



Journée du 30/06/2024

CV :

Avril 2008 : Réflexologie plantaire

Septembre 2008 : Reiki USUI - Niveau II

Septembre 2008 à 2010 – formation en Médecine traditionnelle chinoise

Mars 2016 : Reiki Usui - Niveau IIIA

Mars 2016 : Reiki Karuna Niveau I et II

juin 2019 : Sonothérapie - Bol tibétain - Diapasons thérapeutiques

juin 2019 : Sonothérapie (perfectionnement) - Bol tibétain- Diapasons thérapeutiques

Novembre 2019 : Formation fleurs de Bach

Février 2020 : Formation Énergétique adaptée

Mon rôle :

Que puis-je pour vous ?

Défaire les nœuds, un par un...

Imaginez-vous en vous levant chaque matin, vous sentir vous-même.

Ne serais-ce pas un sentiment agréable ?

Ma préoccupation première est de vous savoir bien.

Mon rôle est de vous accompagner à débloquer vos nœuds, vos blocages, vos croyances et vos peurs,.....

Je vous guide à chaque séance, afin que vous puissiez trouver votre chemin, votre épanouissement, votre libération, et accueillir qui vous êtes....

En 2020, je décide d'ouvrir mon Espace de détente et de bien-être holistique à Pont-de-Loup.

La sonothérapie est une pratique ancestrale qui utilise les vibrations et les fréquences sonores à des fins thérapeutiques. En harmonisant le corps et l'esprit grâce à des instruments tels que les bols tibétains, les diapasons thérapeutiques et les tambours chamaniques, la sonothérapie offre un moyen naturel et holistique de guérison.

Les Origines de la Sonothérapie

Les racines de la sonothérapie remontent à des millénaires, où différentes cultures à travers le monde ont utilisé le son comme un outil de guérison. Des civilisations anciennes comme les Égyptiens, les Grecs et les Indiens avaient déjà une compréhension profonde du pouvoir des vibrations sonores sur le corps et l'esprit.

Comment Fonctionne la Sonothérapie

Elle repose sur le principe que chaque cellule de notre corps possède sa propre fréquence naturelle. Lorsque ces fréquences sont déséquilibrées, cela peut entraîner des maladies ou des troubles physiques et émotionnels. En exposant le corps à des vibrations sonores spécifiques, elle aide à rétablir l'harmonie et l'équilibre.

Les Instruments de la Sonothérapie

Bols Tibétains : Fabriqués à partir d'un alliage de métaux précieux, les bols tibétains produisent des sons riches en harmoniques. En les faisant résonner autour du corps, ils émettent des vibrations qui apaisent le système nerveux et favorisent la relaxation profonde.

Diapasons Thérapeutiques : Ces instruments émettent des tonalités précises qui correspondent aux fréquences des différentes parties du corps. En plaçant les diapasons sur ou autour du corps, ils aident à réaligner les énergies et à dissiper les blocages.

Tambours Chamaniques : Utilisés lors de rituels ancestraux, les tambours chamaniques produisent un rythme puissant qui induit un état de transe. En se connectant avec le rythme du tambour, les praticiens peuvent entrer dans un état modifié de conscience propice à la guérison et à la transformation.

Les Bienfaits de la Sonothérapie

La sonothérapie offre une multitude de bienfaits pour le bien-être physique, mental et émotionnel, notamment :

Réduction du stress et de l'anxiété
Amélioration du sommeil
Soulagement des douleurs chroniques
Renforcement du système immunitaire
Augmentation de la concentration et de la clarté mentale
Équilibrage des émotions

Conclusion

En rétablissant l'harmonie à tous les niveaux de l'être, la sonothérapie se présente comme une approche douce et efficace pour promouvoir la santé et le bien-être. Que ce soit pour la relaxation profonde, la guérison physique ou la recherche de soi, les sons peuvent être des alliés précieux sur le chemin de la transformation et de l'épanouissement.

Journée du 30/06/2024

Présentation de mon parcours en développement personnel pour en arriver à devenir praticien en soin énergétique et vibratoire.

- Présentation des différents outils que j'utilise dans mes soins (tambours chamaniques, bol tibétain, diapasons thérapeutiques.....
- Petite méditation guidée à l'aide de mes outils thérapeutiques
- Débriefing après la méditation pour celui ou celle qui le désire

Encore un grand merci David pour cette belle journée en perspective