

Harpe et relaxation

Virginie Le Furaut



DE LA DÉTENTE

Le dicton le dit bien : la musique adoucit les mœurs. Mais elle a bien d'autres vertus. Elle agit directement sur notre mémoire, en la boostant par des mécanismes qui retiennent les notes entendues et les anticipent durant le morceau. Elle a également des vertus antidépressives. Elle libère dans notre corps des dopamines (hormones du plaisir et du désir), de l'ocytocine (hormones de l'amour), de la sérotonine (reconnue pour ses vertus antidépressives) et enfin des endorphines (qui calment les douleurs et procurent du bien-être). De plus, écouter de la musique douce va permettre de réduire l'adrénaline et ainsi nous apaiser. S'octroyer une pause quotidienne sur des notes envoûtantes de harpe est extrêmement bénéfique sur la relaxation et le bien-être total du corps et de l'esprit.

POUR ENTENDRE CLIQUEZ SUR L'IMAGE

HARPE



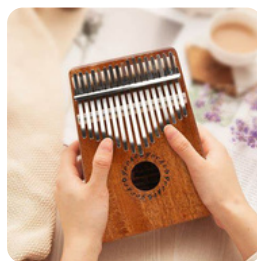
CARILLION



BOL TIBÉTAIN



KALIMBA




BATON DE PLUIE



@HARPE_RELAXATION

CONTACT

 06.83.66.26.29

 lefurautvirginie@gmail.com

 www.virginielefuraut.com

