



BAIN DE GONG

Vivez un véritable voyage vibratoire

28 MARS 2021

À
Maison GARBAY

LUGLON

Le bain sonore au gong

Le bain de gong traditionnel est un ancien rituel de transformation issu de la tradition de Kundalini Yoga.

C'est un bain vibratoire profond où chaque participant vit une expérience unique de libération et d'harmonisation.

Les vibrations imprègnent chaque cellule de notre corps et stimulent nos centres énergétiques permettant grâce à un état modifié de conscience d'accéder à notre Être profond et à ses mystères.

Ce voyage intérieur au son du gong se décline en deux variantes:

-YIN: relaxant

-YANG :intense

Déroulement de la séance

La séance se déroule en position allongée sur un tapis confortable. Nous vous conseillons de prévoir une couverture chaude et de venir en tenue confortable pour bénéficier d'un plus grand confort. Si vous le souhaitez vous pouvez utiliser un masque de nuit.

Une préparation guidée par votre animatrice Mireille vous permettra de contacter l'état de réceptivité propice au voyage intérieur.

Les bienfaits du bain sonore au gong

Relaxation

L'immersion totale dans les multiples fréquences harmoniques permettent un relâchement du mental et une profonde détente musculaire

Amélioration de la circulation énergétique

Les vibrations aident à libérer les zones de blocage et rétablir une circulation énergétique harmonieuse

Equilibration du système nerveux

Nettoyage intérieur

Laisser aller ce qui ne nous est plus favorable, négativité et tensions mentales afin d'obtenir la clarté dans un nouvel état de conscience plus calme et serein

Libération émotionnelle

Le champs vibratoire du gong nous place dans une fréquence particulière qui favorise la compréhension et l'expression de nos émotions

Mieux se connaître

Grace aux états modifiés de conscience initiés par le voyage vibratoire plongez au coeur de votre être profond et découvrez vos mondes intérieurs

Votre animatrice: Mireille Clavé

Praticienne diplômée en bain de gong traditionnel par l'école ANAHATA GONG SCHOOL selon l'enseignement de yogi Bhajan Mireille a à coeur de vous accompagner avec bienveillance et générosité dans cette expérience vibratoire unique et vous transmettre son expérience afin de vous aider dans votre chemin de libération et transformation.

“Offrez vous cette expérience unique ,
ressourcez-vous, recentrez-vous, libérez-vous
grâce au voyage vibratoire au son du gong
traditionnel “

Modalités pratiques

★ Matériel à prévoir

Nous vous conseillons de prévoir une couverture chaude et de venir en tenue confortable pour bénéficier d'un plus grand confort.

Si vous le souhaitez vous pouvez utiliser votre propre tapis ou utiliser les tapis mis à votre disposition dans la salle de pratique.

Certaines personnes apprécient le port d' un masque de nuit.

Une bonne hydratation participe à une meilleure intégration et favorise le nettoyage physique et énergétique du corps; veillez à apporter une bouteille d'eau.

★ Participation

15€ la séance de 60 min

★ Dates

- 14 février à 11 H

★ Lieu

MAISON GARBAY à LUGLON

ont de Marsan

★ Inscriptions

Le nombre de places étant limitées à 8 la réservation de votre séance est obligatoire auprès de

Mireille 06 18 75 83 57

Ou Christelle 06 76 80 11 78