

Bibliothèque communale La Tour-de-Peilz

Une sylvothérapie à pleine voix / Vincent Karche

Title:	Une sylvothérapie à pleine voix
Authors:	Karche, Vincent
Age:	Adultes
Type d'objet:	Livre
Sous-type de média:	Documentary
Languages:	french
	238 p. :
	<p>En voyageant dans ce livre, Vincent Karche vous invite à fréquenter les arbres et votre voix, deux puissantes voies de passage vers l'inconditionnel en vous. " Je suis comme tout le monde, une vie faite de gloires et de déboires. En tant que ténor d'opéra, j'ai oscillé entre l'ivresse des applaudissements et la solitude des chambres d'hôtels du bout du monde. J'ai eu beaucoup d'argent mais aussi beaucoup de stress. Et pendant ce temps-là, rien d'affectif qui s'est construit. " Un jour Vincent Karche a perdu la voix. Et la foi. Puis il a repris plus souvent le chemin de la forêt et retrouvé sa voie. Dès ce jour, ce forestier-ténor d'opéra est devenu l'un des pionniers de la sylvothérapie, bien avant que cette démarche ne soit à la mode. Il la décline avec un talent particulier, grâce à sa stature de chanteur, et propose une expérience inédite : chanter en forêt pour vibrer avec l'harmonie du vent dans les feuilles, du souffle de la Terre, de l'appel des oiseaux. Tous ses lecteurs peuvent profiter de l'expérience, grâce à ce livre-guide richement illustré. Quand vous chantez en forêt, c'est toute la force du vivant qui s'exprime en vous. D'abord, les arbres vous offrent tout, leur présence, leur oxygène, leurs substances odorantes, leur fraîcheur et leur calme. Et c'est source de bienfaits : des scientifiques et médecins japonais, australiens et américains l'ont prouvé. Ensuite, la voix vient stimuler les recoins oubliés de votre corps qui ne demandent qu'à retrouver leurs fourmillements. Et leur joie aussi. Ainsi, avec patience, persévérance, en pratiquant aussi souvent que possible les exercices de ce livre, vous ressentez le vivant qui se répand dans la globalité de votre corps et qui devient terreau pour les détentes, les allégresses, les eaux paisibles et circulantes, et les cicatrisations des chairs et du coeur. Alors sans plus rien faire d'autre que d'être là, présent dans l'instant, vous honorez ce même vivant qui érige les arbres vers le ciel et qui grandit aussi en vous.</p>
Subjects:	Sylvothérapie Bain de forêt
Classification:	615.8 Médecines populaires et parallèles

More information

Author zone:	Vincent Karche
Editor:	Lausanne : Favre, 2022
Reservations (actual):	0

Location	Call number	Mark		Availability	Circulation code	Due date	Item number	Reservations	Reserve
Mezzanine	615.8	KARC	available	available			43595	0	