

RECUEIL DE TEMOIGNAGES BIO MUSIC ONE



Sélection représentative de plus de 10 000 témoignages

Version synthétique pour diffusion grand public et professionnelle

Édition 2026

Introduction

Depuis plus de vingt ans, Bio Music One accompagne des milliers de personnes dans des contextes personnels et professionnels.

Ce document présente une sélection représentative de témoignages reçus en France et à l'international (Europe, Royaume-Uni, Canada, États-Unis, Russie...).

Ces retours illustrent des expériences vécues dans des environnements variés : domicile, entreprise, établissements spécialisés, écoles, cabinets thérapeutiques, congrès, conférence et ateliers.

Les effets décrits sont subjectifs et variables selon les personnes et les contextes d'utilisation.

Bio Music One ne constitue ni un dispositif médical ni un traitement de santé.



Menu

1. Bien-être général

2. Sommeil

3. Travail & Études

4. Thérapies & Accompagnements

5. Santé générale

6. Environnement et Mobilité

7. Animaux & Plantes

8. Dimension intérieure & Transformation

1. Bien-être général

« Ma vie a changé de façon spectaculaire. Je me sens actif, centré, créatif et optimiste. » CB, Espagne

« Le CD m'aide à me relaxer et apaise mon mental. Le matin, je me sens enfin reposé. » HM, Allemagne

« En 30 secondes, une joie profonde est revenue. » CM, France

« Je travaille beaucoup sur ordinateur : la fatigue difficile à expliquer a nettement diminué. » JR, France

« En période de stress professionnel, je reste posé. Je réfléchis calmement. » SV, France

« Je me sens apaisée et régénérée. » CP, France

« Je le mets pendant le travail : plus de calme et meilleure concentration. » XG, USA

« Après 21 jours d'écoute, je ressens plus de vitalité. » PG, Espagne

« Je me sens plus serein. Les idées noires s'évacuent plus facilement. » PH, France

« Dès les premières notes, je sens un lâcher-prise du système nerveux. » CB, France

« L'écoute génère une sérénité pour toute la famille. » MB, France

2. Sommeil

Témoignages d'expérience personnelle. Les résultats peuvent varier.

« Dès la première nuit, je me suis endormie comme une fleur. » C., France

« Mon sommeil est plus profond et plus réparateur. » MCM, Espagne

« Je ne me réveille plus systématiquement vers 3-4h du matin. » PH, France

« Quand je me réveille, je me rendors tout de suite. » CL, France

« Pour la première fois de ma vie, j'ai dormi de 23h à 9h. » Salon Santé Nature

« Je récupère enfin après des années de stress. » CG, Canada

« Pour mon petit garçon (21 mois), l'effet a été immédiat : il a refait ses nuits. »
FD, France

« Les deux premières nuits, je n'ai pas mieux dormi... mais j'ai ressenti une
relaxation mentale immédiate. Puis, la troisième nuit, j'ai dormi deux heures de
plus que d'habitude. » SR, France

Conclusion :

Un endormissement plus simple.
Des nuits souvent plus paisibles.

3. Travail & Études

Témoignages en contexte scolaire et professionnel.

« Je passe Kinema 1 en cours. Le calme s'installe. » GL, France

« En classe difficile, concentration totale lors du contrôle. » V, France

« En journée de formation longue, moins de fatigue l'après-midi. » M & JM

« Après 6 heures devant l'ordinateur, je ne me suis pas sentie drainée. » MB, France

« En bureau partagé, l'atmosphère est devenue plus détendue. » MJ, Espagne

« Moins de stress dans une salle où trente ordinateurs sont allumés. » Tele Madrid

« En rédaction de thèse, je me sens plus stable. » BLT, France

« Lors d'un entretien d'embauche, j'étais moi-même, sans stress. Résultat : recrutée. » IA, France

« En RH, les échanges deviennent plus simples. » E., France

4. Thérapies & Accompagnements

« Bio Music One harmonise l'énergie du groupe et rétablit une atmosphère calme. » ATT, Roumanie

« Je l'utilise dans mon cabinet : moins de fatigue chez le patient et chez moi. » KA, France

« Dans un rassemblement délicat, chacun a pu s'exprimer calmement. » SB, France

« En séance Reiki, j'ai ressenti une plus grande concentration. » MM, France

« Dans la salle de traitement à l'hôpital, personnel et patients plus détendus. » CB, Espagne

« Dans une classe d'enfants autistes, baisse nette du stress du groupe. » RB, France

« Les personnes se "lâchent", parlent de choses qu'elles n'évoquent jamais d'habitude. » CA, Îles Canaries

« En séance, je sens plus vite et plus clairement où poser mes mains, quand et comment le faire. » ILR, France

« La musique m'aide à prendre conscience de l'énergie qui passe à travers le mouvement. Meilleure concentration, fatigue quasi absente, conscience accrue du geste. » Marie-Christine Fresse, prof. Tai Chi & Qi Gong, France

5. Santé générale

Observations d'usage — ne constituent pas une étude clinique.

Royaume-Uni

« Dans un centre accueillant des personnes autistes, amélioration du calme et du sommeil chez certains résidents. » Steven Rudelhoff

« Plusieurs parents ont rapporté davantage de communication et des moments familiaux plus sereins. » Steven Rudelhoff

Établissements Alzheimer (France)

Diffusion sur plusieurs mois dans deux EHPAD.

Les équipes ont rapporté :

- Diminution des troubles du comportement (61 % dans un établissement selon observations internes)
- Baisse des manifestations agressives
- Moins de cris
- Participation accrue aux activités

Témoignages individuels

« Mes maux de tête disparaissent quand je mets Kinema 1. » SM, UK

« J'ai beaucoup moins mal au dos. » JR, France

« Malgré une fatigue chronique, j'ai retrouvé une vitalité inattendue. » FG, Suisse

« En pleine période difficile, la musique m'a soutenue. » AJ, France

6. Environnement & Mobilité

Retours d'usage dans des environnements partagés.

« En voiture, je me sens relaxée et en même temps bien éveillée. » Participante
Congrès Genève

« En TGV, aucune fatigue à l'arrivée. » CM, France

« En voiture, cela procure confort et sécurité. » CJ, France

« Les clientes se sentent bien dès qu'elles passent la porte de la boutique. » S.
Tubau, Suisse

« En mode inaudible, je ressens plus de paix dans la maison. » MCM, Espagne

« L'atmosphère est beaucoup plus paisible. » ST, Espagne

« L'air paraît plus léger dans les pièces. » CG, France

« Les visiteurs nous disent que l'atmosphère est agréable. » EK, USA

7. Animaux & Plantes

Retours d'usage dans des environnements partagés.

« En centre de formation canine, les chiens se sont posés très rapidement. » C.
Hautbois, Centre Namaste, France

« Notre chien est plus calme quand le CD fonctionne. » PF, France

« Mes chats viennent se placer près des haut-parleurs. » MJ, Espagne

« Un clivia qui ne fleurissait plus a refleuré après diffusion régulière. » JM, France

« La sérénité semble bénéficier à toute la famille — animaux compris. » MB,
France

8. Dimension intérieure & Transformation

« Je suis vivante. » BF

« Grand vide intérieur. Lâcher-prise total. » VB

« Je rayonne mon “Je suis”. » MF

« Une véritable renaissance. » IL

« Être à ma place, sur mon chemin. » PH-B

« Paix intérieure immense. » NR

« Je me sens pleinement présente, le cœur en paix. » AV, France

« Je prends mes décisions plus facilement. » EG, France

« Un nouveau regard, une nouvelle direction. » YR

« M'autoriser à m'aimer. Confiance retrouvée. » FJ

« À l'intérieur de cette musique, un immense cœur bat. » GN

Avertissement

Bio Music One est un procédé vibratoire intégré à des créations musicales originales.

Il ne constitue en aucun cas une thérapie médicale, un dispositif médical ou un traitement de santé.

Les témoignages de ce recueil illustrent des expériences personnelles et professionnelles.

En cas de problème de santé, consultez un professionnel qualifié.

