

IHTP France  
Février 2023  
Carmen Lee

Elle est très contente d'être à IHTP France et de partager ce qu'elle fait à Hong Kong comme harpethépeute.

C'est très nouveau à Hong Kong. Elle ne sait pas si c'est la même chose en France ou en Italie

Elle va partager quelques éléments avec des exemples dans le powerpoint.

Le commentaire est dans les notes. Si vous avez des questions vous les faites en Français et on traduit !

Elle va partager son voyage de harpe-térapeute

Cela a commencé il y a très longtemps. Elle se sent très heureuse et bénie. Voici une image de nous deux ! A droite en 2018 à Hong Kong, à gauche en octobre 2022 à Iona.

Aujourd'hui elle va parler des 6 W de son voyage et des 5 choses qu'elle a appris à propos de la harpe-thérapie.

Ces deux images car elle a beaucoup d'amis dans le monde. Nous sommes comme deux sœurs.

Quels sont les 6 W?

1. When
2. What
3. Where
4. Why
5. Who
6. How

- 1) Quand
- 2) Quoi
- 3) Où
- 4) Pourquoi
- 5) Qui (pour qui)
- 6) Comment

Quand

Elle est ergothérapeute. Elle jouait du piano dès 10-12 ans. Elle a commencé la harpe en 2004. Elle est Diplômée à l'université de Hong Kong en ergothérapie

Elle cherchait d'autres voies pour mieux servir les personnes.  
Elle se spécialise avec les personnes âgées

Rémi Garcia Kerviel: 1/ que pouvais-je faire comme thérapeute pour un patient en fin de vie

Rémi Garcia Kerviel: 2/ que pouvais-je faire pour mes amis les plus chers en dépression

Rémi Garcia Kerviel: 3/ comment pouvais-je me connecter avec les autres personnes

Dans une structure il y avait plusieurs figures de thérapeutes. Cette personne avait le cancer, elle n'avait plus de cheveux. Elle ne les reconnaissait pas. Ils étaient silencieux. Elle ne savait pas quoi faire et se sentait impuissante. Que faire pour une personne qui décède ? Pour un ami.

Dans son cœur Carmen pensait si je pouvais jouer une pièce de musique ce serait super.

A ce moment elle était en train d'apprendre à jouer de la harpe, donc c'était juste une idée, pas encore une action précise. A ce moment elle pensait que seulement la musique pouvait partager l'amour à cet ami.

Elle s'est demandé qu'est-ce que je peux faire pour une personne mourante. Elle est aussi spécialisée en gériatrie. Souvent ils ont des démences, mémoire difficile, ils ont du mal à s'exprimer.

A ce moment elle leur prescrivait des thérapies mais en les regardant dans les yeux elle se demandait si ce qu'elle faisait était vraiment ce qu'ils voulaient. Il y avait comme des pensées frustrantes pour son travail, elle cherchait plus de connexions avec ses clients comme ergothérapeute ; ils cherchaient une meilleure qualité de vie mais c'était comme s'il manquait quelque chose.

Une autre amie avait une dépression, elle ne savait pas quoi faire pour elle. Qu'est-ce que je peux faire pour elle ?

Comment être plus connectée avec les personnes ? Elle cherchait vraiment quelque chose.

Et encore par rapport aux mourants : elle s'imagine d'avoir une harpe et de pouvoir les accompagner pour les dernières étapes de la vie et une fois qu'ils quittent ce monde ils entrent dans le monde éternel : elle pense que dans le paradis il y a des harpes et donc avec la harpe c'est une transition délicate.

Ceci était le début, il fallait trouver quelque chose à faire.

« Quand les mots manquent la musique parle » Une belle citation

Dans l'image c'est son père. Il était dans un moment très critique il y a 2 ans ; elle a eu la chance de pouvoir jouer pour lui, il est encore en vie, il a un cancer du colon.

Elle se sent bénie car elle a le temps de jouer de la harpe pour lui et elle est préparée si quelque chose devait se passer avec lui. Quelque chose de très précieux pour notre famille.

Qui pour qui et comment ? Les prochaines questions

Vers 2009 elle avait appris la harpe depuis des années et elle cherchait la harpe avec la thérapie et elle cherchait sur internet. Elle a été surprise de voir que la harpe-thérapie existait déjà aux USA vers les années 1990

IHTP la mission de ce programme est de jouer pour les personnes dans les hôpitaux.

Elle a commencé la formation. Cela lui a pris du temps à terminer :

Son fils est né en 2008 puis en 2010 sa fille. Elle était très occupée en tant que maman et donc elle l'a fait en 5 ans, beaucoup finissent la formation en 2 -3 ans. Elle s'est diplômée en 2016

A l'époque le niveau 1 était en ligne nous avions les examens régulièrement. Pour le niveau 2 (comme vous le ferez cet été) elle a été en Australie (à gauche l'ESM à Melbourne).

Puis elle a cherché un superviseur elle cherchait quelqu'un qui jouait de la harpe. Elle a été au Canada à droite Laurence Marie sa superviseur à Montréal ce qui est très loin pour elle.

Puis elle a continué ses études de VAHT avec Sarajane Willliams aux USA

Formellement diplômée en 2017, elle a commencé son premier studio à Hong Kong donc l'année dernière c'était l'anniversaire des 5 ans.

Elle fait harpe thérapie et VAHT dans son studio et enseigne IHTP dans son studio. Christina est venue à Hong Kong pour l'ESM et en ligne pour les étudiants

En 2023 elle accueille la 5ème promotion ; certains sont déjà diplômés.

Elle offre aussi des services de harpe thérapie pour des organisations, centre de cancer, groupes de personnes, organisations commerciales...

Elle doit aussi promouvoir IHTP dans d'autres pays comme Taiwan et la Chine. A cause du covid elle a du arrêté un peu, mais cette année elle va reprendre aussi à Singapour, en Malaisie..

En 2017 elle a commencé le studio de harpe-thérapie, le premier à Hong Kong. Elle sent que c'est encore un enfant. Elle promeut aussi sur la télé radio...certaines personnes sont préoccupées sur le bien-être. La plupart l'accueillent bien: c'est confortable, élégant pas bruyant. Elle est déjà thérapeute c'est plus facile pour elle de rentrer dans les organisations médicales. Elle pense que c'est son avantage car elle est professionnelle de la santé c'est plus facile aussi pour avoir des bourses ou des financements. Elle pense que les personnes qui travaillent déjà dans la santé c'est plus facile. Elle fait parfois aussi dans les universités.

Ceci est son background

Elle veut vous voir !

LYDIE MAUD: c'est un très beau voyage du cœur !

Elle a été la première à introduire la harpe thérapie à Hong Kong.

Elle a déjà 5 promotions donc de plus en plus de personnes connaissent la harpe thérapeutique.

Qui a déjà été à Hong Kong?

C'est une ville très dynamique, active efficace. C'est bien parfois, mais ici tout doit être rapide.

Antonia Berceau Sonore: J'y suis allée plusieurs fois quand je vivais en Chine ;- ) c'est tout à fait ça : hyper speed!

Les personnes veulent avoir les choses rapidement apprendre rapidement

Les instruments de musique d'habitude sont enseignés pour les personnes qui veulent avec des certifications comme ABRSM. Mais il y a aussi beaucoup d'adultes, des personnes en retraite ; ils peuvent passer leur temps sur des choses qu'ils aiment. De plus en plus de personnes viennent pour comprendre la harpe thérapeutique et l'intégrer à leur carrière pour le faire peut-être pour la retraite, pour les animaux. Ceci lui donne de l'espoir.

Elle est heureuse que beaucoup de personnes apprennent la harpe pas seulement pour les examens mais qu'ils sont enthousiastes pour la harpe thérapeutique. Elle pense que dans 10 ans cela sera encore plus développé. Elle veut enseigner à plus de personnes possibles. Elle a décidé de programmer la formation IHTP car elle seule elle ne peut pas faire toute la harpe thérapeutique.

Quels sont les goûts musicaux des personnes ? Elle a appris aux USA. Comment elle a adapté ces chansons ?

Lyren Music Dreams: Une question : Comment cela se passe dans une "culture" du résultat immédiat pour la pratique de la harpe thérapeutique, comment l'expliquer aux patients et au personnel médical ? (merci :) )

En harpe thérapeutique nous improvisons surtout, le principe est de répondre à leurs émotions et à leur respiration. Elle improvise surtout mais parfois elle joue des morceaux pour commencer et rompre le gel. Elle va jouer des chansons pop locales ou des chansons chinoises. Les personnes âgées aiment écouter des chansons chinoises anciennes et elle va les jouer souvent.

Elle ne pense pas qu'il y a des problèmes de jouer pour une autre culture elle doit juste modifier quelques morceaux.

Pour la question de Renaud : Cela lui a demandé beaucoup d'efforts : soyez prêts à expliquer beaucoup aux autres. Je vais essayer de jouer quelque chose pour les personnes. Elle a appris cela de Peter Robert, harpe-thérapeute en Australie spécialisé en thanatologie. Elle lui a demandé comment il s'expliquait au personnel médical ? Il lui a dit de jouer tout simplement ! Elle joue et elle les invite à imaginer. Par exemple elle joue trois types de musique et demande d'imaginer dans quels scénarios elle pourrait jouer cette musique. Pour quels clients ? Elle pense que c'est une très bonne introduction pour leur faire comprendre l'effet des modes. Elle joue par ex ionien, locrien et mixolydien.

Pour ce mode ionien, par exemple qu'est-ce que vous sentez ? Pour quelle situation ? Dans un hôpital. Dans ce mode éolien quelle situation ? Elle va expliquer comment la musique facilite et promeut la guérison. Elle fait l'exercice avant de l'expliquer et souvent cela fait clic.

Marion Bouyssonnade: I have a question, I have a very good friend who is very very sick with a ovary cancer . She's doing chimo sessions with several people... I don't feel like going to her and play... It seems to me that I am dooming her to die, or I feel ... out of place... maybe derisory. How did you manage this link ? You know, when words are possible, but you don't really know what to say appart from, I want to help, I want to support but I'm afraid of making you feel like you're so gonna die... Like you say, Marion Bouyssonnade: Harp is the music of angels after all... So, I guess my question is, did you get strange reaction from patients that are afraid of your music or don't want music because it make them feel desperate ?

LYDIE MAUD: Elle joue pour les gens à qui elle présente la harpe thérapie ? Jen'ai pas compris... LYDIE MAUD: ou pour expliquer au patient ?

La question de Marion : il y a deux types de clients :

1 ils ne connaissant pas la harpe ils savent que c'est un instrument, ils pensent que c'est la musique des anges. Quand ils entendent le son, ils disent qu'ils détestent cela.

2. Ils savent ce que c'est. Ils ont déjà une bonne impression, c'est beau, élégant, angélique, et ils accueillent la harpe. Souvent les anciens sont très heureux car c'est rare ils n'ont pas toujours l'occasion de la voir.

Pourquoi elle a parlé des 6 W de la harpe-thérapie ?

Quels sont vos 6 W ?

Vous pouvez l'écrire ou partager en Français ou en anglais. Comment vous avez commencé votre voyage ?

When What When Why who whom how

Quand Quoi Où Pourquoi Qui Comment

Qui Par exemple des superviseurs, professeurs, amis, clients

C'est super que tu aies choisi la harpe thérapie !

LYDIE MAUD: De mon côté, en tant que musicienne intervenante, je travaille auprès d'enfants compliqués, de personnes âgés isolées, et d'adultes stressés... je souhaitais apporter quelque chose de très personnalisé musicalement parlant.

Elle a beaucoup d'étudiants comme Bénédicte qui aiment bcp la musique ; ils ont des parents qui ont des soucis à la maison. Comment ils peuvent jouer pour elle ? Elle pense que c'est très beau.

Ses étudiants partagent la musique mais aussi la vie. Beaucoup me disent j'ai 60 ou 70 ans, je peux apprendre la harpe ? Je veux devenir harpe thérapeute c'est possible ? Elle a appris cela par Laurence Marie qui avait 65 ans : tous les jours elle devait mettre sa harpe dans la voiture avec le siège et aller dans les structures et faire la promotion. Elle faisait cela tous les jours, c'est une nouvelle expérience et une inspiration.

Pascal Danneels: Me concernant, j'imagine assez facilement des "WHEN" (personnes anxieuses, tristes, seules, agitées,...) mais je coince toujours sur le "HOW" c'est à dire, que je suis toujours habitée par cette peur d'être "sèche, limitée" en pratique musicale, et donc de provoquer un effet contraire...

Elle peut faire cette carrière après la retraite. Dans son esprit Carmen pensait que seulement les médecins traditionnels chinois peuvent exercer à la retraite. Son superviseur a partagé bcp de sagesse et d'expériences avec elle. Les personnes quand elles sont plus âgées elles ont plus d'expérience. Quand ils jouent et font de la HT, ils peuvent se connecter mieux aux autres par rapport à ce qu'ils ont eu comme expérience.

Eduarda Carvalho: j'ai commencé l'harpe therapie pour moi-meme pour me conecter et apprendre a arreter et cá m'a aider a mediter. aussi pour m'iaccompagner à chanter avec l'harpe. pour me conecter avec l'oultre complementant mon travail comme musicotherpeute dans les soins neonatales et dans la grossesse. j'aimerais au futur faire des recherches sur l'impact de l'harpe pendant l'accouchement.

C'est important de faire ce processus pour nous ; nous le faisons pour nous.

Sandrine : J'essaie de travailler avec des migrants parfois nous n'avons pas le même langage en tant que psychologue je travaille avec le langage mais parfois sans se comprendre, parfois c'est drôle mais parfois ils n'ont pas de nouvelles de leurs familles c'est stressant. Elle joue pour eux juste pour les relaxer, d'autres personnes ont beaucoup de soucis ils sont très jeunes et c'est très difficile de partager avec des mots et elle les fait jouer c'est un vrai plaisir c'est une très belle chose

Merci c'est très beau. Elle est très heureuse de partager, vous pourrez partager plus tard encore.

La raison pour laquelle elle fait ces questions : une fois elle a eu une interview elle a vu que c'était comme un résumé de ses dernières 10 années. Faites-le ! Tous les 6 w sont importants. Par exemple le temps. En 2004 ! C'était le début ! Combien de temps déjà !

Quand vous comprenez les 6 w, quand vous faites ce métier parfois il y a des moments difficiles quand vous regarder en arrière c'est comme voir un voyage magique ; je me sens bénie pour ce qui s'est passé.

Quand elle regarde ces 6 w elle devient plus heureuse ou bénie pleine de gratitude. Et ce n'est pas seulement pour elle mais aussi bcp d'autres personnes. Quand on se rencontre on est très reconnaissantes tout comme avec Christina.

Rémi Garcia Kerviel: Traduction du slide: Quel est votre propre voyage de harpe therapie? / qu'est-ce qui vous mène à être harpe thérapeute / Vous pouvez vous sentir mieux pendant vos moments de top ou de flops / vous êtes passionné et partagez votre musique / vous serez toujours motivé pour apprendre et essayer / vous vous souviendrez du trésor de ce que vous avez et pouvez faire

Quand vous les regardez à nouveau cela vous permet d'être encore passionné. Grace à ces 6 w elle est plus motivée à faire de nouvelles choses. Elle cherche de nouvelles choses et elle continue à apprendre des choses. C'est un voyage très significatif. Elle se rappelle de célébrer ce qu'elle a et

ce qu'elle a pu faire. Elle invite ses étudiants après un an à écrire à propos de leur voyage en harpe thérapeutique

Si vous avez le temps, faites ces 6 w ; parfois vous remplirez d'autres informations plus tard. Vous pouvez les partager avec les autres, c'est aussi une belle manière de promouvoir la ht comme cela c'est dans votre propre perspective et c'est très convaincant. C'est le résumé de la première partie. Nous faisons une pause.

Nous commençons la 2 partie.

LYDIE MAUD: merci pour la traduction c'est du travail !

Alicia: oui, merci, Marianne!

Rémi Garcia Kerviel: Traduction du slide! Vibration / résonance / soin de soi / pratique / apprentissage continu

Les 5 choses les plus importantes qu'elle a appris de sa pratique, de ses étudiants : tout est basé sur son expérience. Ce qu'elle pense les choses les plus importantes. Ce qui est important quand elle pratique ou quand elle explique la ht.

- 1) vibration
- 2) résonance
- 3) prendre soin de soi
- 4) pratique
- 5) apprentissage continu formation

Le premier est la vibration : durant l'unité 1 vous avez compris que tout est vibration, pas seulement la musique mais aussi cellules et les émotions. Tout même ce que l'on ne peut pas voir : c'est un concept très important dans ht.

Chaque fois qu'elle enseigne elle pense à toutes ces questions : comment et quoi dans ce concept est lié à sa pratique. Est-ce que je le sens quand je joue ? Je sens la vibration ? Quelle partie de mon corps est lié ? résonne ?

Rémi Garcia Kerviel: Traduction de slide: Tout est vibration / 1 comment ceci est en relation avec ma pratique / 2 le sentez-vous quand vous jouez de votre harpe / quelle partie de votre corps répond à chaque note / comment la vibration change selon les situations et états / jusqu'où va la vibration / que se passe-t-il quand la vibration de la source première s'arrête

Quand cela change ? Quand je suis debout, assise, allongée? C'est différent quand je suis triste, joyeuse ? Est-ce que la vibration va loin? Que ce passe-t-il quand la vibration s'arrête ? par exemple quand la harpe s'arrête de sonner. Où va la vibration ?

Ces questions peuvent nous aider à comprendre des questions ou situations que nous allons trouver dans la ht. Par ex je passe du temps pour comprendre comment la vibration se transmet dans mon corps. Avec mes clients j'aime, si je peux amener la harpe, les inviter à s'asseoir à ma place. Faites-le

maintenant et mettez votre oreille sur la caisse de résonance et ensuite je vais jouer une corde à la fois en fermant mes yeux, vous pouvez le faire vous aussi avec votre harpe. J'aime faire ceci, avant je le faisais pour moi car j'aime la sensation comme si j'entraais dans un monde étrange et que je suis entourée de ces sons et je sens oh c'est la vibration. C'est une expérience spéciale quand je fais une présentation pour un groupe.

Je vais aussi les inviter à s'asseoir et je vais mettre les oreilles sur la caisse, ils ferment les yeux et je vais jouer pour eux en faisant des glissandos, en jouant des notes graves ou médium. Parmi tous ceux qui font cet exercice, 80% disent oh c'est incroyable cela vient dans mon corps ils ont bcp d'expériences à partager, ils le sentent immédiatement et ils adorent cette sensation. On peut le faire aussi avec des petites harpes et s'ils veulent ils peuvent le faire eux-mêmes. Je l'ai fait il y a juste 2 jours pour des clients avec le cancer, une personne disait c'est si beau pendant 5 min elle ne voulait pas s'arrêter. Vous avez besoin de penser à certaines activités pour mettre la théorie dans l'expérience. Vous savez ainsi que la vibration c'est vrai, quand je joue la harpe il y a vraiment une vibration. Mais aussi dans votre corps à travers votre peau c'est subtil parfois vous ne le sentez pas ; d'autres personnes diront oh je peux sentir la vibration ici ou là...

S'ils ont ce type de commentaires vous pouvez expliquer la théorie de la vibration de la résonance. C'est pour cela que nous faisons une musique personnalisée car chaque personne a ses propres vibrations. A partir de ceci nous pouvons expliquer plus et nous pouvons les inviter à jouer de la harpe quand ils sont debout ou si vous avez une petite harpe ils peuvent s'allonger et vous pouvez trouver une posture pour laquelle vous avez une expérience nouvelle. Vous devez vraiment comprendre que la musique et le corps est vibration.

Peut-être vous avez vu déjà cette image ? La cymatique est la possibilité de visualiser la fréquence. Cette image me permet de visualiser la vibration, c'est un cercle un berceau du son.

Cela me rappelle toujours que quand vous jouez, vous imaginez qu'il y a un berceau du son qui entoure votre client et vous-même. Quand vous avez cette image, vous pouvez mieux contrôler la posture, comment vous jouer, avec la juste force, pour entourer votre client, avec douceur, pas trop fort. Nous devrions faire cette image avec la harpe !

Euarda Carvalho: pour ça la qualité de résonance de l'harpe fait la différence. Au cas d'avoir le lap harp comment bénéficier de la vibration? il faut acheter une bonne harpe avec qualité de vibration?

Questions?

Marion : J'ai un pb en jouer une chanson puis improviser, j'essaie de jouer bien il y a une différence entre ce que je veux jouer, j'ai envie de jouer fort mais peut être la personne n'en a pas envie ? Comment rester le musicien que tu es ? Quand tu joues tu as peur de faire des erreurs mais parfois c'est difficile de laisser aller

Carmen: moi aussi j'ai eu ce problème. Tu sais j'ai étudié le piano classique avec les examens et quand je suis venue à IHTP avec l'impro c'était tout en ligne, il y a des modèles de main gauche, et Christina disait ne regardez pas la main droite. C'était difficile. Maintenant je comprends que je devais pratiquer ma main gauche et maintenant c'est complètement différent quand je joue de la musique où on pense bcp à la

mélodie. J'ai mis 3 ans à accepter de jouer des fausses notes. J'ai pratiqué beaucoup la main gauche pour qu'elle puisse jouer toute seule sans compter.

Marion, tu es au point juste car tu l'as vu!

Nous avons des étudiants qui sont des harpistes et ils ont bcp de souci avec impro et ils quittent. Nous pouvons pratiquer plus, le voyage est correct. Tu auras aussi d'autres exercices, des mélodies et tu pourras sélectionner une mélodie et jouer toujours celle-ci et ensuite la modifier en changeant quelques notes et ensuite vous avez de toutes petites mélodies. Vous ne devez pas jouer toutes les mélodies ex novo.

Parfois prendre des leçons c'est un ou deux trucs qui aident à comprendre mieux. Ma question est liée à Marion

Question : C'est intéressant d'avoir plusieurs enseignants, il y a plus une ambiance entre ce que tu fais la vibration, la manière que tu enseignes est intéressante, très simple et laisser en sorte que la vibration entre dans le corps. Je ne pensais pas qu'il y avait autant de harpistes en Chine. Je me demandais si tes étudiants viennent à la harpe à cause de la harpe-thérapie ? ou par la harpe ?

Vous le verrez à l'ESM. Vous aurez bcp d'expériences et d'activités pratiques sur la vibration.

LYDIE MAUD: est-ce qu'on peut avoir les questions à l'oral en français aussi svp? c'est difficile à suivre...

Je vous promets quand on fera ESM ! Le Level 1 c'est les modes, la théorie c'est les choses fondamentales. Ensuite level 2 vous intégrez dans la vraie pratique et ensuite vous sentirez ce que vous devez pratiquer, vous aurez des expériences. Je n'explique pas trop ceci dans le niveau 1 pour ne pas vous distraire.

Quel est la signification de ht? Ne soyez pas trop rapides

La 2ème question : 5 promotions, la moitié ne jouait pas de la harpe avant d'entrer dans le programme certains aucune pratique de la musique avant 50 % jouait avant et 20% jouant de la harpe avant depuis longtemps. Ce ne sont pas de harpistes très avancés, c'est pourquoi dans mon expérience, par rapport à la question est-ce-que je dois savoir jouer de la harpe, ma réponse est oui et non. Si tu es un harpiste il y a des choses que tu n'as jamais appris comme l'impro, sans regarder la partition, en regardant le client, cela ne se passe pas dans la musique classique. Nous nous concentrons sur la main gauche, vous devez accepter ces nouvelles choses ; pour ceux qui ne jouaient pas avant, c'est comme une page blanche: ils n'ont pas le problème de la partition, de la mélodie qui est si importante.

La vraie différence c'est, est-ce-que tu pratiques ou pas ?

Si vous avez d'autres questions vous pouvez le faire ensuite

2ème chose importante : la résonance. Vous avez sans doute quelques compréhensions sur la résonance. Je ne vais pas parler de la résonance vous le ferez en ESM.

Tout a une résonance naturelle, vous en avez une moi aussi. Quand 2 objets ont la même fréquence de résonance, si une source extérieure vibre, elle va échanger sa vibration et amplifier sa résonance. Si vous ajoutez une force additionnelle avec la même vibration cela va vous amplifier. Par exemple dans la photo la balance l'adulte pousse la balance. Vous poussez la même fréquence toujours en trouvant le point juste, au point juste et

ainsi la balance va aller de plus en plus haut. Ça c'est l'amplification en ht c'est très important ; c'est ce que nous appelons entrainement c'est une sous-catégorie de la résonance.

La résonance se base sur la fréquence

L'entrainement sur le rythme

Mais c'est le même principe s'ils sont synchronisés cela va amplifier, c'est la clé pour avoir plus de connexion avec mon client. Je trouve ceci en ht comme la clé pour développer la connexion. Si c'est vrai, le son peut même toucher l'âme.

Pourquoi je dis l'âme et non le mental, les émotions, le corps ? Car souvent la connexion est sur le plan spirituel. Je vous donne un exemple : je jouais pour des personnes avec un handicap mental, trisomiques par ex, ils ne parlent pas et ils ne comprennent pas. Pendant mon stage je regarde dans leurs yeux, ils me regardent et c'est comme si on se disait : tu me connais? Comme si tu me connaissais et que je te connaissais.

Au Canada durant mon stage ils parlaient français et il y avait une femme qui avait le syndrome down, elle ne pouvait pas parler. L'infirmière m'a dit que cette femme ne pouvait pas parler mais seulement en faisant quelques sons avec sa bouche. Elle a joué pendant 25 min et elle était assise sur un fauteuil roulant, et parfois elle me regardait. Quand j'ai arrêté et salué et elle a aussi dit bye bye. J'ai essayé encore j'ai dit bye bye et elle a dit bye bye et la tête s'est levée. Je l'ai dit à l'infirmière qui était très surprise, fais-le encore m'a-t-elle demandé, et bye bye dit encore le client et aussi avec sa main elle a fait un geste.

J'ai beaucoup de ces expériences dans mon stage pratique. C'est difficile de le documenter et de le prouver car c'est une action brève et je pense que c'est vraiment le moment dans lequel nous sommes connectés. Vous savez je suis ergothérapeute, donc je veux avoir des données scientifiques documentées mais cette expérience était si importante je l'ai partagé à mes étudiants.

A l'une d'entre eux, une guérisseuse énergétique, j'ai demandé comment expliquer cela, je ne peux pas le demander ce qu'ils sentent mais je sens la connexion. Elle a répondu tu sais il y a un champs énergétique autour des personnes, tu ne peux pas le voir mais tu sens quand ils sont heureux ou encore colère, c'est en dehors de notre niveau cognitif, c'est pourquoi nous pouvons nous connecter avec eux et j'ai compris comment cela pouvait expliquer ce que je me demandais. Donc pas seulement le corps ou l'esprit mais aussi l'âme.

Et ne me demandez pas : comment tu sens la connexion. Quand vous ferez le stage après 20 h vous direz, ah maintenant je comprends ce que c'est la connexion. C'est difficile à expliquer mais oui je comprends que nous sommes connectés. Oui nous pouvez l'expliquer avec le champ énergétique mais vous aller le ressentir.

A gauche vous voyez un client à Hong Kong qui a environ 20 ans un jeune homme avec un handicap mental grave ; il frappait sa tête tout le temps avec les mains il avait des bandes qui le bloquait. On ne pouvait pas communiquer, j'utilisais la musique, j'ai essayé bcp de choses, il aime le myxolydien, comme la musique fluide come l'eau, je faisais beaucoup de glissandos. J'ai essayé beaucoup de types de musique, des berceuses, il aimait en réalité beaucoup l'eau fluide et il commençait à se balancer et gentiment il fermait ses yeux, il y avait une personne du staff qui restait

derrière au cas où il se serait frappé et il continuait à se balancer puis il s'est endormi. L'infirmière a dit que c'est la première fois qu'il ne se frappait pas pendant 30 min. Elle ne pouvait pas s'expliquer, mais c'est un exemple de comment on peut se connecter de manière spirituelle.

Une autre personne que j'ai visitée avait une paralysie cérébrale, des spasmes mais il pouvait parler. Je le visitais une fois /mois, il parle beaucoup, fait beaucoup de questions. Une fois je jouais et il était très tranquille, je lui demande, à quoi tu penses et il a dit : maman ! J'ai continué à jouer de la musique en mode ionien qui lui rappelait sa maman. Nous avons parlé quand il était jeune, après un mois, je suis retournée, j'ai demandé au staff qui sera là aujourd'hui. Et cette personne n'était pas là, il est décédé. J'étais choquée, car il était très fort, j'ai demandé quand, que s'est-il passé? Le jour après que tu es venue, j'étais choquée je me suis demandé : qu'est-ce que j'ai fait ? Le client a demandé l'ambulance mais il avait peur de l'hôpital, après 24 à l'hôpital il est décédé. J'avais deux émotions : je me sentais bénie car j'avais fait ce que je devais faire, sans paresse, j'étais concentrée j'ai joué ce que je pensais était bien à ce moment-là. Nous ne savons pas quand nous allons laisser ce monde. Dans cette expérience c'est comme si j'avais joué sans le savoir pour le dernier jour de sa vie, il a vu sa maman et il a revu toute sa vie c'est une expérience très spéciale, cela s'est juste passé.

Questions ?

LYDIE MAUD: en français !

Merci pour ce partage je me sens très touché

Nous ne pouvons pas avoir maintenant la vibration car nous sommes en ligne

Rémi Garcia Kerviel: Je remerciais Carmen, en lui disant que j'étais très touché, que ce n'était pas évident en vidéo d'un bout à l'autre du monde, mais que j'appréciais beaucoup qu'elle nous partage ça

3ème idée : Prendre soin de soi  
Vous allez le faire plus souvent !

C'est prendre soin de soi self-care

Prendre soin de soi

Je sais que vous en avez déjà parlé. C'est très important de prendre soin de soi avant de prendre soin des autres.

Sandrine ou Bénédicte tu as dit que tu aimes la musique et que tu veux la partager avec les autres. C'est vrai! C'est juste ce qui me permet de me guérir.

Rémi Garcia Kerviel: Traduction du slide - prendre soin de soi: Vous devez prendre soin de vous avant de prendre soin des autres / vous devez être ressourcée avant que la musique n'apporte du soin aux autres / 1/ enracinement - se préparer et se connaître 2/ protection - physique et énergétique et 3/ nettoyage - physique, mental, énergétique

Mais si vous jouez pour les autres c'est très important de prendre soin de soi. J'ai une expérience de mon début en 2017 j'allais dans une maison de retraite je jouais de la musique et j'étais prof à l'université.

J'avais la voix cassée, peut-être parce que j'enseignais ? à cause de la ht? cela a duré 6 mois. Une fois j'avais une session pour un groupe et j'ai joué pour deux 2 groupes, un de mes étudiants a brulé de la sauge au milieu du stage, pour nettoyer l'espace il y a avait beaucoup de fumée, je me demandais c'est bien ? Pendant une heure la sauge a brulé, c'est rare, oh l'énergie fonctionne, m'a dit mon élève.

A ce moment-là ma voix a guéri et elle était claire de nouveau et j'ai commencé à réaliser que qqch pouvait m'aider à faire ce travail énergétique ; une étudiante m'a donné cette petite balle de cristal à garder dans la poche pendant que je fais la ht et j'ai pensé que oui, cela m'aidait, j'étais moins fatiguée, je suis plus concentrée. Un étudiant m'a demandé donne-moi cette balle, tu as vu qu'elle n'est plus claire ? C'est un peu nuageux, et j'étais un peu inquiète : oui c'est à cause de l'énergie. C'est de l'énergie, peut-être il faut que tu le laves. Je pensais que cette expérience était très mystérieuse, mais puisque que je l'ai vécu, j'ai commencé à me documenter et à demander plus.

Tout est énergie dans ce monde. La sauge ou le cristal sont des choses naturelles et cela m'a montré que cela m'ai aidé. Je n'en fais pas de la publicité, mais vous devez penser à qqch qui vous protégera. Cela peut être de la sauge ou un cristal.

Vous devez prendre soin de vous.

S'enraciner

Avant de jouer pour les autres vous vous devez être prêt, sentir votre état d'âme, si vous êtes heureux, car votre état énergétique influencera votre travail. Si vous êtes très triste cela influencera votre musique et ce n'est pas forcément ce que le client attend. Autrefois je n'aimai pas le mode ionien, vous savez de la situation politique à Hong Kong les 2 -3 dernières années beaucoup de personnes sont très négatives. Quand je jouais en mode ionien je me disais ce monde est triste donc cela ne représente pas ce que je sens. Ionien ce n'est pas ma tasse de thé mais dans les clients aiment ce mode, je sais que je ne l'aime pas mais je sais que je le joue pour les autres pas pour moi. Vous devez comprendre votre état sinon vous jouez pour vous et pas pour les autres. Vous devez comprendre vos limites. Vous devez chercher qqch pour vos protéger et après chaque session vous devez vous nettoyez, votre harpe, les mains, esprit, champs énergétique autrement vous serez très fatigué.

Je prends un instant pour scanner mon corps de la tête aux pieds comment sont mes émotions, mon esprit. Pendant 5 min je joue pour moi, pas pour la pratique. Vous devez savoir combien de temps vous pouvez jouer pour les autres. Avant le covid, pour moi c'était 4 heures et demie le maximum. Maintenant j'ai réduit à trois h, vous devez savoir quel est votre maximum. Certains de mes étudiants pour le stage leur maximum était 1h 30. Vous devez savoir quel est votre maximum, prendre du repos, boire, faire stretching, être conscient de ma passion si vous avez une petite harpe. J'utilise les cristaux, et j'utiliser la sauge à la maison et une bande pour la taille et je prends des photos et films parce que je veux voir comment je suis quand je joue pour voir ma position, ou des tensions. Si j'ai mes sourcils froncés ? pourquoi ? Faites des photos de vous-même. Et des stérilisateurs pour nettoyer ma harpe (pas de serviettes humidifiées pour la harpe), un siège adapté à ma harpe

Rémi Garcia Kerviel: Traduction du slide: Prenez le temps de scanner votre corps avant la session / jouer de la harpe thérapeutique pour soi tous les jours en conscience / Connaître son temps de jeu maximal / s'étirer et être conscient de sa position / utiliser le cristal (quartz clair ou rose) / utiliser une bande de poignet / prendre des photos ou vidéos de soi / écrire un journal avec des citations / utiliser un stérilisateur par UC / utiliser de l'alcool nettoyant / utiliser une bonne chaise / utiliser des huiles

Parfois j'amène le mien pour être à la bonne hauteur parfois j'utilise aussi les huiles essentielles, je peux aussi les brûler

Rémi Garcia Kerviel: essentielles / faire quelque chose de relaxant pendant ou après la session (chocolat, bain...) / pratique quotidienne de santé spirituelle (prière, chant, méditation)

Une boîte avec de la sauge et je peux la brûler ou huiles essentielles, je fais quelques choses après les sessions chocolat, un bain.

Rappelez-vous aussi de faire une pratique par exemple méditation.

Celles-ci sont mes pratiques, je vais essayer différentes choses, par exemple un bracelet de cristal avec une bande sur mon poignet pour éviter que cela fasse du bruit.

Je partage mes expériences vous pouvez chercher les vôtres.

Christina a ses propres rituels, qu'elle vous montrera dans l'ESM. Comme un symbole elle se touche le front. Pensez à ce qui vous aide pour prendre soin de vous

Questions?

Eduarda Carvalho: pour moi mon chat c'est une bonne chose pour moi

Agnès Moulin: quand je joue en ehpad le soir je mange et je bois plus que d'habitude de l'eau bien sûr!

Nous allons faire les derniers points.

Pratique et formation continue

La pratique est indispensable pour être parfait? Oui et non !

Rémi Garcia Kerviel: Traduction du slide: La pratique rend-elle parfait? Oui SI vous pratiquez la bonne chose avec la bonne méthode

Pas forcément la pratique te rend parfait seulement si tu pratiques la bonne chose avec la bonne méthode c'est pour cela que vous étudiez avec un prof.

Certains de mes étudiants veulent étudier l'impro et ils continuent à jouer la même chanson et ils recommencent toujours depuis le début sans travailler sur le problème. Donc peut-être vous jouez bcp mais sans amélioration car la pratique n'est pas spécifique sur les faiblesses. Nous devons pratiquer sur les choses importantes, par ex la bonne position, ou lire la partition ou mémoire du muscle ou à l'oreille.

Peut-être c'est bien de pratiquer aussi avec d'autres méthodes. Si vous pensez que vous êtes bloqués dans votre pratique peut être vous pouvez changer des pratiques et méthodes. Et la 2ème chose en harpe thérapie ce n'est pas seulement être doué pour jouer de la harpe. C'est tout un processus plein d'étapes durant un session de ht. Par exemple avec ma petite harpe je suis près du lit du patient dans les maisons de retraite, souvent par exemple une personne dit « je dois passer pour nettoyer le sol » et je dois continuer à jouer je me lève, mais je continue à jouer vous ne devez pas vous arrêter.

Rémi Garcia Kerviel: Ne pensez pas que vous savez faire quelque chose si vous ne l'avez pas pratiqué avec 120% de succès - Exemples: 1/ changer de La eolien à La dorien / jouer doucement puis de plus en plus vite quand vous devez vous mettre en accord avec vos clients / jouer quand quelqu'un ronfle / jouer quand des incidents arrivent / Astuce: pratiquer ce que vous devez faire comme si vous étiez dans une session de harpe thérapie. C'est très naturel mais si vous ne pratiquez pas avant vous ne pouvez pas le faire durant une vraie une session

Quand vous devez changer de mode, par exemple vous changez des palettes, si vous ne l'avez pas pratiqué vous ne pouvez pas le faire à la maison.

Des étudiants me demandent des conseils sur comment jouer plus lentement : ils jouent plus lentement souvent juste au début mais après ils retournent au tempo rapide. En fait on ne s'entraîne pas à jouer bien vite. Il faut apprendre à jouer très très lentement par exemple.

Nous pensons que nous pouvons changer le tempo mais si on ne le pratique pas en réalité c'est très difficile. Durant une session beaucoup de choses se passent.

Vous faites les répétitions par ex une personne vous pose une question pouvez-vous parler et jouer en même temps. Ou bien le client demande tu peux me prendre un mouchoir, et vous devez faire en sorte que la musique continue et ceci vous devez l'essayer à la maison pour avoir confiance en vous.

Quand vous pratiquez à la maison pratiquez toujours comme si vous étiez dans une session de ht. Mettez par exemple en face de vous une poupée, une peluche ; continuez à lui répondre, à parler. Ou bien avec un membre de la famille ou un ami

Pascal Danneels: Nice idea ;-)

Soyez conscients de vos habitudes de jeu : nous avons l'habitude de jouer à un certain tempo ou bien avec toujours les mêmes techniques de main gauche. Par ex vous aimez quelque chose et vous jouez toujours la même chose, seulement la même mélodie ou bien le mode ionien ou certaines postures. Vous devez connaître vos habitudes, je vous encourage à jouer quelque chose de nouveau, pas ce qui vous est habituel ou qui vous vient déjà bien. Par exemple si vous jouez toujours en en 4/4 jouez en 3/4 si vous faites toujours les mêmes arpèges vers le haut, essayez vers le bas.

Plus vous aurez de choses plus vous aurez d'éléments pour la vraie vie, donc ne pratiquez pas les choses dont vous avez l'habitudes. Continuez à apprendre. Qui sont vos modèles ?

Why Pourquoi vous aimez cette personne ?

Marion Bouyssonnade: Thank you Carmen! I keep moaning about what I can't do but I keep doing what I can do... Thank you for kicking my -ss...

Marion Bouyssonnade: Merci Carmen pour ce conseil, j'arrête pas de me plaindre sur ce que je ne sais pas faire à la harpe et en même temps, je ne travaille que ce que je sais faire... Quasiment... Merci pour me boter les fesses!

Soyez spécifiques. Voici une chanson de Marianne. Je voulais apprendre quelque chose de nouveau : Destati ce qui signifie Réveille-toi

Je voulais apprendre car le rythme est comme désynchronisé et non habituel par rapport à ce que je joue habituellement. Je vais chercher quelque chose d'autre que je ne joue pas si souvent. C'est ce que je voulais partager avec vous.

Vous devez apprendre ce que vous voulez apprendre de vos modèles.

Intégration:

Ce que j'apprends : qu'est-ce qui est liée à ma pratique de harpe-thérapie. Pourquoi la vibration est liée à ma pratique de ht?

Souvent quand je lis tes livres ou j'apprends des modes ou des transitions je me demande : pourquoi c'est lié à ma pratique de ht ? Comment je peux utiliser cette connaissance ?

Vous devrez expliquer avec vos propres mots pour démontrer votre explication, c'est ainsi que vous expliquez votre concept dans un langage de tous les jours. Beaucoup de personnes me demandent la ht c'est quoi?

Je dirais la ht c'est je joue de la harpe, et cette musique crée un environnement nourrissant. Donc je travaille sur l'environnement avec la harpe et cela facilitera la guérison intérieure du client. Nous savons que notre corps peut s'accorder à l'harmonie naturellement et cela demande du temps et cela demande un bon environnement donc nous avons l'équilibre plus rapidement.

Donc la musique de harpe donne du temps et le bon environnement pour avoir le bon alignement intérieur.

Imaginez un ami qui a perdu le travail, des problèmes dans son couple, un parent tu peux lui dire, oui vient chez moi ou chez toi et tu prépares le menu, de la soupe, du chocolat, tu leur donnes un mouchoir si ils pleurent tu t'arrêtes tu écoutes, vous buvez du vin. Tu fais plusieurs choses pour les accompagner, après quelques jours il dit je vais mieux et il te remercie. et tu réponds oui j'ai fait peu: je n'ai pas résolu ton mariage. Mais vous avez donné un bon environnement

Ces choses permettent d'ajuster plus rapidement, grâce à vos idées.

C'est la même chose avec la ht.

C'est une atmosphère que vous créez.

Ce sont des exemples pour les autres comme cela ils comprendront mieux la ht.

Ce n'est pas prescriptif, nous ne pouvons pas contrôler le résultat.

Pensez à des exemples de la vie quotidienne et cherchez de faire toutes les choses pratiques liées à l'expérience, faites-leur faire expérience comme cela vous intégrerez les choses que vous avez apprises.

Marion Bouyssonnade: Thank you so much for sharing this !!!

Voici donc les 5 chose que j'ai appris.

Questions?

Delphine Heller: Thank you so much for sharing such sincere and touching experience, clear explanations and meaningful advice

Sylvie Laville: thank you so much

Sandrine Cloarec: Thank you so much !!!

Eva Harrang: Greatt! Amazing!! A lot of Résonance ! Thank you so much!

Pascal Danneels: Tous ces conseils vont s'avérer très précieux je pense ! Thank youuuuu

LYDIE MAUD: merci beaucoup Carmen !

Pascal Danneels: très heureuse d'avoir mis un visage et une personnalité sur ton nom !

Antonia Berceau Sonore: 多謝 Carmen!

Benedicte TORRES: thank you very much, Carmen. Merci beaucoup, Marianne pour la traduction si précieuse et merci aussi, Rémi

Pascal Danneels: and what about VAHT ?

Eduarda Carvalho: thank you

Marion Bouyssonnade: cool!!!!

LYDIE MAUD: super !

Vous pouvez prendre 3-4 points de cette leçon et travailler dessus.

Vous allez essayer la vaht, je l'ai essayé avec Laurence Marie ma superviseur ; j'ai essayé car elle m'at fait essayé la VAHT et et je me rappelle mon corps qui vibrait je pensais que ce serait tranquille j'étais sur le lit. Seulement le côté gauche de mon corps résonnait. Qu'est ce qui se passe avec le côté gauche de mon corps. Tout s'est ouvert à propos des vibrations et de la musique car avec la vaht c'est très direct car ton corps a 75 % d'eau et la vibration entre dans la peau. La théorie de la vibration est complètement amplifiée.

La résonance permet la guérison.

Quand la vibration se transfert à ton corps certaines parties sont amplifiées et tu le sens.

Ceci vous rendra très conscient de votre corps, pourquoi cette partie souffre. Pour mon expérience les personnes qui utilisent la vaht sont plus conscients de leur corps.

Deux étudiants font de la vaht ils prennent moins de médicaments, peuvent bouger mieux.

J'aime pratiquer la vaht parce que c'est très concret certaines personnes aiment les choses plus concrètes. Si j'écoute ce n'est pas assez concret c'est pourquoi j'ai commencé à faire la VAHT. Mais cela ne t'enseigne pas à jouer de la harpe pour les autres : c'est un programme plus avancé que IHTP. Mais vous allez en faire l'expérience