



L'Arbre de Vie Sonore

Centre d'Eveil et de Formation

Relation d'aide - Ouverture de la Voix/Voie
Harmonisation vibratoire des personnes et des lieux

Au Cœur du Vivant, la Voie de l'Être

FORMATIONS EN CHANT VIBRATOIRE

« L'Arbre de Vie Sonore »

Processus d'harmonisation
et d'unification de l'Être par le chant vibratoire
Intégration consciente du schéma corporel, sonore et vibratoire



Avec Karine Seban

Energéticienne et pédagogue de la voix/voie

Créatrice des processus unifiants de L'Arbre de Vie Sonore

www.karineseban.com

Renseignements : Tél: 06 37 59 25 79

karineseban.larbredeviesonore@orange.fr

SIRET 48959943100041

Ateliers - Formations

L'Arbre de Vie Sonore

Processus de lâcher prise par le mouvement et le Son, la voix et la couleur, vers le dévoilement de votre voix, au cœur de votre être.

Chaque session est une proposition pour aller à la rencontre de soi-même, accorder le corps et la voix, expérimenter une expression libre et personnelle, développer une qualité de présence dans l'action.



Un cheminement vers l'ouverture de votre voix un processus vivant et holistique qui accompagne chacun dans son éveil

- Se recentrer sur soi par l'écoute silencieuse
- S'ouvrir à sa véritable nature par la pratique du Son.
- Développer sa conscience corporelle avec : la respiration naturelle, une juste posture, les résonances, les points d'appuis de la voix.
- Développer sa disponibilité, reconnaître où est sa place : en mobilisant son centre d'action par les 8 directions et la spirale de vie.
- Ajuster le mouvement accordé au son.



L'art de la présence, au cœur du sacré

Du souffle de vie à l'arbre de vie

Vous reconnecter à la structure du Vivant

Renforcer votre enracinement et votre ancrage

Entrer en cohérence par le chant de pleine conscience

Chanter le minéral, le végétal, l'animal, l'humain

Dévoiler votre voix et laisser jaillir le chant de l'Être

Cheminer vers votre véritable nature et chanter la Vie



Ces processus de transformation proposent un cheminement vers une pleine conscience dans l'action, pour aller vers l'épanouissement de l'être.

Ils dénouent petit à petit, les tensions psycho-corporelles, créent un espace d'ouverture et de libération du corps et de la voix, facilitent

l'intégration consciente du schéma corporel ou arbre de vie intérieur, afin de vous ré-accorder à vous-même, vous accorder au Chant de la Vie. Le dévoilement de l'être se produit pas à pas, en libérant les émotions stagnantes, en vous reconnectant aux mémoires ressourçantes, en ajustant votre *champ vibratoire* (torus field, champ électromagnétique du cœur).

Formations sur 3 cycles

Trois cycles de formation sont proposés afin de cheminer en conscience, étape par étape, vers l'ouverture de votre voix, sur la voie de l'être



Ces 3 cycles sont articulés autour de 3 plans de conscience, ils forment un tout, une unité, une ouverture à vos potentialités et à votre pleine présence, au cœur du Vivant

- Le plan originel, la conscience pure
- Le plan de l'incarnation ou de l'expérience
- Le plan cosmique ou de l'expérience-conscience

CYCLE 1 - L' ARBRE DE VIE



Les bases du Son,
La structure du vivant,
La cohérence des 3 cerveaux

12 journées

La Voix du Corps ou "Chant-Danse du Corps"

Laisser vibrer les sons dans le corps, mettre en mouvement le corps par la spirale, l'axe sonore, la dynamisation de l'énergie vitale, afin d'ouvrir le plein potentiel de chacun

La Voix du Cœur ou "Chant-Danse du Choeur"

Libérer les émotions et la voix grâce au processus de lâcher prise, laisser circuler les mouvements et chants du cœur, spontanés et intuitifs en harmonie avec la Terre et le Ciel.

La Voix de l'Être ou "Chant-Danse de l'Être "

Aller à la rencontre de soi-même, accorder le corps et la voix, développer une qualité de présence. Être présent à soi et à l'autre, dans une relation vivante.

CYCLE 2 - LES LETTRES DE VIE



Les 22 chemins vibratoires de sagesse des Lettres de Vie pour aller à la rencontre de vous-même

26 jours sur 1 ou 2 ans selon les groupes

Chacune des 22 lettres est abordée sur 1 journée, selon les 3 axes de la voix du corps, la voix du cœur, la voix de l'être. Les 6 Lettres finales sont abordées en fin de cycle en guise de synthèse.

Les Lettres de Vie portent un enseignement vibratoire puissant, en allant à leur rencontre vous acceptez le défi qu'elles vous proposent : oser vous regarder tel que vous êtes, apaiser vos blessures, aimer votre ombre, accueillir la Vie... En s'inspirant de leur vibration principale, nous chanterons leur lumière.

Ces journées sont ponctuées par des moments de partage sur le ressenti vibratoire des Lettres, leur symbolique et leur écriture. Des temps de paroles-partage sur votre perception personnelle et collective sont proposés afin de vous accompagner dans votre processus de libération et de transformation.

CYCLE 3 - LA FLEUR DE VIE

Les 9 choeurs célestes pour entrer dans la 5ème présence, incarner le Chant du Vivant

Programme en cours d'élaboration pour 2026 pour ce cycle composé de 3 modules/plans de conscience.



Des pratiques transversales, entre Orient et Occident, soutiennent ce cheminement

Respiration naturelle et mobilité

Une respiration naturelle et une bonne posture corporelle sont un préalable à tout travail sur la voix, afin de trouver un juste équilibre entre détente et tonicité. La prise de conscience de l'axe du corps et de son ancrage, l'enracinement de la verticalité, l'éveil des 3 centres tête-thorax-bassin, l'ouverture de l'espace horizontal, le développement de la présence seront les champs d'expérience du souffle, du son, du mouvement.

Points d'appuis corporels de la voix

Découvrir et approfondir les points d'appuis corporels de la voix, les résonances, la réceptivité corporelle aux sons. Expérimenter les sons en résonance avec votre schéma corporel et votre arbre de vie intérieur. Affiner votre conscience corporelle par la mise en relation avec les centres énergétiques et les sons.

Pratiques du Son

La pratique du Son est issue de différentes traditions orales, avec des temps d'écoute silencieuse ou sonore, selon les besoins ressentis dans l'instant. Les sons libres ou ordonnancés amènent des états de consciences différents et permettent de développer connaissance de soi et discernement. Petit à petit vous entrez en résonance avec votre environnement et vous découvrez le Miroir du Son, révélateur de la dynamique de vos relations et des événements qui viennent à vous.

La pratique collective vous ouvre alors à un chant polyphonique spontané dans la magie de l'instant



L'Univers est vibration, tout est vibration, tout est son.

La Terre émet des pulsations, le soleil rayonne sa lumière-vibration, les planètes sont en rotation, l'univers vibre.

Ainsi, chaque planète, chaque être, chaque plante, chaque animal, chaque atome émet et reçoit des vibrations.

Par le phénomène d'émission/réception, nous tissons sans cesse des relations avec nous-mêmes et avec les autres, avec notre environnement. Tel un grand réseau vivant, nous interagissons.

Nous sommes des êtres d'expression, le corps et la voix sont le reflet de notre état d'être.

La voix nous guide, elle nous révèle et nous élève. Elle est le reflet de nos résistances et de notre fluidité

Quand nous osons transformer nos résistances et les accueillir dans le cœur, nous traversons nos passages de vie en conscience.

La voix se libère, les voiles de l'âme se dissipent et le chant de l'Être jaillit, telle une source qui nous abreuve de paix, de joie, d'amour et d'unité.

Etat d'esprit

Aller avec, aller de l'avant avec l'autre, aller avec ce qui est là dans l'instant, dans un espace de relation vivante, où chacun sente la possibilité de s'exprimer librement par le mouvement, la voix, la parole... Des pratiques qui proposent d'aller à la découverte de ses potentialités par le vécu de l'expérience, dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Dynamique de l'accompagnement

Ces cycles de formation sont structurés de façon personnalisée afin d'accompagner chaque personne et chaque groupe vers son épanouissement. Des exercices pratiques sont proposés entre chaque session de stage.

Lorsque les pratiques soulèvent des émotions à libérer ou des questions, elles sont accompagnées pendant la session de stage.

Selon les besoins ressentis, une séance d'accompagnement individuel peut être demandée. (voir tarifs des consultations)

Une formation pour développer votre qualité de présence

Ces Processus unifiants permettent d'approfondir la connaissance de soi sur les plans humains, énergétiques et vibratoires et d'élargir les compétences d'écoute, d'accueil, de centrage, d'harmonisation... « L'art de la présence, au cœur du sacré ». Ils sont un bon complément pour les métiers relationnels, de l'accompagnement et du bien-être.

Formation accessible à tous, ainsi qu'aux thérapeutes.

Il n'est pas nécessaire de savoir chanter!

Planning, tarifs, modalités pratiques sur demande

Karine Seban



Pédagogue de la voix/voie et formatrice. Formée en chant collectif psychophonie, chant prénatal et familial, et en accompagnement individuel, praticienne en *Psychophonie mla*®, membre agréée de l'IFREPmla.

Depuis 2019, formée en tant que Maître praticienne *Numen Process - Ontobionomie*®, par le Dr Leroy, processus d'accompagnement favorisant l'épanouissement personnel et la cohérence des 3 cerveaux.

Inspirée par mes différentes rencontres artistiques et ma rencontre avec les pratiques énergétiques japonaises, j'expérimente depuis 1997 les relations vivantes entre le mouvement, la voix, le son et la connaissance de soi. J'ai créé les processus unifiants de *L'Arbre de Vie Sonore*, processus de dévoilement de l'être par le chant, en 2017, suite à un parcours d'expériences-recherches sur les plans énergétiques, vibratoires et sonores.

