

Barbara et Juan Vega Carro
diplômés de
l'Institut de Massage Sonore
et Thérapie par le Son - Peter Hess

Pour renseignements et
inscriptions, contactez-nous
impérativement par courriel
ou téléphone :

+32 (0) 470/04.31.57
info@lesondubienetre.com
www.lesondubienetre.com

Prix :
9€

Aspects pratiques :
Il est conseillé de porter des
vêtements amples, de se munir
d'un tapis en mousse ou matelas
pour se coucher à l'aise, d'un oreiller
et d'une couverture.

Déroulement d'une séance
de relaxation par
Bols Chantants Tibétains,
Gongs
et autres Instruments

Vous êtes confortablement allongé.
Vous écoutez les sons envoûtants des Bols
Chantants.

Votre respiration devient de plus en
plus calme. Vos muscles deviennent de
plus en plus détendus.

Votre corps devient de plus en plus
léger. Petit à petit il se fond dans la cascade
magique des sons et des vibrations des
différents instruments. Vous éprouvez une
sensation de bien-être et une détente très
profonde.

Vous devenez un Son.

« Les magnifiques sons vibrants vous
emportent
dans un voyage dans le temps et l'espace,
où visions féériques et paysages fascinants
s'entremêlent »

*Barbara et Juan vous invitent à
participer à une séance de*

Relaxation par Bols Chantants 'Tibétains', Gongs, Monocorde, Koto, Tanpura et d'autres Instruments

*Le vendredi 16 mars
de 20h00 à 21h00.*

*Centre de Yoga – Daniel Docquier
Rue des Goutteaux, 122
6032 Mont-sur-Marchienne*



*« Le son du Bol Chantant
touche ce qu'il y a de plus
profond en nous,
il fait vibrer l'âme.
Le son dissout les tensions,
il mobilise
les capacités d'auto guérison
et libère
des énergies créatrices. »*

Peter Hess

Les Bols Chantants furent découverts au Népal et dans la région de l'Himalaya par les musiciens occidentaux dans les années soixante du XXème siècle. Ils décrivaient les Bols Chantants comme des cloches très riches en tons harmoniques, qu'on met en vibration en tapant de l'extérieur.

Les Bols Chantants sont utilisés en Inde, au Népal et dans les monastères du Tibet pour l'art de la guérison depuis plus de 5000 ans. Selon la philosophie védique l'univers a été créé par le son, donc l'univers est un son (Nada Brahma), de même que chaque Être est Son.

Les Tibétains croient que chaque être humain est né avec une harmonie originelle du corps, de l'âme et de l'esprit, qui est malheureusement perturbée au cours de la vie par différents facteurs parmi lesquels le stress joue un rôle prépondérant.

Les Tibétains disent que les sons des Bols Chantants chassent du corps et de l'âme les mauvais esprits, tels que le stress, l'anxiété, la peur, en bref, toutes les émotions négatives.

La relaxation par Bols Chantants, dont les sons primordiaux exceptionnels, chaleureux et profondément pénétrants, imprègnent l'Être entier, permet de se reconnecter à Soi, de retrouver l'harmonie originelle et l'équilibre.

Pour mieux comprendre comment les vibrations des bols agissent sur les organismes, on peut évoquer l'image des vagues concentriques de plus en plus larges se propageant à la surface de l'eau après que l'on y ait jeté une pierre. En fait, les vibrations rayonnent à partir du corps vers l'extérieur, l'entourant comme d'un mandala.

Sachant que le corps humain est composé de 70% à 80% d'eau et que l'eau est un vecteur idéal de transmission des vibrations, on peut facilement imaginer comment les vibrations des bols se répandent à travers tous les fluides corporels, en massant délicatement chaque cellule, chaque organe, chaque tissu, chaque os, ce qui procure une sensation de bien-être et de détente très profonde.