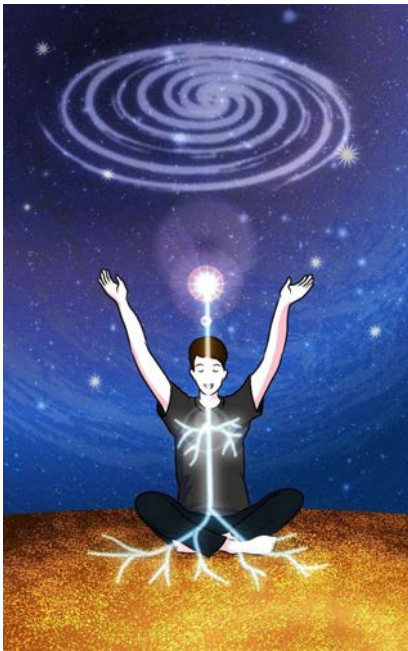


YOGA DU SON

Denis FARGEOT

Libérer la voix - Chant harmonique sacré
Activation des 5 Sons-Mère - Stages initiatiques yogiques



Ce Yoga du Son s'appuie sur les traditions tibétaine, shintoïste, taoïste et chamaniques. Il s'inscrit dans une démarche de découverte de notre véritable nature et de nos richesses intérieures.

Cette pratique des Sons repose sur un travail de **libération de la voix, qui va mobiliser les différents plans vibratoires qui nous composent**, stimuler notre énergie, renforcer notre identité, et libérer notre potentiel créatif.

Denis Fargeot nous invite dans ce yoga à expérimenter les 5 Sons-Mère, les 5 voyelles sacrées universelles. Il nous accompagne dans les **bases du chant harmonique** et nous propose des mantras primordiaux pour nous connecter à nos ressources intérieures et nous ouvrir à notre dimension sacrée.

« La beauté véritable, ce sont des rayons qui jaillissent des profondeurs sacrées de l'âme et éclairent l'extérieur du corps, comme la vie jaillit du noyau et donne à la fleur une couleur et un parfum. »

Khalil Gibran

Cette approche s'adresse à des néophytes dans le chant, mais aussi à des professionnels qui veulent s'enrichir de la dimension psycho-énergétique, du ressenti de la vibration dans le corps, des appuis reliés au hara et à la Terre. Dans cette dynamique des sons ressentis en soi, **la lumière de kundalini devient plus accessible, plus palpable.**

Les stages de Yoga du Son permettent de mettre en lien psychologie, développement personnel, yoga et puissance alchimique des Sons. **Ces enseignements mettent en vibrations les qualités des 5 éléments, en soi, et autour de soi.** La Voix faisant l'intermédiaire entre notre dimension interne profonde, et la manifestation externe dans notre vie quotidienne. Elle entre dans l'opportunité de mettre en action notre puissance de créativité, en lien avec notre nature profonde.



Les pratiques incluent les dimensions physique, énergétique, émotionnelle, mentale, et spirituelle de l'Être.

Les 3 niveaux d'enseignement et de pratique proposés par Denis FARGEOT

<https://www.yogaduson.fr/calendrier/>

Cycle de Base

Objectifs

Mettre en lien psychologie, développement personnel, yoga et puissance alchimique.
Améliorer la concentration et l'intériorisation dans l'utilisation de la voix
Apprendre à ancrer sa voix dans le corps et trouver de nouveaux appuis.



Programme (extrait)

Expérimentation et explications des qualités des 5 sons mères
Ouverture de portes : porte du corps, porte du verbe créateur, porte de l'esprit.
Travail des appuis, de la présence au bassin.
Densification du hara, perfectionnement des modulations harmoniques.

<https://www.yogaduson.fr/cycle-de-base/>

Sessions d'approfondissement

Cette formule permet à tous de maintenir une pratique plus régulière, de profiter de la force de l'énergie de groupe pour continuer à avancer en soi, et pouvoir passer des caps supplémentaires

Ateliers réguliers & zooms

Chaque mois est une porte énergétique, initiatique, que le ciel nous présente chaque année. Ces 12 portes, les 12 mois, en lien avec les 12 facettes du Moi, nous invitent à sublimer nos capacités, à faire des passages intérieurs pour mieux nous réaliser dans notre vie.

Stages d'approfondissement



Stage Nature
Souffle-son-organe
Noël & jour de l'an
Stages à thème

<https://www.yogaduson.fr/approfondissement/>

Yoga initiatique

Toutes les sessions incluent cette dimension. Des stages spécifiques complètent l'expérience du son avec des techniques respiratoires, la présence sensorielle, l'approfondissement de pratiques tibétaines et yogiques en lien avec la dimension des maîtres (toutes traditions confondues).



Connexion aux lignées spirituelles, aux guides, à l'espace de clarté.

<https://www.yogaduson.fr/bibliographie/>