Chant vibratoire

Des vibrations sonores de bien-être !

Quel est l'impact du son dans votre corps ? Le son est une fréquence vibratoire, qui se propage dans le corps jusqu'au cœur des cellules, et qui agit comme un laser. Les chants vibratoires, proches des chants diphoniques, sont utilisés pour guérir et soulager le corps, le cœur et l'esprit. Ils agissent directement sur la sphère psycho émotionnelle. Rencontre avec Anne Ghodbane-Richard, thérapeute intuitive, spécialiste du chant vibratoire.

Les origines

Le chant vibratoire est une émanation du chant harmonique qui se produit lors de la diffraction du son, tout comme l'arc-en-ciel apparaît par la diffraction de la lumière. Il est pratiqué par les chamanes-guérisseurs en Sibérie, en Mongolie et dans la petite république de Touva. Lors des rituels du bouddhisme tibétain, on chante les mantras si rapidement, qu'ils finissent par se diluer en un flux sonore et vibratoire. Par exemple lors de la récitation du *mantra* : « *Om mani padme houng* » on ne distingue plus les syllabes, celui-ci devient un bourdonnement, puis finalement un murmure mélodique oscillant, apaisant et ressourçant. Cette onde douce et fluide, porteuse de vie et d'amour, émane durant le rituel de Tchenrezig : le Bouddha d'amour et de compassion. Toutes les traditions et tous les peuples utilisent la voix, le son et les chants pour célébrer les fêtes, pour marquer les rites de passage (naissances, entrée dans l'âge adulte, mariages, deuils), pour travailler, pour faire pleuvoir... Ici en Occident, où les rites n'existent presque plus, nous pouvons tout de même souligner la puissance des chansons et des musiques qui ont marqué nos vies et leurs impacts émotionnel et affectif. Quand nous les entendons par hasard, nous sommes immédiatement touchés, replongés dans ces moments heureux ou malheureux.