

Journée «sur les ailes du chant»

avec Martine et Christian Pilastre

Dimanche 24 Janvier 2021

En ces temps d'incertitude, le Mantra est sans doute le moyen le plus efficace pour élever le niveau vibratoire de l'humanité, et cela en commençant par élever le nôtre. Par ces chants nos perceptions changent, notre point de vue se transforme, nous prenons de la hauteur, ce qui peut ouvrir des portes de sortie dans des situations apparemment inextricables. Le chant enchante, ouvrant des espaces de liberté et de joie. Il nous recharge, régénère chacune de nos cellules, harmonisant notre santé tant physique, émotionnelle, psychique que spirituelle.

Notre vécu nous a amené à intégrer des mantras issus de diverses traditions, nous rappelant notre unité, tout en intégrant nos diversités si riches et si belles...

Nous vous proposons une journée pour découvrir, expérimenter et partager les bienfaits, la puissance vibratoire du chant mantrique. La partie chantée sera précédée d'exercices de recentrage et d'ancrage, ainsi que d'échauffements corporels et vocaux.

Détails pratiques

- Dimanche 24 Janvier de 9h 30 à 17h.
- Apporter un plat végétarien (salé ou sucré) à partager pour le déjeuner.
- Tenue souple et chaude. Chaussons. Couverture pour la relaxation.
- Participation : 75 €
- Renseignements/Inscriptions : 06 08 63 29 78 (Martine) ou christianpilastre@orange.fr

