

Les sons sources, les modulations voyelles et le chant harmonique sont à la base de tous les chants sacrés connus dans les régions du Tibet et de la Mongolie tout en étant également présents dans nombre de traditions. Ces chants sont principalement utilisés pour la guérison, la méditation et pour accéder à des plans de conscience supérieurs.

Il n'est pas nécessaire de savoir chanter. Cette pratique est accessible à tous. Chacun chante avec sa propre vibration, sa propre couleur.

Le chant harmonique permet un ancrage dans l'espace sacré du bassin, des retrouvailles avec notre puissance créatrice, une rencontre avec notre enfant intérieur, une libération des mémoires émotionnelles, une reconnaissance de notre nature profonde, une connexion intime avec le sacré, en retrouvant également le sens de la dévotion et de la prière ...

Chanter pour retrouver ce qui nous fait vibrer, ce qui vit profondément en nous et le manifester dans le quotidien ...

Chanter pour révéler la lumière de notre âme, exprimer la vibration sacrée de notre être ...

Trame d'une séance :

- . mouvements très doux pour préparer l'instrument qu'est notre corps,
- . ressenti de la vibration dans le corps,
- . travail d'appuis, d'ouverture et de relâchement,
- . pratique d'un des sons sources ou d'une modulation voyelle,
- . présence à soi dans le silence,

. temps de partage du vécu intérieur de chacun.

Renseignements pratiques

Jour & horaires : un mercredi par mois de 19h à 21h.

Participation financière : 200 € (pouvant être réglés en plusieurs mensualités, tous les chèques étant remis ensemble dès la première séance).

Séance découverte : 20 € (déductibles de la cotisation annuelle).

Les places étant limitées, pensez à réserver votre place par le versement d'un acompte de 20 €, non-remboursable en cas de désistement de votre part.

Inscription impérative avant le 05 septembre.

La cécité de Patricia l'a orientée très tôt vers la dimension intérieure de l'être.

Elle pratique la méditation avec mantras selon différentes traditions depuis quinze ans. Depuis quelques années, elle s'intéresse à la vibration sonore comme chemin de guérison et d'éveil intérieur, notamment au travers du chant harmonique sacré.

Bulletin d'inscription

(à renvoyer avant le 05 septembre)

Nom & prénom :

Adresse :

Tél. :

e-mail :

Je verse 20 € pour réserver ma place pour la méditation La vibration sacrée de l'être.

Cet acompte ne me sera pas remboursé en cas de désistement de ma part.

Date et signature :

MEDITATION VIBRATOIRE ET SONORE

La vibration sacrée de l'être

Un chemin de guérison et d'éveil intérieur

Avec Patricia PAREJA

Un mercredi par mois

De 19h à 21h

A partir du 12 septembre 2018

Association A la rencontre de soi

16 rue Jonnart 62500 Saint Omer

Tél. : 03 21 93 79 58

Patricia.pareja@orange.fr

www.alarencontredesoi.Fr