive, dans la pensée mais aussi dans son fonctionnement.

En effet, la philosophie de l'ostéopathie, les différents enseignements que j'ai eu la chance de recevoir et mes expériences de vie, grâce notamment à la méditation ou à la spiritualité, m'ont permis d'appréhender l'Homme et son fonctionnement d'une autre façon. Je suis persuadé que l'ostéopathie, et les mains de tous les ostéopathes, travaillent dans une même mesure pour réguler et éclairer le patient dans sa perception du corps. Je suis convaincu que c'est dans ce rapport, dans cette connexion, que s'exprime la santé.

C'est en ce sens qu'est né SYNTONI, c'est cette fois, l'attention elle-même du patient, qui « travaille » dans le but d'illuminer son intérieur et de développer ainsi sa propre conscience corporelle. Le projet est donc de permettre aux personnes qui le désirent de développer leur sens du ressenti.

Car est-on vraiment bien connecté à son corps ? Le ressentons-nous de la bonne façon ? Pour mieux le ressentir, il nous faut détecter plus facilement les tensions pouvant y être présentes. C'est ce qui au final permet de révéler notre propre intériorité en terme de santé. Être à l'écoute de notre dimension intérieure pour être en symbiose avec le monde extérieur.

C'est pourquoi la vision externe au corps est tout aussi importante dans l'approche SYNTONI. N'oublions pas que notre bien-être intérieur est intimement corrélé à notre environnement. L'alimentation et l'air que nous respirons sont des exemples d'échanges ou d'énergies qui illustrent tangiblement cette continuité.

La santé de l'homme et de la terre sont inextricablement liées, la « syntonisation » de ces deux notions est fondamentale pour tendre vers une santé harmonieuse.

Le corps détient de formidables mécanismes d'auto-guérison, aussi faut-il savoir les activer pour que nos processus d'auto-régulations puissent opérer de façon optimale. C'est là le fabuleux pouvoir dont nous disposons sur notre esprit et notre corps pour gérer au mieux notre santé.

# SYNTONI, c'est :

Rétablir l'équilibre entre le corps et l'esprit

Libérer les tensions présentes dans l'organisme

Stimuler le pouvoir d'auto-régulation du corps

Cultivez notre santé, pour cultiver celle du monde, et inversement

