

Jean-Michel : Propose Conférences / Ateliers

Yoga Acharya de l'école Sivananda

Consultant et conférencier en Naturopathie – Iridologue – Psychothérapeute – Coach de vie
Enseignant de Yoga depuis une vingtaine d'années issu de l'école Sivananda Autriche et France.

Enseignant de Yoga Du Son

Musicien dans le groupe portant le nom spirituel : **Jnanadev**

<https://www.youtube.com/watch?v=qbTmqR95uqk>

<https://www.youtube.com/watch?v=PY4gfEtK5Js>

https://www.youtube.com/watch?v=lx_LpWbZl7k

Photographe

Co-organisateur du Festival Yoga Du Monde : <http://www.yogadumonde-festival.com>

Ce que je propose pendant ces quatre belles journées

Pratiquer ensemble dans la plus grande simplicité et se donner les moyens de faire le point sur sa pratique personnelle afin de réaliser pleinement son accomplissement spirituel.

Nous irons ensemble visiter des espaces peut-être encore inconnus de vous, en utilisant ce que vous connaissez de votre propre aptitude et en vous invitant au fil du temps à pratiquer avec la plus grande fluidité possible.

Nous traverserons ensemble les expériences des différents **Pranayama**, des six **Sons de Guérison**, du **Son de son Souffle en Soi**, Du **Sourire Intérieur**, de la Puissance des **Chants de Mantra** et de la **Méditation**

Un ajustement de votre souffle et de la voix vous sera proposé, c'est sa mise en place dans votre pratique en général qui vous permettra de prendre pleinement conscience de la prédominance de votre souffle pendant votre pratique quelle qu'elle soit.

Ne vous y trompez pas vous n'allez pas ne rien faire bien au contraire nous pratiquerons d'une façon soutenue, et plutôt que de « Faire » une pratique nous allons la « Défaire » comme si cette dernière à travers une certaine forme de danse vous permettait de vous poser réellement dans le fond de ce que vous êtes vraiment.

Avec une conscience plus grande encore vous écouterez le son de votre souffle en vous et vous percevrez la véritable mélodie du son qu'il contient avec tout au bout de chacun de vos souffles les silences « les suspensions de souffle..., l'endroit de tous les possibles ».

Pratique

Initiation à la compatibilité alimentaire, ou comment prendre en main votre santé de demain

Pranayama et la subtilité de Kapalabhati « le Crâne qui brille »

Les **Six Sons de Guérison** ou la Danse de l'Être ...

Le **Son de son Souffle en Soi** « Le Magicien » à Écouter, à Entendre, à Percevoir et bien plus encore...

Le **Sourire Intérieur** « le Guérisseur »

Ouvertures et fermetures énergétiques, dégagements et harmonisation

Les **Chants de Mantras** et leurs dimensions Sacrées (accompagnés de L'Harbolnium - Bols chantants)

La **Méditation**

=====

Yoga - Méditation : http://www.corzeame.com/yoga_2_1234.html

Jnanadev : <https://www.jnanadev.fr>

Naturopathe – Iridologue - Psychothérapeute : <http://www.atelier-du-naturopathe.com>

Festival Yoga Du Monde 2018 : <http://www.yogadumonde-festival.com>