

SONS ET VIBRATIONS

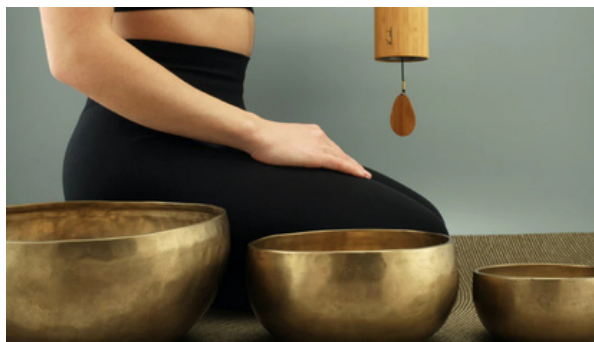
YODH KER NEWSLETTER

Bonjour les ami-es,

Toutes les traditions connaissent le pouvoir des sons pour harmoniser, guérir et s'élever spirituellement. Elles utilisent à cet effet la voix chantée ou la voix psalmodiée et aussi toutes sortes d'instruments de musique – tambour, harmonium, gong, ...

Les scientifiques se sont aussi intéressés au pouvoir du son. Le son n'est pas seulement une sensation auditive, c'est une énergie vibratoire qui prend la forme d'ondes. Ces ondes à certaines fréquences ont le pouvoir de réharmoniser nos cellules et de dissoudre les tensions du corps.

Les applications dans le domaine du soin sont nombreuses.



SONOTHÉRAPIE

En sonothérapie, nous utilisons la voix ou des instruments pour apaiser, calmer les douleurs, libérer des émotions. Certains bénéfices peuvent s'obtenir de façon passive, le corps assis ou allongé est détendu et se laisse traverser par les ondes sonores libératrices. C'est le principe des bains sonores de gongs ou de bols chantants.

VOIX ET GUÉRISON

Il est aussi possible de travailler de façon dynamique en mettant le corps en tension. Cette méthode permet de cibler les zones qui retiennent les émotions : la nuque et la mâchoire pour la colère; le diaphragme, les lombaires et le sacrum pour la peur.



TAUX VIBRATOIRE

Le taux vibratoire est la mesure des niveaux des énergies subtiles qui émanent d'une personne ou d'un lieu. Pour une personne, il dépend de 4 plans de conscience: physique, mental, émotionnel et spirituel. Un taux vibratoire élevé agit sur ses 4 plans et permet entre autre de **mieux gérer nos émotions et de renforcer notre système immunitaire**. Il est donc intéressant d'augmenter notre taux vibratoire.

Quelques pistes :

La fréquentation des hauts lieux vibratoires, **le chant de mantras**, les promenades dans la nature et surtout les relations humaines, partager, écouter, consacrer du temps à des causes utiles aux autres.

Chaque région possède des lieux à haute fréquence vibratoire

EXPÉRIENCES SUR LA VIBRATION DES SONS



DÉCOUVREZ LES EFFETS DES VIBRATIONS DU BOL CHANTANT SUR L'EAU –
[CLIQUEZ ICI](#)



CONNAISSEZ-VOUS LA CYMATIQUE ?

c'est l'étude des formes et motifs créés par les vibrations sonores dans différents medium physiques

[Pour découvrir son principe sur Youtube cliquez ici](#)

YODH KER ACTUALITÉ

Atelier gratuit en visio mardi 18 février. [Inscrivez vous en cliquant ici](#). Tous les inscrits auront accès au replay

Journée ayurvédique en présentiel à Waterloo samedi 12 avril. [Inscrivez vous en cliquant ici](#).



Si vous aimez cette newsletter,
adhérez à l'association Yodh ker !

Vous recevrez ainsi nos publications bimensuelles

YODH KER

**YODH
KER**

**YODH
KER**

E-mail

yodhker@gmail.com

Adresse

12, allée de la Pointe 56 610 ARRADON

site Web

<https://www.yodhker.com>