

LA VOIE DU SON

SONOTHERAPIE- MEDITATION - PHILOSOPHIE VIBRATOIRE



CURSUS

CHANTS SACRES ET BAINS SONORES



ENERGIE VOCALE ET
INSTRUMENTS VIBRATOIRES

gwenngquery.fr

3 modules autour du lien entre l'énergie de la voix , le chant et les bains sonores

M1 :NADA YOGA ET MANTRA

- les fondements du yoga du son et du mantra yoga
- transmission de mantras
- travail avancé avec la shruti box
- mantra et bains sonores(bols , gong, cristal
- philosophie , méditation et yoga

M2- AU CHOIX :GONG , CRISTAL OU BOLS

- approche approfondie d'un instrument vibratoire
- techniques de jeu , impacts énergétiques
- fondements de la sonothérapie
- approche du bain sonore et soin individuel
- atelier de création bain sonore + méditation thérapeutique

M3 SONOTHERAPIE RITUELLE ET VOIX MEDECINE

- approfondissement chant sacré et guidance
- approche avancée du bain sonore
- approche de la guidance de cercle de chant
- parole , espace vibratoire et énergie du silence
- bains sonore rituels et puja/ Kirtan-harmonium
- certification -mise en situation

UNE APPROCHE QUI CONJUGE

UN PARCOURS D'ÉVEIL À SOI

+

UNE FORMATION EN
SONOTHERAPIE AVANCÉE ET
RELIANCE VIBRATOIRE

+

SUIVI PERSONNEL ET
2 SEANCES SUPERVISION
POST- FORMATION

3 modules :

- une approche précise et holistique
- un suivi et des travaux pratiques entre chaque module

Dans chaque module :

- une approche détaillée des formes , structures et propriétés de l'énergie sonore et des instruments vibratoires concernés
- de nombreux temps de pratique à la rencontre des techniques , méthodes et protocoles de la sonothérapie : bains sonores , soins individuels , méditation thérapeutique, rituels...
- leur lien à la métaphysique , aux sciences, à la géométrie sacrée, à la bio-énergie du vivant et à l'anatomie vibratoire
- des mises en situation pour comprendre votre propre manière d'oeuvrer, votre art personnel du son , comme un voyage vers votre propre forme
- des méditations et pratiques complémentaires pour se familiariser avec les états de la conscience vibratoire et les niveaux de l'écoute profonde

Nous accorderons une importance particulière:

- **à la philosophie** : pour donner du sens et structurer la perception
- **à la méditation pleine conscience** : pour développer la présence à l'instant, l'écoute profonde et l'empathie sonore
- **au nidra yoga** : pour comprendre, intégrer et tisser du lien entre la veille , le rêve et le sommeil . Des états que traversent les receveurs des soins vibratoires le plus souvent installés dans la position allongée savashana .
- **au chant, mantra yoga, samkirtana**, qui permettent de cultiver le lien à l'intelligence , au sens et au coeur , au delà de la réflexion
- **aux approches somatiques modernes** : pour se relier au corps vécu et se ré-approprier notre biologie



LES INTENTIONS

**COMPRENDRE LE SENS ET LES ORIGINES
DES PRATIQUES VIBRATOIRES**

**SE FORMER AUX CADRES, TECHNIQUES ET MODALITES
DE LA SONOTHERAPIE**

VISITER LES ETATS DE CONSCIENCE QUI LA SOUS-TENDENT

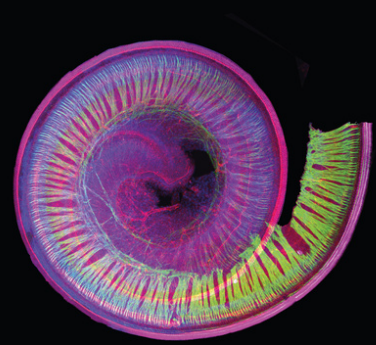
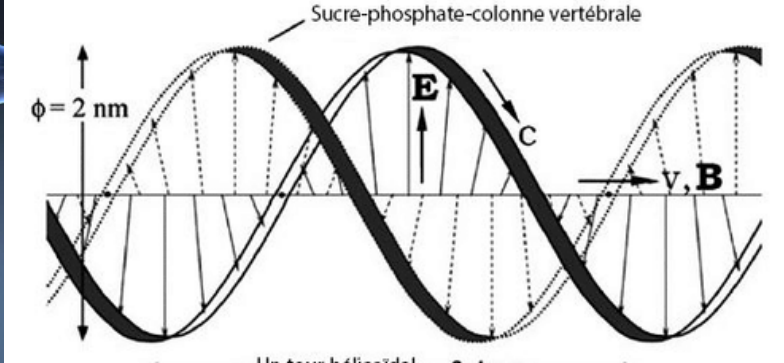
**RENCONTRER LES STRUCTURES DE L'ENERGIE SONORE
ET DU REEL**

**INTEGRER ET DISCERNER EN PROFONDEUR PAR LE YOGA,
LA MEDITATION, LA PHILOSOPHIE, LA POETIQUE**

POSER LES FONDEMENTS DE SA PROPRE PRATIQUE

**PRENDRE SOIN DE SA PROPRE LIBERATION,
S'OUVRIR AU SILENCE**





LA METHODE

Approche avancée des soins et instruments vibratoires

Yoga et Dharma du son sacré

Sciences et approches somatiques modernes appliquées

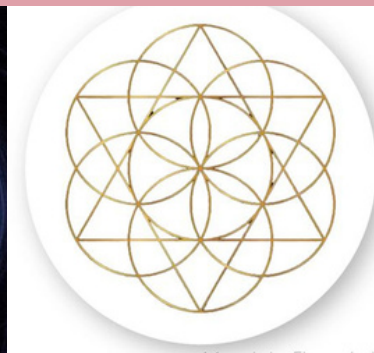
Approche des Rituels et Reliances par le son

Suivi personnel et Parcours d'éveil à soi

Synergie Sonothérapie- Méditation -Médecines des
Plantes

Pratiques complémentaires et approche holistique :
yoga , nidra-yoga, méditation,
satsang , samkirtana et mantra sadhana , toucher
sensible , danse, poésie, musique intuitive ...

Etudes de textes "mères" par l'expérience sensorielle ,
l'échange et la pensée commune



TEXTES "MERES" A L'ETUDE - *EXEMPLES*

fil conducteur : étude de la
Dhyana Bindu Upanishad

Upanishads

Bhagavata

Livre des Morts

Hidraya Prajna

Tibétain

Platon-Oeuvres

Paramita

Bergson-Oeuvres

Human Tuning

L'octave

Deep-listening

docteur

Cosmique

P.Oliveiros

J.Beaulieu

Hans Cousto

Guérir par
l'énergie du son

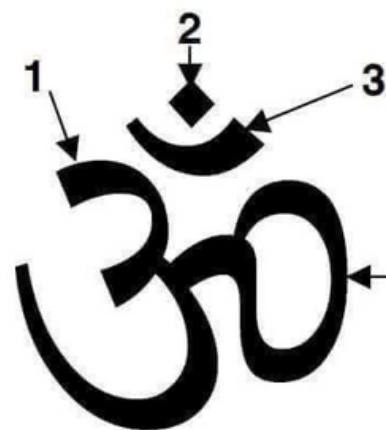
Philippe
Guillemant-
conférences

Nada Yoga -
B.Hersey

D.Mandle

ETUDE

PAR



MEDITATION

SVADHYAYA

LE CORPS

LES SENS

CALENDRIER - cliquez pour détails sur le site



21-25 Mars

NADA YOGA ET MANTRA

intelligence de la matière et recherche du Soi

26 avril -1er Mai

BOLS HIMALAYIENS

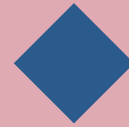
intelligence du coeur et alchimie de la compassion ,



24-29 mai

LA VOIE DU GONG

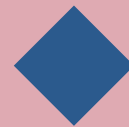
intelligence du vide et unité



19-24 JUIN

LA VOIE DU CRISTAL

Intelligence de la lumière, alignement et transparence



21-28 Août

RETRAITE HOLISTIQUE-"DIETE SONORE"

sons, apsarsa yoga et médecine des plantes : états de la conscience vibratoire et règnes du silence

19 -24 Septembre

DIAPASONS ET

RESONANCE HARMONIQUE

intelligence du corps, équilibre et perception



24-31 OCTOBRE

SONOTHERAPIE RITUELLE et VOIX MEDECINE certification 1

**Intelligence transpersonnelle et reliance :
Parole et chant sacrés-Bains sonores avancés,
Pujas , Kirtan, Guidance de groupe**

29 novembre-4 décembre

ACCOMPAGNER PAR LE SON-certification 2

**Intelligence relationnelle et écoute par le son:
entretiens , suivi des patient et soins individuels avancés**

EMPLOI DU TEMPS

JOURNEE TYPE

7H30_8H30 : sadhana optionelle

REPAS

9H30 - 13H : Enseignement - pratique-intégration

REPAS

14H30 - 15H : Relaxation - Sieste méditative-Chant

15H-18H45 : Enseignement -pratique-intégration

REPAS

21H : Soin collectif méditation +Bain sonore/ Puja



Concrètement

Pratiquer avec les instruments guides

Méditer

Recevoir des enseignements philosophiques,
techniques , spirituels

Créer des soins , bains sonores , rituels
en situation réelle

Recevoir des retours précis et
points d'appui personnalisés

Recevoir des soins en bains sonores

Echanger des soins et pratiques entre stagiaires



ENSEIGNEMENT EN PETIT GROUPES UNIQUEMENT

OUVERTURE INSCRIPTIONS LE 21 DECEMBRE

**6 PLACES à TARIF SPECIAL
(PAIEMENT MENSUEL POSSIBLE)
POUR L'ENSEMBLE DU CURSUS**

-

**FORMULES THEMATIQUES OU PERSONNALISEES A
TARIF REDUIT
2 et 6 modules**

**INSCRIPTIONS SUR ENTRETIEN
POUR TOUT CURSUS INTEGRAL OU PERSONNALISE**



INSCRIPTION :

lavoieduson@hotmail.com

Infos pédagogiques : 06 86 38 20 60

**TARIF CURSUS 3 Modules dont 2 retraites
en pension complète**

450+ 900X2

réduction de 150€

= 2100€

**paiement possible jusqu'en 10 X
tarifs pour une inscription avant le 21 janvier**

Pour le module 1 ,

**l'hébergement les repas sont à votre charge
possibilité d'adresses rbn'b +repas sur commande**

PROMOTION

4ème module , stage ou retraite

réduction de 50€ supplémentaire sur le total

**LES TARIFS PROPOSES SONT EN HEBERGEMENT
CONVIVIAL POUR LES RETRAITES :**

- **yourte chauffée de 3 à 5 personnes -**
- **mutiples salles de bain et espaces douches**
- **3 repas bio-végétariens et gourmands/
jour+collations**

**POSSIBILITE DE chambre individuelle ou duo
EN SUPPLEMENT (cf grille tarif ci dessous)**

Grille Tarifs

Module introductif Nada yoga et mantra

4,5 jours/ enseignement : 520€ ou 450€

(si inscription+ de deux mois avant)

info hébergement rbn'b à la réservation

et repas sur commande (10€/repas)

Retraite de 6 jours

+ pension complète 3 repas / jours et collations

+hébergement "dortoir" 5 nuit entre 2 et 5 pers max-
yourte chauffée + manuel + certificat de présence TTC =

900€

pour une inscription validée trois mois ou plus à l'avance

950€

deux mois ou plus à l'avance

1000€

un mois ou plus à l'avance

1050€

mois d'1 mois à l'avance

paiement en 3X possible/ inscription anticipée de 3 mois ou +

DETAIL :

Enseignement 650 /

Repas bio-végétariens 192 /

Taxe de séjours et participation frais de ménage 8€

Hébergement « convivial » : yourte chauffée (max 5
personnes avec tissus de cloisonnement pour intimité) +
accès salles de douches / lavabo / sac / salon et espaces
collectifs = entre 0 et 30€

Hébergements « confort plus »

**Chambre ou zome duo (selon disponibilité) :
supplément 30€/ nuit/ pers soit 150€ / pers**

**Chambre individuelle(selon disponibilité) : 45€/ nuit/
pers soit + 225€**

**Hébergement camping ou van : (proposé seulement
au delà de 8 stagiaires) = entre 0 et 15€ / nuit selon
date d'inscription)**

PROCEDURE D'INSCRIPTION

envoyer un mail à

lavoieduson@hotmail.com

en précisant :

- le stage concerné
- la formule ou le cursus concerné lorsque vous souhaitez profiter d'une offre de ce type
- la formule d'hébergement choisie
- votre nom - prénom et contact téléphonique

LE LIEU DE RETRAITE - DEPT 31

Secteur Aurignac 1h de Toulouse

