

STAGE

CHANT VEDIQUE & PSYCHOPHONIE

& MASSAGE SONORE DE BOLS TIBETAINS

Vendredi 13 novembre 2015
de 14h à 17h

Lieu : Atelier de Yoga Iyengar - 32 rue de la Vallée - 44190 Clisson

Mahita Lajoie, professeur de Chant Vedique et praticienne de Psychophonie, pratique depuis plus de 16 ans le Chant Vedique, passionnée par l'univers vibratoire des chants, des sons ... pour y découvrir leurs vertus guérisseuses.

Le **Chant Vedique** est la récitation chantée de texte ancien de l'Inde (Sanskrit). Je vous invite à une plongée dans la résonance des sons.

Ce sont des sons puissants qui produisent certaines vibrations ayant le potentiel de changer notre état physiologique, améliorant de ce fait l'état physique et mental.

Ces chants développent l'enracinement, la concentration, l'apaisement, la valorisation de soi, permettent d'être au contact avec le plus profond de soi, rééduquent la respiration et ... offrent de nombreux autres effets thérapeutiques.

Le son use sur son passage les blocages et zones de tension, pour faire circuler pleinement l'énergie de vie. Ces sons primordiaux émis permettent d'entrer en connexion avec notre essence !

La Psychophonie permet de gérer le souffle, de prendre conscience de sa voix, du son qui circule dans le corps, de parler sans fatiguer les cordes vocales, de soutenir la sangle abdominale ...

Le Massage Sonore avec les bols tibétains en fin de stage permet de rester plus longtemps dans la vibration du son, des chants Vediques et de procurer un véritable apaisement !

Une activité ouverte à tous, destinée à toutes personnes et fortement conseillée aux professionnels de la communication (éducation...), de la santé, J'interviens aussi dans le milieu médico-social (hôpitaux, gestion du stress, centres anti douleurs, personnes atteintes de fibromyalgie, maladie Parkinson ...).

Aucune condition musicale n'est requise !

Nombre de places limité

Tarif : 40 euros

Inscription obligatoire 06-58-29-90-96

ou par mail mahita.lajoie@orange.fr

Site : www.mahita-therapie-chantee.com

Association Mahita, thérapie chantée