

BAIN de GONG TRADITIONNEL

Murielle Tel 06 16 51 24 67 FB : Mue Gong



RELAXATION du CORPS – VOYAGE INTERIEUR – LIBERATION de TENSIONS

Un Bain de Gong Traditionnel est une immersion dans les vibrations sonores d'un gong. Rituel du yoga qui fait vivre une expérience personnelle et unique, dont les effets bénéfiques sont multiples.

Le son du gong a la capacité de stimuler les centres d'énergie du corps, de transformer des blocages émotionnels, de libérer les tensions physiques et mentales. Les vibrations sonores imprègnent chaque partie du corps, et vous êtes guidés dans les nappes harmoniques, par la pulsation vivante du gong.

Le principe est « ne rien faire et laisser faire », le gong ouvre et transporte dans un espace sacré...

Une séance dure 1 heure, en position allongée. Une tenue souple est préférable, et prévoir un tapis de sol, une couverture, et selon chacun, un cache/yeux, un coussin, et une bouteille d'eau.
