

**STAGE DÉCOUVERTE INITIATION AUX BOLS
TIBÉTAINS**

25 juin 2026

Application pratique en musicothérapie active et réceptive

Vincent LAJUS

Musicothérapeute

Les bols tibétains sont utilisés comme outils de bien-être depuis de millénaires dans les cultures orientales. Leur efficacité démontrée au fil des âges est à même de constituer une option de qualité pour un usage musicothérapeutique. Les champs d'applications des bols tibétains ne se limitant pas aux seuls massages sonores relaxants et autres aspects d'aide à la méditation, ils peuvent également être intégrés dans le bagage technique du musicothérapeute en mode actif, en séance de groupe ou individuelle. Ce stage vous propose donc d'explorer de façon théorique et d'expérimenter dans la pratique diverses applications des bols tibétains.

Programme

- **Musicothérapeute** ? fonction, place dans l'institution (travail au sein d'une équipe pluridisciplinaire) et/ou en cabinet, le cadre, les champs d'interventions, le non-verbal, le risque de l'interprétation.
- **Le domaine émotionnel** : sa fonction, ses interactions avec le physique et le psychique. L'empathie. Survol des autres corps énergétiques. Les centres énergétiques, fonctions et évolutions.

Mise en évidence → exercices

- **Les bols tibétains** : Présentation, mode de fabrication, techniques de jeu (les outils, le positionnement des bols, etc.).

• Essai d'une méthodologie basique en quatre points :

1. Définir l'objectif, 2. Choisir l'outil, 3. Acter, 4. Recevoir la réponse et s'adapter.

• Objectif relaxation – exercices respiration et visualisations, mise en évidence des ressentis.

• Objectif expression – exercices expression libre par le chant sur les bols, harmonisation, l'individu dans le collectif, mise en évidence des ressentis.

• Un temps pour échanger.

• Conclusion

Tarif individuel : 90€, tarif institution : 150€ - Lieu du stage : Blanquefort - Horaire :

9h30-12h / 13h30-17h

**Logement possible sur place
(Places limitées)**

05.56.95.31.49 - ambx@wanadoo.fr

À envoyer à : A.M.Bx – 16, rue de Bigeau – 33290 Parempuyre

.....
Nom

Prénom

Adresse :

Désire m'inscrire au stage « Bols Tibétains » et joins pour cela un chèque de 50€ de réservation.

Date : signature