



ABC DE LA THÉRAPIE PAR LES SONS

Isabelle HAUGMARD

Tout ce qui est vécu négativement, que ce soit physique ou psychologique, génère un état de doute, de mal-être voire d'angoisses et crée un déséquilibre de nos hémisphères cérébraux avec une répercussion sur notre comportement au quotidien. La thérapie par les sons vise à rééquilibrer, ré-harmoniser, l'homme au sein de son environnement.

190 pages - réf 27901

Broché - 14 x 21,5 - Photos couleur + Illustrations N&B

EAN 9782733911051 - © 2010



.....
Cet ouvrage a pour but de donner la possibilité à chacun de se laisser séduire par un *chemin de sons* et ainsi découvrir son for intérieur.

Dans ce livre, diverses formes d'utilisation de vibrations thérapeutiques vous sont proposées, vous permettant de goûter aux bienfaits de chants, méditations, relaxations, techniques de respirations, ouverture du corps, au travers d'exercices ne nécessitant aucune connaissance musicale.

Les vibrations thérapeutiques nous touchent dans nos profondeurs et nous font voyager très loin. Le corps a l'intelligence de se *nourrir* des sons dont il a besoin et si nous lui offrons un *voyage de sons*, il peut transformer, avec le temps, ce qui l'handicapait ou le maintenait dans un état de mal-être.

Après des études musicales au Conservatoire de Paris, Isabelle Haugmard s'est tournée vers différentes formations et méthodes comme la psychogénéalogie, la communication, le toucher, la psychophonologie, la sonologie, les chants harmoniques. Son chemin découle d'une quête personnelle de connaissance de soi et de mieux-être.

DIFFUSION UNIQUEMENT EN BOUTIQUES BIO ET LIBRAIRIES ÉSOTÉRIQUES