

# ONSEI-DO

*La Voie du Son*

*Calendrier des stages 2010-2011*



Jsabelle Padovani

☎ 06 86 59 57 16

[www.onsei-do.com](http://www.onsei-do.com)

## **ONSEI-DO, la Voie du Son**

*Onsei* signifie "son" en Japonais. Les deux idéogrammes qui composent ce mot expriment l'idée que la vibration de la voix émanant de soi permet d'être "*comme un soleil debout*", c'est-à-dire en reliance, dans la verticalité de la conscience, avec notre dimension la plus lumineuse, rayonnante, éclairée/éclairante.

*Do* signifie "la Voie", le chemin sur lequel le pratiquant avance pas à pas vers lui-même.

*Onsei-Do*<sup>®</sup> est donc "la Voie du Son", pont sonore entre esprit et matière, entre conscience et expérience, entre absolu et relatif, dont la pratique permet de **retrouver notre nature originelle**, avant l'identification au « rôle » du « je » que nous croyons être.

L'*Onsei-Do*<sup>®</sup> propose une **approche à la fois ancestrale et originale au niveau de la pratique du Son**. Ancestrale, de par sa connexion originelle avec l'antique principe de *Kototama*, enseignement millénaire de l'art de la maîtrise du Son par la pratique des "mots-âmes" ; originale, de par le regard neuf qu'elle nous invite à avoir sur l'intention de toute pratique...

## **KOTOTAMA**

En japonais, *kototama* signifie "**mot-âme**" ou "**esprit du mot**" : cet art de la pratique du Son, caché volontairement pendant des millénaires, sous-tendant les mythes du Shinto et conservé sous le sceau du secret dans la famille impériale du Japon, a été rendu au monde par l'Empereur Meiji.

Morihei Ueshiba, le fondateur de l'Aïkido, en fut un ardent pratiquant, et en disait : "***Il n'y a pas d'Aikido sans Kototama : l'Aikido est une méthode de fusion avec Kototama, l'esprit de l'univers... l'aikido est né à travers l'écho du son...***"

Cet antique principe du son a été transmis en Occident par Masahilo Nakazono Senseï, disciple d'Ogasawara Senseï, secrétaire du calligraphe de la cour impériale de Meiji Tenno. Ce dernier a consacré sa vie entière à déchiffrer la clef du principe de *Kototama*, cachée par ses ancêtres dans certains liens existant entre le *Kojiki* et les mots-âmes. Il transmet une partie de son enseignement dans les milliers de *waka*

(poésie dont la source est le principe des rythmes de *kototama*) qu'il écrivit.

Les "mots-âmes" sont les sons purs qui cristallisent les vibrations originelles que nous percevons ensuite comme couleur, son et forme, dans le monde manifesté. Avant que toute manifestation soit perceptible dans le plan matériel, son essence vibre, résonne sur les plans subtils : ainsi, chaque principe manifesté par la couleur, le son ou la forme, a un *kototama*, un "mot-âme", une **vibration principielle sacrée** qui contient son essence, et en permet la manifestation.

La prononciation (murmurée, parlée, chantée) des *kototama* est une invitation à entrer dans le son, à le ressentir en nous jusqu'à "devenir" le son prononcé, afin de **retrouver au centre de nous notre note fondamentale**, expression de notre identité profonde. En nous permettant de **reconnecter l'essence de toute chose**, c'est notre propre nature essentielle et originelle que le principe de *Kototama* nous permet de ressentir. Par le **voyage intérieur sur le vaisseau du Son**, la pratique des *kototama* offre la possibilité de rétablir le lien intime entre l'ego et le Soi, entre le corps et l'esprit, dans le ressenti intime de la vibration du Son...

**Dans un premier temps**, sa pratique quotidienne contribue, par une restructuration progressive des plans physique, énergétique, émotionnel et mental, au **dépassement des blocages intérieurs et à une unification et un apaisement de l'ego** (un ego trop en souffrance attire sans cesse notre attention, la détournant de notre nature véritable).

**Dans un deuxième temps**, la pratique des mots-âmes, par son action directe sur le cerveau, contribuera à nous aider à **sortir des « autoroutes neuronales » qui pérennisent l'image-moi identifiée**.

Enfin, **dans un troisième temps**, la pratique de l'Onsei-Do offre un **précieux soutien sur le sentier de la Libération**, favorisant la stabilisation d'une conscience établie dans la perception directe de notre nature véritable, avant l'illusion de l'identification et de la séparation.

Les "mots-âme" ayant un effet direct sur les ondes cérébrales, leur pratique participe au rétablissement de la capacité originelle d'être à chaque instant, dans l'ici-maintenant d'une conscience unifiée...

L'apprentissage progressif des différents "mots-âmes" favorise le polissage du miroir intérieur dans lequel nous pouvons retrouver la **claire vision de notre nature**

**réelle**, et nous libérer du masque de la personnalité pour **retrouver notre visage originel**.

**« L'Eveil est un accident qui ne peut être provoqué : les voies nous conduisent au lieu où il a des chances de pouvoir se produire... »**

L'Onsei-Do est l'une ces voies, concrètes, s'avérant être un outil précieux qui a fait ses preuves en ce domaine depuis plus de deux mille ans, et continue d'enrichir la vie de tous ses pratiquants...

Témoignage d'Isabelle Padovani :

*« Je pratique Kototama depuis 1993. J'ai tout de suite « accroché » à cette pratique car, pour la première fois de ma vie, mon « petit vélo » du mental s'était arrêté pendant le temps de la pratique.*

*Au fil des jours, j'ai observé que cette pratique m'apportait une paix intérieure, un point d'appui énergétique précieux pour mon travail quotidien dans le monde.*

*Pendant 16 années, j'ai pratiqué chaque jour, en vue d'obtenir une stabilisation de cette paix intérieure et de ce centrage que je goûtais grâce aux sons... J'étais dans une quête intense de réalisation personnelle, cherchant à développer ce que je considérais être des « qualités spirituelles ».*

*L'été dernier, après trois années de cheminement avec David Ciussi et au cours d'un stage « Intensif vers l'Eveil » avec Nanna Michael, j'ai eu des « aperçus » de ma nature originelle, et cette ancienne quête a pris fin. Depuis, un nouveau voyage a commencé, celui de vivre et d'exprimer l'unité à chaque niveau de mon être...*

*Aujourd'hui, nourrie et inspirée par David, Nanna et Adyashanti, les stages que je propose sont des invitations à tourner notre attention vers cet espace toujours présent dans lequel la Conscience est consciente d'elle-même et de toutes ses manifestations. Dans cet axe, la pratique des kototama est à la fois un point de repère pour conscientiser le mouvement des objets intérieurs (sensations corporelles, émotions, pensées) et un soutien énergétique pour la présence consciente à l'instant vivant.*

*Qu'il soit clair que mon intention, en proposant ces stages, n'est plus de former des « pratiquants » du son, mais de proposer un espace de présence dans lequel chacun peut se percevoir comme Cela qui Vit au cœur du Silence...*

## LES SONS PURS

Les sons-purs sont les "atomes sonores" constituant les "molécules sonores" des mots-âmes. Indépendamment de l'enseignement du principe de Kototama, ils sont la trame vibratoire permettant de se relier à la dimension subtile de toute chose (minéral, végétal, animal, humain).

## ENSEIGNEMENT

Après avoir cheminé depuis 1993 dans la Voie du Son, j'ai reçu la transmission dans cette Voie en 2001, afin de la transmettre à mon tour.

En 2002, j'ai ouvert la lignée de l'Onsei-Do® : en tant qu'enseignante dans cette voie, j'ai structuré l'enseignement afin qu'il puisse être transmis sous une forme permettant à chacun de pouvoir répondre à la fois à ses besoins d'apprentissage et de liberté, en étant sécurisé à la fois sur le contenu de la formation qu'il va suivre et sur la durée du cycle dans lequel il s'engage : ainsi, le cheminant occasionnel dans cette Voie pourra y faire quelque pas, et trouver cependant, à l'issue du cycle dans lequel il s'est engagé, une autonomie dans sa pratique de par les enseignements qu'il aura reçus.

Le cheminant souhaitant approfondir son parcours dans la Voie du Son pourra quant à lui s'engager sur la durée en suivant l'ensemble du cursus d'enseignement présenté ci-après, tout en se sachant libre d'explorer les "chemins de traverse" offerts par sa vie grâce au système des cycles qui doivent simplement être suivis dans l'ordre mais sans qu'une continuité dans le temps soit demandée...

L'enseignement de l'Onsei-Do® est structuré en un **cursus de base en Kototama**, comprenant trois cycles d'une année chacun, un **stage d'initiation** offrant l'occasion de goûter à la pratique avant de s'engager dans un cycle d'une année.

Mon cheminement personnel m'ayant amené à explorer depuis une trentaine d'années d'autres voies que la Voie du Son, j'ai plaisir à transmettre également la quintessence de ce cheminement : vous trouverez le détail de ces stages sur mon site Internet [www.communification.eu](http://www.communification.eu)

# ENSEIGNEMENT DU KOTOTAMA

## KOTOTAMA NO TETOKI : stage d'initiation au Kototama

**Objectif de ce stage** : vous permettre de "goûter" au Kototama, afin de sentir si vous vous sentez en résonance avec la pratique, et l'enseignant. Ce stage est à la fois un stage d'Initiation ouvert à tous (sans pré-requis), et le module 1 du Cycle d'Apprentissage. Vous avez la possibilité de participer à ce stage sans vous engager pour autant sur les trois week-end de ce cycle : vous aurez ensuite le choix de vous engager ou pas pour les deux week-end suivants du Cycle d'Apprentissage.

### **Programme de ce stage** :

- Entre Ciel et Terre, le Son
- Résonance du son dans le corps :  
sentir le son dans chacun de nos membres, et dans nos cellules
- Ecouter sa voix avec son coeur : ouvrir la "3<sup>ème</sup> oreille"...
- Pratique du Son de Centrage des Energies
- Pratique des mots-âmes (sons-mères) de rétablissement de la Paix du Coeur
- Pratique des mots-âmes (rythmes-pères) du **retour à la Source de la Paix**
- Pratique de la Danse des mots-âmes du **Don du Coeur**

**Durée du stage** : un week-end

## CURSUS DE FORMATION AU KOTOTAMA

Le cursus de formation est composé de trois cycles :

- **Cycle d'Apprentissage**
- **Cycle d'Intégration**
- **Cycle de l'Ici-Maintenant**

Chaque cycle est composé de trois week-end répartis sur une année, constituant un tout, sur l'ensemble des six journées de stages.

Bien que la totalité de l'enseignement de base de l'Onsei-Do soit abordé sur l'ensemble des trois cycles, la formation a été conçue de façon holographique, chaque cycle intégrant les trois aspects fondamentaux du Kototama, qui sont développés en profondeur dans le cursus complet.

Il est donc possible, selon son élan, de suivre un seul cycle, ou deux, ou trois, tout en étant assuré de disposer d'un matériau sonore permettant de pratiquer sans

rencontrer d'autres limites en termes d'évolution que celles de notre propre capacité d'intégration dans notre vie quotidienne de la résonance des "mots-âmes"... La transmission initiatique, vibratoire et énergétique des mots-âmes (*Okugi no Tamaori*) étant réalisée de façon progressive et continue tout au long des trois week-end d'un cycle, l'inscription d'un participant à un cycle de formation n'est acceptée qu'à la condition que le participant s'engage à suivre l'intégralité des week-end répartis sur l'année du cycle concerné.



### CYCLE D'APPRENTISSAGE (première année) :

Orientation de ce cycle : CONSCIENCE / AMOUR

Premier cycle du cursus de formation, le Cycle de l'Apprentissage offre d'entrer de plein pied dans la pratique du Kototama, par l'enseignement de ses pratiques fondamentales. Ce cycle propose tout particulièrement d'intégrer les *kototama* permettant de :

- revisiter l'espace mémoriel de notre naissance jusqu'à ce jour, afin de réintégrer les parts manquantes de notre être
- retrouver en soi l'espace de la paix originelle
- recréer notre monde intérieur
- ressentir l'Unité profonde de notre être, et son intime reliance avec l'Univers
- ouvrir notre canal de perception des plans subtils
- ancrer notre connexion avec la dimension féminine (quel que soit notre sexe)
- développer une capacité accrue à distinguer illusion et réalité
- ouvrir la "troisième oreille", celle de l'écoute intérieure
- accéder à la source de nos rêves, afin de pouvoir davantage les matérialiser
- découvrir notre potentiel illimité d'amour, envers soi et envers autrui

Mots-clefs de ce cycle : amour, unité, harmonie, réceptivité, Yin

Programme de ce cycle (non exhaustif) :

- *Ana, Mana, Kana* : les trois plans de résonance du Son Originel
- *Ichi rei, shi kon* : un esprit, quatre âmes
- *Le Son Source* : son de la concentration des énergies
- *Les Sons Mères* : sons des cinq véhicules de la conscience
- *Les Sons de contact avec l'âme* : les cinquante portes d'accès aux plans subtils
- *Les Sons de l'Energie* : concentrateurs de la force vitale
- *Les Rythmes-Pères* : sons des huit directions de la conscience

- Travail sur les trois ordres de rythmes-pères du plan de la Conscience
- *Misogi* : sons de purification des énergies, émotions, pensées viciées (niveau 1)
- *Shu-In* (Sceaux/Mudras) des mots-âmes (niveau 1)
- *Awitoli no michi* : intégration des sons-mères par le mouvement (1ere forme)



## **CYCLE D'INTEGRATION (deuxième année) :**

Orientation de ce cycle : EXPERIENCE / FORCE

Second cycle du cursus de formation, le Cycle d'Intégration offre d'ancrer davantage dans le quotidien les énergies subtiles contactées lors du cycle d'apprentissage.

Le cycle d'intégration propose tout particulièrement d'intégrer les *kototama* permettant de :

- accroître notre capacité à être à 100% dans l'instant présent
- libérer notre potentiel créateur, et notre faculté à réaliser nos rêves
- façonner notre environnement personnel à l'image de notre monde intérieur
- découvrir le trésor dans la rencontre de la "différence" de l'autre
- développer la sensibilité de nos cinq sens physiques
- ancrer notre connexion avec la dimension masculine (quel que soit notre sexe)
- développer notre capacité de discernement
- sortir du monde des jugements "moraux"
- découvrir notre centre de force, et savoir l'utiliser en toutes circonstances
- incarner pleinement l'esprit dans la matière

Mots-clefs de ce cycle : **force, incarnation, réalisation, action, Yang**

Programme de ce cycle (non exhaustif) :

- *San gen, hachi riki* : trois origines, huit pouvoirs
- *Le Son du Point Unique*
- *Les 32 sons fils* : concentration du *Ki* dans le corps physique
- Sons d'élaboration de l'Armure de Lumière
- *Les Rythmes-Pères* : sons des huit directions de l'expérience
- Travail sur les trois ordres de rythmes-pères du Plan de l'Expérience
- *Hara-gei* : mouvements d'accroissement du *Ki*, en vue d'un meilleur centrage
- *Misogi* : sons de purification des énergies, émotions, pensées viciées (niveau 2)
- *Shu-In* (Sceaux/Mudras) des mots-âmes (niveau 2)
- *Awitoli no michi* : intégration des sons-mères par le mouvement (2e forme)



## CYCLE DE L'ICI-MAINTENANT (troisième année) :

Orientation de ce cycle : CONSCIENCE DANS L'EXPERIENCE / SAGESSE

Troisième cycle du cursus de formation, le Cycle de l'Ici-Maintenant offre une meilleure compréhension du Kototama, par la vision du principe dans sa totalité, à travers l'expression de ses trois facettes. Ce cycle propose tout particulièrement d'intégrer les *kototama* permettant de :

- développer la capacité à voir clairement devant soi
- intégrer pleinement l'énergie solaire comme source de vie et de guérison
- trouver en soi le lieu de notre "Sage" intérieur
- équilibrer en nous les deux polarités
- accéder à notre capacité de rayonnement de notre identité profonde
- rencontrer notre lumière intérieure, afin de nous voir "en vérité"
- harmoniser le plan spirituel et le plan matériel
- réaliser notre perfection ultime : être ce que nous sommes

Mots-clefs de ce cycle : **joie, conscience, guérison, sagesse, androgynat**

Programme de ce cycle (non exhaustif) :

- Utilisation avancée du Son du Point Unique
- *Amatsu Iwasaka* : les dix-sept dieux cachés et la régénération de l'être
- Les cinquante sons de la Création
- Sons d'intégration de l'Epée de Lumière
- Les Rythmes-Pères : sons des huit directions de la conscience dans l'expérience
- Travail sur les trois ordres du plan de la connexion à la Conscience dans l'Expérience
- Enseignement sur l'intégration des trois principes du Kototama
- *Shin kokyū* : pratique de respiration spirituelle
- *Misogi* : sons de purification des énergies, émotions, pensées viciées (niveau 3)
- *Shu-In* (Sceaux/Mudras) des mots-âmes (niveau 3)
- *Amaterasu no Te* : la main de la Déesse Solaire
- *Kiyoki kokoro* : développer un cœur pur et brillant comme un diamant
- *Awitoli no michi* : intégration des sons-mères par le mouvement (3e forme)
- *San Hashira* : les trois piliers (la clef des trois ordres de sons)
- *Kunitsu Anarod* : l'anneau du son intérieur
- *Amatsu Anarod* : l'anneau du son cosmique

# CALENDRIER DES STAGES 2010-2011

Tous les stages ci-dessous ont lieu à Vincennes

☞ **INITIATION AU KOTOTAMA : 11 et 12/12/10**

☞ **CYCLE D'APPRENTISSAGE : 1<sup>ère</sup> année**

M1 : 11 et 12/12/10 / M2 : 05 et 06/02/11 / M3 : 16 et 17/04/11

☞ **CYCLE D'INTEGRATION : 2<sup>ème</sup> année**

M4 : 18 et 19/09/10 / M5 : 15 et 16/01/11 / M6 : 14 et 15/05/11

☞ **CYCLE DE L'ICI-MAINTENANT : 3<sup>ème</sup> année**

M7 : 20 et 21/11/09 / M8 : 19 et 20/02/11 / M9 : 11 et 12/06/11

☞ **CYCLE DE LA LIBERATION : après la 3<sup>ème</sup> année**

30 et 31/10/10

19 et 20/03/11

25 et 26/06/11

**Lieu de stage** : tous les stages ont lieu au Centre Arkanciel, 17 avenue de Paris, 94300 Vincennes

**Horaires de stage** : Samedi, de 10h00 à 18h00 / dimanche, de 9h30 à 17h30

**Tenue** : prévoir une tenue dans laquelle vous vous sentez à l'aise, en prévoyant que l'entrée dans la salle de stage se fait sans chaussure. Si vous aimez être en assise au sol, merci d'amener avec vous votre moyen d'assise préféré (shoggi, zafu, etc), la salle ne disposant pas de matériel spécifique pour l'assise au sol, hormis quelques coussins.

**Absences dans le cadre d'un cursus de formation :**

En cas d'absence justifiée à un stage, vous avez la possibilité de recevoir l'enseignement sous la forme d'un CD audio, le chèque correspondant à votre participation à ce stage étant encaissé. D'autre part, si vous décidez de stopper en cours d'année la formation dans laquelle vous vous êtes engagé(e), les chèques matérialisant votre engagement dans ce cursus seront encaissés aux dates prévues.

# BULLETIN D'INSCRIPTION

Cochez les cases correspondant à votre inscription, puis retournez ce bulletin accompagné de votre règlement, à : **Isabelle Padovani, 5 rue du Doubs, 2300 La Chaux de Fonds, Suisse.**

A réception de votre inscription, vous recevrez une confirmation accompagnée des modalités pratiques détaillées (accès au lieu de stage, hébergement, etc.). Pour le Coursus de Formation, votre inscription représente votre engagement de participer à l'ensemble des stages qui composent le Cycle dans lequel vous vous inscrivez.

## REGLEMENT DES FRAIS DE PARTICIPATION :

**Cursus de Formation** : les frais sont de 570 € par cycle.

Afin d'en faciliter le paiement, des règlements échelonnés sur l'année sont prévus :

- trois chèques de 190 €, à l'ordre de "Isabelle Padovani", sachant que ces chèques seront encaissés le lundi suivant chaque week-end de stage. Ces trois chèques doivent être réceptionnés au plus tard quinze jours avant le début du cursus.

## **Stage d'Initiation** :

Les frais sont de 190 euros pour le week-end, à régler sous la forme suivante :

- un chèque de 90 € (arrhes) et un chèque de 100 €, à l'ordre de "Isabelle Padovani", sachant que ces chèques seront encaissés le lundi suivant le week-end de stage.  
En cas de désistement moins de quinze jours avant le stage, le chèque d'arrhes sera conservé.  
En cas de désistement moins d'une semaine avant le stage, les deux chèques seront conservés.

✂-----

## ONSEI-DO : BULLETIN D'INSCRIPTION - Année 2010-2011

à retourner, accompagné de vos chèques, à : Isabelle Padovani, 5 rue du Doubs, 2300 La Chaux-de-Fonds, Suisse

NOM : ..... PRENOM : .....

ADRESSE : .....

CODE POSTAL : ..... VILLE : .....

TELEPHONE : ..... PORTABLE : .....

MAIL : .....@.....

*(cochez la ou les cases des stages auxquels vous souhaitez participer)*

**Cursus de Formation**    **Apprentissage**    **Intégration**    **Ici-Maintenant**    **Libération**

**Initiation à l'Onsei-Do**    **11 et 12/12/10**

# ONSEI-DO

*La Voie du Son*



**Isabelle Padovani** chemine dans la Voie du Son depuis 1993. Elle a reçu la transmission d'enseignant dans cette Voie en 2001, et ouvert la lignée de l'Onsei-Do® en 2002.

Elle est l'auteur du livre "*La Voie des Anges*", publié en l'an 2000 aux éditions de Mortagne.

Accompagnatrice du retour à l'Unité, formatrice certifiée en Communication NonViolente, elle a créé le processus de la Communification® à partir de la quintessence des différentes voies dans lesquelles elle chemine depuis plus de vingt ans.

Elle reçoit en sessions individuelles toute l'année et anime des stages dans lesquels elle transmet ce processus.

Elle répondra avec joie à vos questions :

☎ 06 86 59 57 16

Sites Internet : [www.onsei-do.com](http://www.onsei-do.com) et [www.communification.eu](http://www.communification.eu)

Messagerie : [contact@onsei-do.com](mailto:contact@onsei-do.com)