

Les voyages sonores vont au-delà de la relaxation et se révèlent être une véritable thérapie. Les fréquences des bols harmonisent les énergies, libèrent le mental, équilibrent les organes et nettoient les mémoires physiques et psychiques.

Notre Technique : un soin individuel et personnalisé

Nous avons développé une technique associant plus de 7 bols, des cristaux et des huiles essentielles (si allergies, les huiles ne seront pas utilisées). Chaque soin est adapté à la personne en fonction de ses déséquilibres. Le choix des types de bols et leur positionnement autour et sur le corps dépendent de la problématique de chacun. Il en est de même pour les cristaux et les huiles essentielles. Ils seront choisis et positionnés selon les besoins et problématiques spécifiques de la personne.



- Contacts -

Adeline Coutiaux
06 62 21 93 81

Alizé Leblanc
06 37 44 27 38

 shaktisamsara

coutiaux-kinesiologie82.fr

Shaktisamsara.shala@gmail.com



Voyage sonore aux bols chantants tibétains

Les sons présentent de réels pouvoirs thérapeutiques, les vibrations émises par un son impactent le corps et le mental. On appelle cela la sonothérapie.



L'origine des bols tibétains

Les premiers bols tibétains seraient apparus il y a plus de 5000 ans. Originaire d'Inde, Népal et Tibet, ces bols chantants étaient utilisés lors de cérémonies religieuses. On les retrouve encore aujourd'hui dans les temples bouddhistes.

Les effets thérapeutiques des vibrations créées par les gongs, les bols tibétains et les diapasons sont immédiats et connus d'un point de vue empirique. La science commence de plus en plus à s'y intéresser.

Qu'est-ce qu'un bol chantant tibétain ?

Selon la tradition tibétaine, un bol chantant doit être composé d'un alliage de 7 métaux différents. Chaque métal est lié à un des 7 chakras majeurs et à une planète du système solaire. Les proportions différentes des 7 métaux donnent une spécificité à chaque bol.

Fer : Mars, 1^{er} chakra (racine)

Argent : Lune, 2^e chakra (sacré)

Or : soleil, 3^e chakra (plexus solaire)

Cuivre : Vénus, 4^e (cœur)

Mercure : Mercure, 5^e chakra (gorge)

Étain : Jupiter, 6^e chakra (3^e œil)

Plomb : Saturne, 7^e chakra (couronne)



Les bienfaits des bols tibétains

Les bienfaits des bols chantants sont bien plus qu'une simple relaxation mais aussi une réelle thérapie. Les effets sont immédiats.

1 - Réduire le stress et l'anxiété

Les vibrations des sons se propagent dans les molécules d'eau plus de 4 fois plus vite que dans l'air. Le corps étant composé de 80% d'eau, l'eau sert de conducteur permettant ainsi que les vibrations soient diffusées à travers toutes les cellules du corps. Les bols tibétains permettent de lâcher prise et de libérer les tensions psychocorporelles.

2 - Améliorer la santé système immunitaire

La sonothérapie va permettre de traiter certaines pathologies. Les vibrations peuvent aider à équilibrer les organes, les glandes et évacuer les toxines. Les capacités d'autoguérison sont stimulées et les douleurs physiques et psychiques peuvent être soulagées.

Dans les années 90, l'oncologue américain Michel Gaynor a démontré les bienfaits de l'utilisation de la sonothérapie pour apaiser les douleurs de ses patients.

En France, le CHU de Saint-Étienne utilise depuis 2011 les vibrations en soin de support pour apporter du mieux-être aux patients en soins palliatifs.

3 - Équilibrage énergétique du corps

Les bols tibétains harmonisent les chakras et les corps subtils. Ils réparent les failles énergétiques. Chaque bol, constitué d'un alliage de 7 métaux, émet une fréquence correspondant à une note spécifique, elle-même liée à un chakra.

1^{er} Chakra : je suis, je survis. Note Do.

2^e Chakra : je ressens. Note Ré.

3^e Chakra : je veux, je rayonne. Note Mi.

4^e Chakra : j'aime. Note Fa.

5^e Chakra : je m'exprime. Note Sol.

6^e Chakra : je vois. Note La.

7^e Chakra : je sais, je suis. Note Si.



4 - Nettoyage des mémoires généalogiques et karmiques

Nous avons pu constater lors de nos pratiques, la libération de mémoires généalogiques et karmiques. Les vibrations des bols pénètrent si profondément que les mémoires négatives et toxiques sont évacuées. Elles libèrent les blessures du passé et permettent de guérir le corps et l'esprit. Certaines personnes ont vu défiler certaines de leurs vies passées, d'autres ont eu des visions sur des chocs refoulés de leur vie.

Elles se sont senties libérées suite à un tel voyage sonore.

5 - Amélioration de la concentration

Les sons émis par les gongs et bols chantants occupent l'ouïe et diminuent l'agitation. L'esprit et le corps vont s'accorder à la fréquence du bol.