

L'équilibre vibratoire des deux hémisphères - Yoga de l'Unité

L'acupuncture vibratoire connue au temps des Atlantes et de L'Égypte ancienne est une science qui permet de dissoudre en douceur nombreuses maladies psychiques (bipolarité, dépressions, schizophrénie, stress, automatismes, hyperactivité, dualité...) et nombreux troubles fonctionnels de la conscience qui créent des handicaps ou des maladies graves.

<http://centre-de-sonologie.blog4ever.com/l-equilibre-vibratoire-des-deux-hemispheres>

Nous sommes une structure géodésique* parfaite, composée de triangles. Le Triangle est la forme géométrique la plus évoluée dans la mesure où cette vibration régit la création. Les triangles qui constituent notre forme physique et que nous retrouvons dans notre sang, travaillent de paire avec les Éléments.

*Géodésie : Science des formes et des dimensions. En géométrie, une géodésique désigne le chemin le plus court, ou l'un des chemins s'il en existe plusieurs, entre deux points d'un espace une fois qu'on s'est donné un moyen de mesurer les distances, c'est-à-dire une métrique. Si on change la notion de distance alors l'allure des géodésiques de l'espace peuvent prendre une allure très différente. À l'origine, le terme géodésique vient de géodésie (des mots grec Gaïa "Terre" et daiein "partager, diviser"), la science de la mesure de la taille et de la forme de la Terre. La géodésie désignait donc pour des géomètres le chemin le plus court entre deux points de l'espace (sous entendu géographique).

Les points activés, dits "point de conscience" ou "étoile", permettent d'aligner les deux hémisphères du cerveau au point zéro. Ce point zéro, appelé Centre ou Absolu permet à l'individu de vivre son éternité, ici sur Terre et de maîtriser la matière.

Ces points naturels de la conscience sont activés en Yoga, par la Présence du Maître Yogi et l'intermédiaire de la sonologie qui regroupe nombreux domaines du langage de la lumière, tels que la sonothérapie*, la cristallographie* ou lithothérapie*, la chromothérapie*, la psychovocalise ou psychophonie*... Chaque enseignant adopte une méthode de travail qui lui est propre.

*La Sonothérapie, Sonologie ou Toucher par les Sons est une discipline à la fois nouvelle et ancienne qui permet de faire relaxer profondément et d'apporter du bien-être. Elle se pratique aisément et ne demande pas de connaissances préalables.

*La cristallographie est la science qui se consacre à l'étude des substances cristallines à l'échelle atomique. Les propriétés physico-chimiques d'un cristal

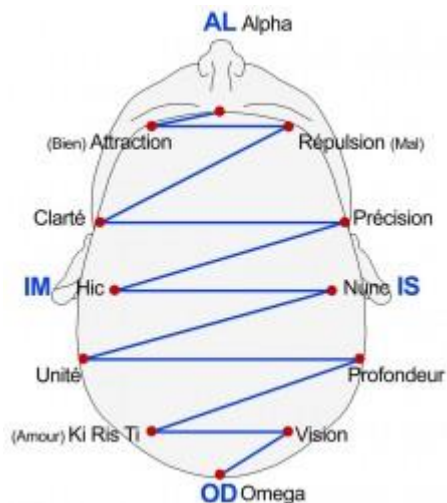
sont étroitement liées à l'arrangement spatial des atomes dans la matière. L'état cristallin est défini par un caractère périodique et ordonné à l'échelle atomique ou moléculaire. Le cristal est obtenu par translation dans toutes les directions d'une unité de base appelée maille élémentaire. C'est en application spirituelle une forme d'utilisation des cristaux liés aux sons et à la lumière, ainsi qu'aux énergies impléées à l'intérieur de leur structure.

*La lithothérapie implique des soins par les pierres, cette approche holistique de soin est basé sur l'influence subtile que peuvent apporter des minéraux, des millions de personnes s'aident de pierres pour améliorer l'harmonie physique et psychique des personnes. Elle considère que les pierres et cristaux émettent naturellement une « résonance » ou une « vibration » singulière capable d'améliorer le bien-être de la personne à son contact ou à proximité.

*La chromothérapie est une méthode d'harmonisation et d'aide à la guérison naturelle des maladies en utilisant les couleurs. Les couleurs correspondent à des vibrations ayant des vitesses, des longueurs d'onde, des rythmes différents. Cela exerce une influence physique, psychique et émotionnelle, dont nous ne sommes généralement pas conscients, qui permet à notre énergie vitale d'atteindre un état facilitant grandement l'autoguérison, un rétablissement suite à certains problèmes médicaux.

*La psychovocalise ou psychophonie est une méthode thérapeutique non conventionnelle prétendant utiliser le son et la voix. Elle exprime les correspondances vibratoires entre les sons et le corps humain : À chaque son correspondrait une partie du squelette, comme le fait des fréquences qui sont liées aux multiples chakras. Elle établit notamment une échelle des sons qui rejoint les points énergétiques de la Médecine Traditionnelle Chinoise.

Les deux hémisphères recouvrent l'équilibre vibratoire, c'est-à-dire l'Unité, par un travail de centrage au quotidien, d'attention qui va dissoudre les traumatismes de la conscience remontant à l'avant-naissance, à la naissance, à l'enfance et bien souvent au niveau karmique (états de l'Âme non résolus).



Ce schéma montre un signal électrique dans la tête lors de la connexion de tous les points.

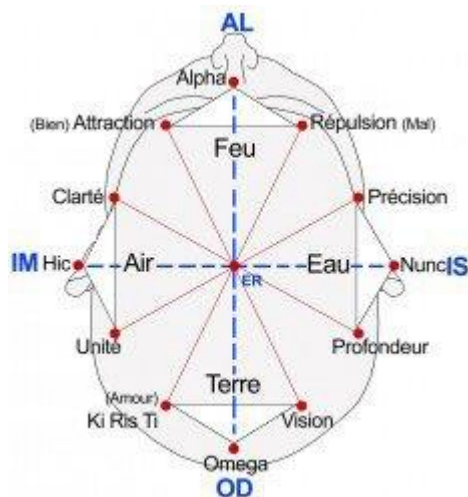
Ces points sont rassemblés par 3 au niveau de la tête, sous formes de triangles, pointes en haut et pointes en bas (Fusion de l'Esprit avec la Matière).

Ces triangles vibratoires font références au 4 Éléments, mentionnés en langage vibratile. Nous y retrouvons le Triangle de l'Eau (IS- Précision- Profondeur) , le Triangle de l'Air (IM - Unité - Clarté), le Triangle de la Terre (OD-Vision-Amour) et le Triangle de Feu [AL- Attraction (Bien) Répulsion (Mal)].

Le point central ER, situé au centre de la fontanelle fait référence à la fusion des 4 éléments. Il est l'Éther primordial, celui qui nous connecte à notre éternité.

Ainsi, nous retrouvons OD-ER-IM-IS-AL qui sont les vibrations originelles et le miroir des notes de musique connues DO-RE-MI-SI-LA. Ce ne sont pas pour autant les mêmes sons car il ne s'agit pas du même monde. Les vibrations originelles sont intérieures. Le Nada yoga* les révèle.

*Le Nada Yoga est une pratique de concentration connue de l'Hindouisme aussi bien que du Bouddhisme qui consiste à fixer l'attention sur un son que l'on peut entendre à l'intérieur des oreilles et de la tête. Ce qui caractérise ce son est qu'il augmente d'intensité en fonction du degré de concentration du méditant.



L'Homme "terre-à-terre" signifie "bien ancré". Il est connecté à son essence divine, galactique et cosmique. Il vit l'Unité de toute chose, en paix et en harmonie avec lui-même et avec son environnement, quelques soient les brouhahas de ce monde. C'est la reliance du Triangle de Feu avec le Triangle de la Terre qui permet à l'individu de vivre son éternité dans la matière.

Cette expression "terre à terre" qui fait référence à la rationalité de l'ego de la personnalité n'a strictement rien à voir avec la réalité. La personnalité s'est enfermée dans un monde et croit en son monde qui n'est qu'illusoire, car il repose sur les apparences, sur tout ce qui a trait à l'éphémère.

La reliance du Triangle de l'Air et du Triangle de l'Eau permet la connexion aux autres dimensions de la conscience. Cet alignement permet également de modifier la forme. C'est cette connexion qui permet la modification de nos structures en live.

Lorsque l'individu a réactivé tous ses triangles, il vit en communion avec le Vivant. Cela signifie qu'il a naturellement accès aux autres mondes dans la mesure où il vit sa multidimensionnalité.

À noter que les chants vibraux proposés en "yoga du son" sont des clés informationnelles. Elles sont vibrantes car émises par la Présence. Ce sont des couleurs et des formes non perceptibles qui actionnent naturellement les points en référence avec les vibrations émises par les sons et permettent de les stabiliser. Ces clés vont révéler le Silence intérieur et les sons intérieurs (Nada yoga) qui permettent la connexion définitive aux dimensions sacrées et aux Mondes libres.

Les Créateurs ont mis les clefs de la Connaissance dans notre cœur. Tout part

de l'intérieur de nous-mêmes. La guérison et la Liberté sont en nous.

Comme vous avez pu le constater, la croix qui représente et lie les triangles est composé de 12 points, que l'on nomme les 12 Étoiles de Marie, qui sont alors : Alpha (AL), Attraction (Bien), Répulsion (Mal) pour le triangle du Feu ; His (IM), Clareté, Unité pour le triangle de l'Air ; Nunc (IS), Précision, Profondeur pour le triangle de l'Eau ; Oméga (OD), Ki-Ris-Ti (Amour), Vision pour le triangle de la Terre.

LES 12 ÉTOILES DE MARIE <http://m.autresdimensions.info/article68f5.html>

Cela représente le déploiement des 2 chakras de la tête (6ème (Ajna) et 7ème (Sahasrara)) lié à la déconstruction de l'illusion et au possible retour à l'Unité. En effet, le 3ème œil, jusqu'à présent limité au front, s'étale désormais latéralement jusqu'à l'arrière de la tête et vient donc, en union avec le 7ème chakra, réaliser le couronnement et la possibilité du retour à cette Unité. À l'intérieur de ce déploiement, 12 points sont individualisés exprimant l'établissement de nouvelles connexions et de nouvelles possibilités psycho-spirituelles.

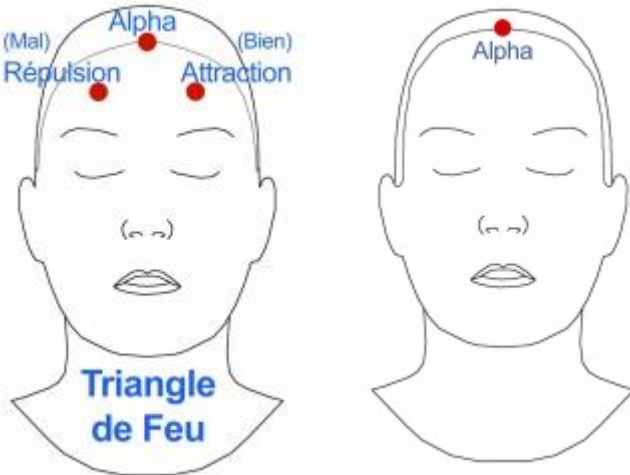
À chaque point correspondent différents critères :

- Fonction : Non encore développées précisément mais dont le seul nom est déjà évocateur.
- Localisation : Quelques repères anatomiques de leur projection au niveau de la tête.
- Point d'acuponcture : Chacun de ces points correspond à un point particulier développé par les enseignements traditionnels énergétiques.
- Correspond à : Certains points sont reliés, par exemple, aux syllabes sacrées pour des raisons qui n'ont pas encore été développées précisément à ce jour.
- Couplé à : Chaque point est couplé à un autre, de façon symétrique, permettant la mise en évidence d'autres fonctions non encore développées précisément.
- Cristal associé : Vibration cristalline, spécifique à chaque Étoile. Met en résonance avec la Vibration de cette Étoile (leur modalité d'utilisation est diffusée dans la rubrique "protocoles / Finalisation du Corps d'Étreté").
<http://m.autresdimensions.info/article9a68.html>
- Triangle élémentaire : Chaque point est relié à 2 autres, en triangle. 4 triangles représentent ainsi les 4 éléments.
- Sœur associée à ce point : Ces 12 points sont associés à chacune des Sœurs qui accompagnent Marie dans les évolutions actuelles et illustrent la "Vertu" portée par chaque Sœur.

Vous trouverez ci-dessous une synthèse des informations que nous avons reçues de la part de ceux qui nous accompagnent sur d'autres plans

dimensionnels.

Triangles élémentaires et la position singulière des Étoiles.



Localisation : Au milieu du front à 2 millimètres en arrière de l'implantation de la racine des cheveux.

Point d'acupuncture : 24 Vaisseau Gouverneur.

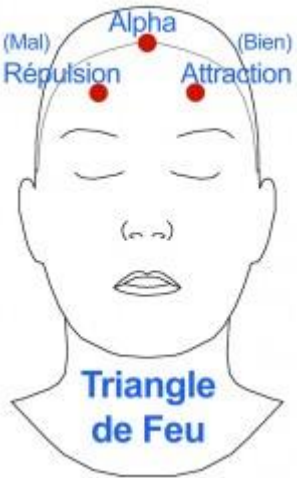
Correspond à : AL.

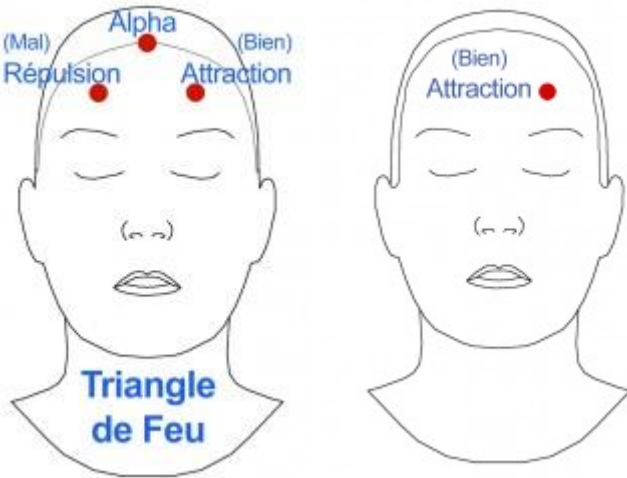
Couplé à : OD.

Cristal associé : Rhodocrosite.

Sœur associée à ce point : MA ANANDA MOYI.







"Bien" est le nom employé dans le cadre du Feu Prométhéen. Le nom de cette étoile, dans le cadre du Feu de la Vérité est "Attraction".

Localisation : Sur le front, au dessus de l'œil gauche, dans l'axe de la pupille, à mi-distance entre le sourcil et la racine d'implantation des cheveux.

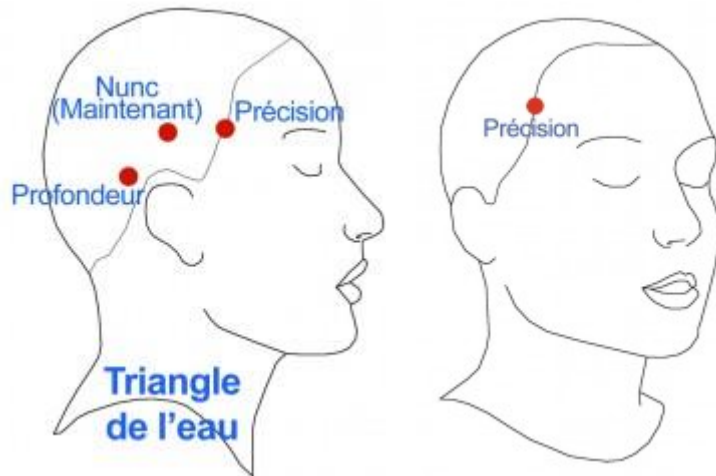
Point d'acupuncture : 14 Vésicule Biliaire, à gauche.

Couplé à : VISION.

Cristal associé : Topaze impériale.

Sœur associée à ce point : MÈRE.





Localisation : Tempe droite, sur la racine d'implantation des cheveux, là où s'insère le muscle de la mâchoire que l'on sent lorsqu'on contracte la mâchoire inférieure.

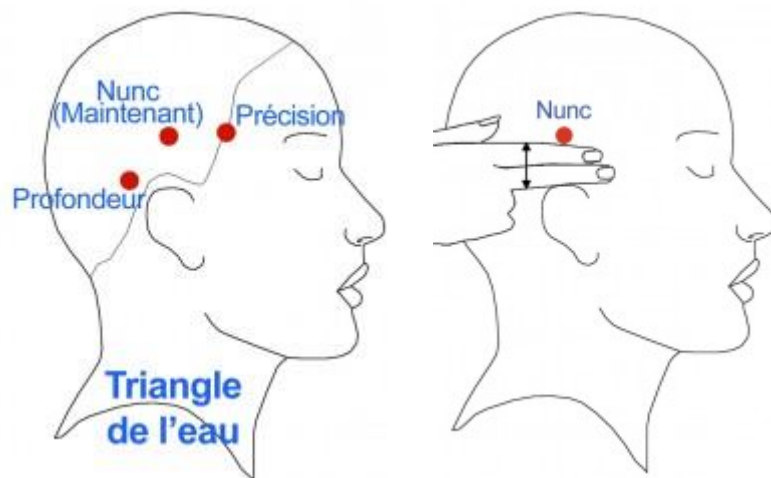
Point d'acupuncture : 4 Vésicule Biliaire, à droite.

Couplé à : UNITÉ.

Cristal associé : Sélénite.

Sœur associée à ce point : Non encore dévoilée.





Localisation : 2 travers de doigts au-dessus de la pointe de l'oreille droite.

Point d'acupuncture : 8 Vésicule Biliaire, à droite.

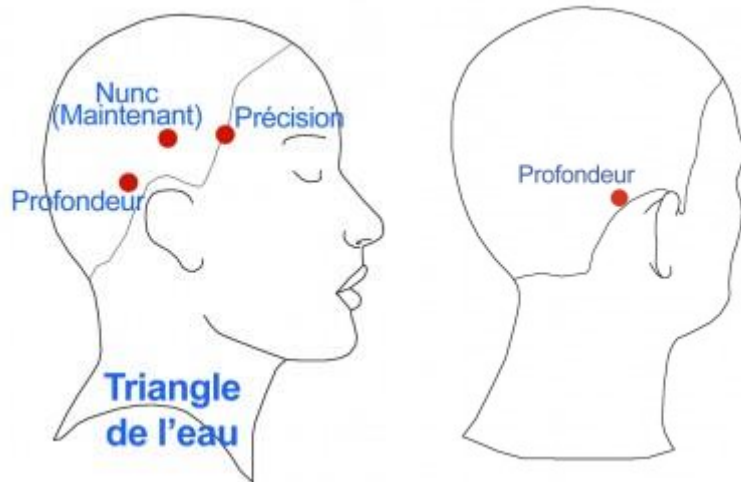
Correspond à : IS.

Couplé à : IM.

Cristal associé : Péridot.

Sœur associée à ce point : Non encore dévoilée.





Localisation : Creux situé à 2 millimètres au-dessus de la racine d'implantation des cheveux, en arrière de l'oreille droite.

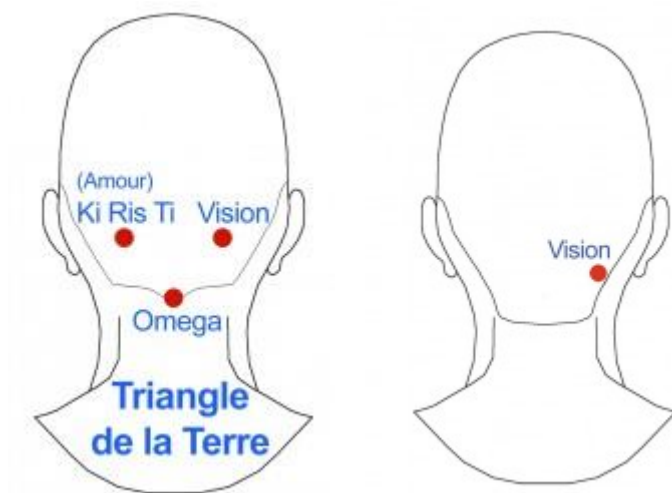
Point d'acupuncture : 11 Vésicule Biliaire, à droite.

Couplé à : CLARTÉ.

Cristal associé : Kunzite.

Sœur associée à ce point : SAINTE-THÉRÈSE DE LISIEUX.





Localisation : Creux latéral droit de la nuque, à la base de l'occiput.

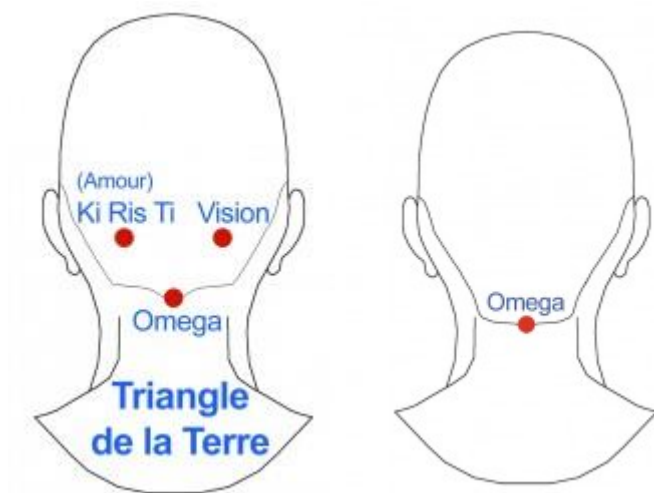
Point d'acupuncture : 20 Vésicule Biliaire, à droite.

Couplé à : "BIEN / ATTRACTION ".

Cristal associé : Hiddénite.

Sœur associée à ce point : NO EYES.





Localisation : 1 centimètre au-dessus de la racine d'implantation des cheveux, sur la ligne du milieu de la nuque.

Point d'acupuncture : 16 Vaisseau Gouverneur.

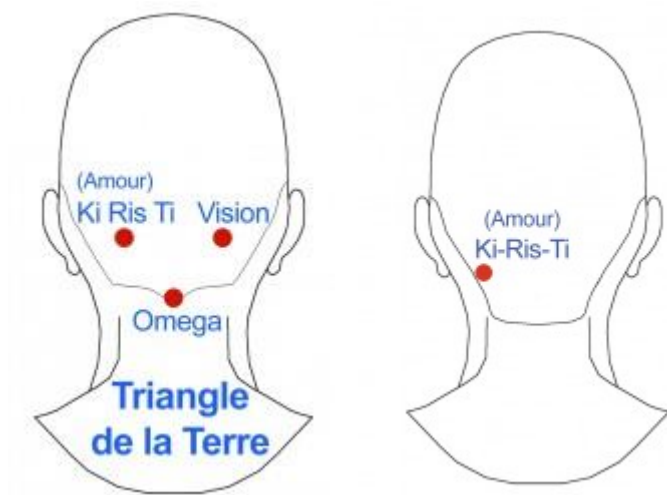
Correspond à : OD.

Couplé à : AL.

Cristal associé : Tourmaline water-melon (ou rubélite et verdelite).

Sœur associée à ce point : ANNE (mère "biologique" de MARIE).





Localisation : Creux latéral gauche de la nuque, à la base de l'occiput.

Point d'acupuncture : 20 Vésicule Biliaire, à gauche.

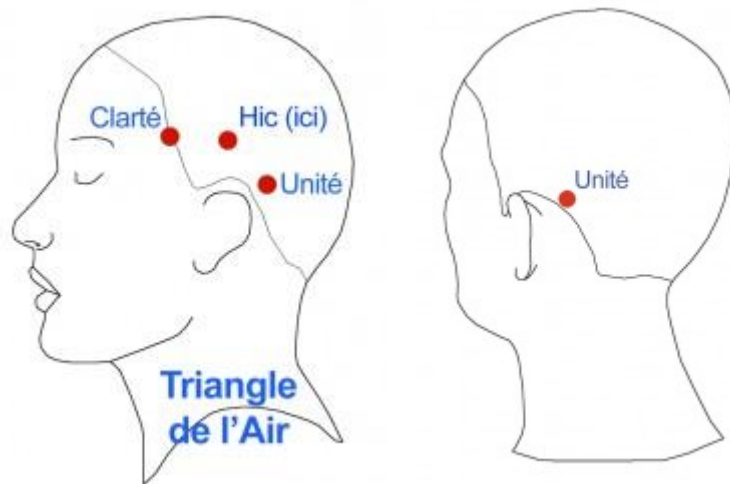
Correspond à : Ki-Ris-Ti.

Couplé à : "MAL / REPULSION".

Cristal associé : Cristal Lémurien / Source.

Sœur associée à ce point : SŒUR YVONNE AIMÉE DE MALESTROIT.





Localisation : Creux situé à 2 millimètres au dessus de la racine d'implantation des cheveux, en arrière de l'oreille gauche.

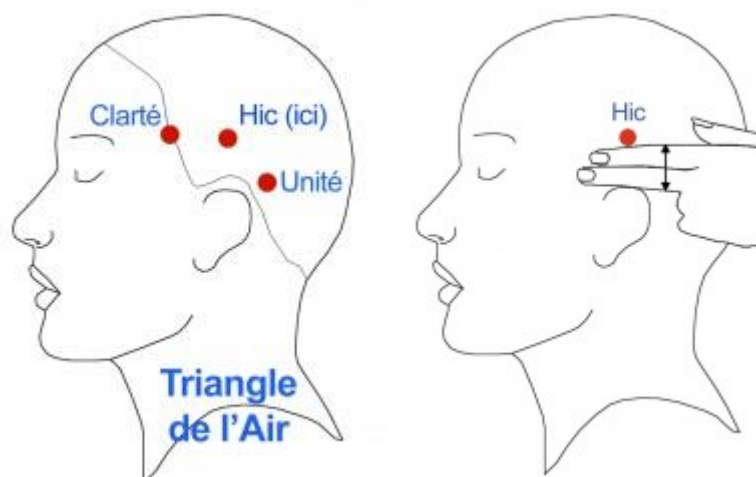
Point d'acupuncture : 11 Vésicule Biliaire, à gauche.

Couplé à : PRÉCISION.

Cristal associé : Quartz fantôme.

Sœur associée à ce point : GEMMA GALGANI.





Localisation : 2 travers de doigts au dessus de la pointe de l'oreille gauche.

Point d'acupuncture : 8 Vésicule Biliaire, à gauche.

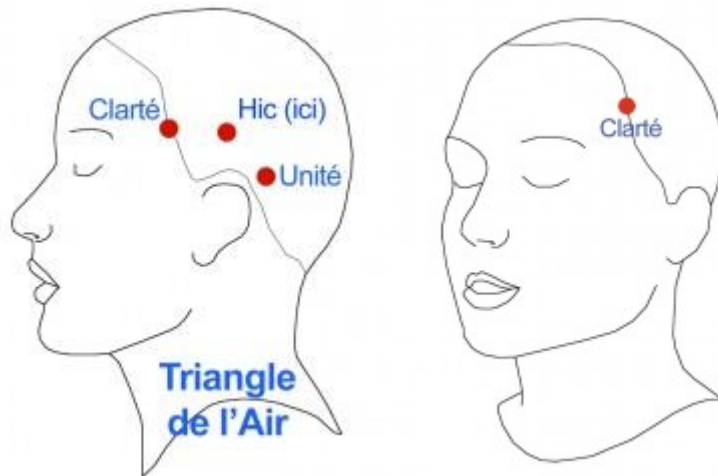
Correspond à : IM.

Couplé à : IS.

Cristal associé : Octaèdre de fluorine (bleue ou verte).

Sœur associée à ce point : Non encore dévoilée à ce jour.





Localisation : Temple gauche, sur la racine d'implantation des cheveux, là où s'insère le muscle de la mâchoire que l'on sent lorsqu'on contracte la mâchoire inférieure.

Point d'acupuncture : 4 Vésicule Biliaire, à gauche.

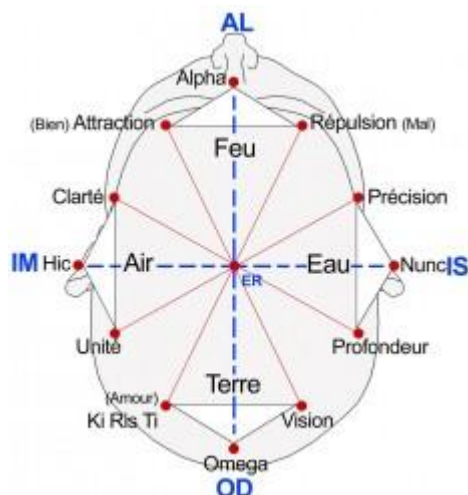
Couplé à : PROFONDEUR.

Cristal associé : Quartz aqua aura.

Sœur associée à ce point : SNOW.



LES 12 ÉTOILES : <http://m.autresdimensions.info/article68f5.html>



Le Yoga de l'Unité est le moyen qui vous est offert, afin de vous éveiller à vous-mêmes, de vous mettre debout et de révéler en totalité ce que vous êtes. En effet, la particularité de ces 12 Étoiles est de pouvoir résonner 2 à 2, 3 à 3, et 4 à 4, permettant d'éveiller en vous et d'élever un certain nombre de Vibrations, un certain nombre de modifications de votre Conscience ordinaire, vous permettant de toucher et d'établir la jonction avec le Corps d'Étreté. Par l'intermédiaire du Bindu, ou Fontaine de Cristal, vous allez la voir Vibrer à l'unisson de l'Unité. <http://m.autresdimensions.info/article12fa.html>

Il n'y a ni ordre particulier, ni durée préconisée à suivre pour l'intégration de ces 3 étapes. Comme pour n'importe quelle pratique, il n'y a de Vérité que la Vôtre, il n'y a de Maîtrise que la Vôtre, il n'y a de discernement que le Vôtre, il n'y a qu'une "référence" absolue dans ce monde relatif : Votre propre Intériorité. Suivez donc vos intuitions, vos ressentis, les synchronicités mises sur votre chemin ... et ... votre Cœur.

1ère ÉTAPE :

Dans sa première partie, 2 à 2, les points les plus importants sont représentés par les syllabes sacrées AL-OD et IM-IS. Ces quatre points sont les extrémités de la Croix de Lumière blanche parcourant votre tête et votre Cœur, réalisant la Croix de Lumière nécessaire au rétablissement de l'Unité des quatre Éléments. Ainsi, la première Croix à stabiliser correspond aux quatre Étoiles appelées AL-OD et IM-IS. En respirant et en portant votre Conscience sur ces 4 points, vous allez vous aligner sur votre fréquence Vibratoire Authentique permettant d'éveiller, d'allumer et d'aligner les trois Foyers : Le sacrum, le Cœur et la tête, réalisant la fusion mystique en vous de Christ, Marie et Mikaël.

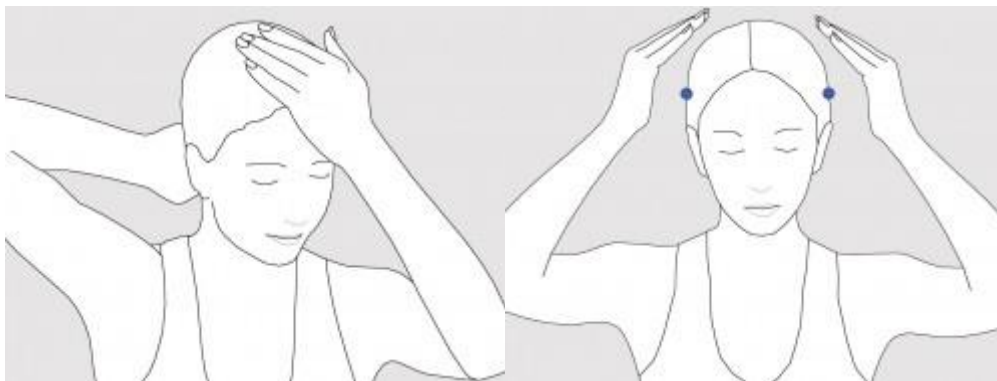
Pour ceux d'entre vous qui ne capteraient pas la Vibration de cette Croix, il existe

un moyen fort simple, par vous-mêmes, utilisant les paumes de vos mains et l'Énergie électromagnétique siégeant dans vos paumes de main, permettant d'activer le AL-OD et le IM-IS.

Ainsi, il vous suffira de placer votre paume de la main gauche en regard du point AL, à 5 cm de distance, et la paume de votre main droite, à peu près à 5 cm de distance du point OD, réalisant la jonction de l'Alpha et de l'Oméga, révélant en vous la Dimension Christ-Lumière, aussi nommé Ki-Ris-Ti, Enfant de la Lumière et Fils Ardent du Soleil.

Ensuite, en respirant ainsi, calmement, les mains placées à ces endroits, vous allez déplacer votre paume de main gauche sur le point IM (au-dessus de l'oreille gauche) pendant que la paume de main droite vient se placer à quelques centimètres en regard du point IS. Ainsi, vous allez activer les 2 circuits principaux permettant de réunifier les 5 Vibrations en une seule, permettant ainsi aux Énergies de La Fontaine de Cristal de se déverser en vous, et également de connecter, de manière définitive, votre Véhicule d'Êtreté.

Puis en unifiant d'abord l'Alpha et l'Oméga, et ensuite l'Ici et Maintenant, vous-vous centrez, de manière définitive, en votre alignement d'Unité. En réalisant cela, autant que vous le souhaitez, autant que vous le pouvez, sans rien faire d'autre que placer vos mains comme il est mentionné en respirant calmement et profondément, vous allez mettre en Vibration et en rotation les 12 Étoiles existant au sein de votre tête. Ainsi, vous allez pouvoir, petit à petit, activer les unes derrière les autres, la totalité de vos Étoiles et les mettre en fonction, vous préparant à recevoir la triple Unité, en totalité (Christ, Marie et Mikaël).



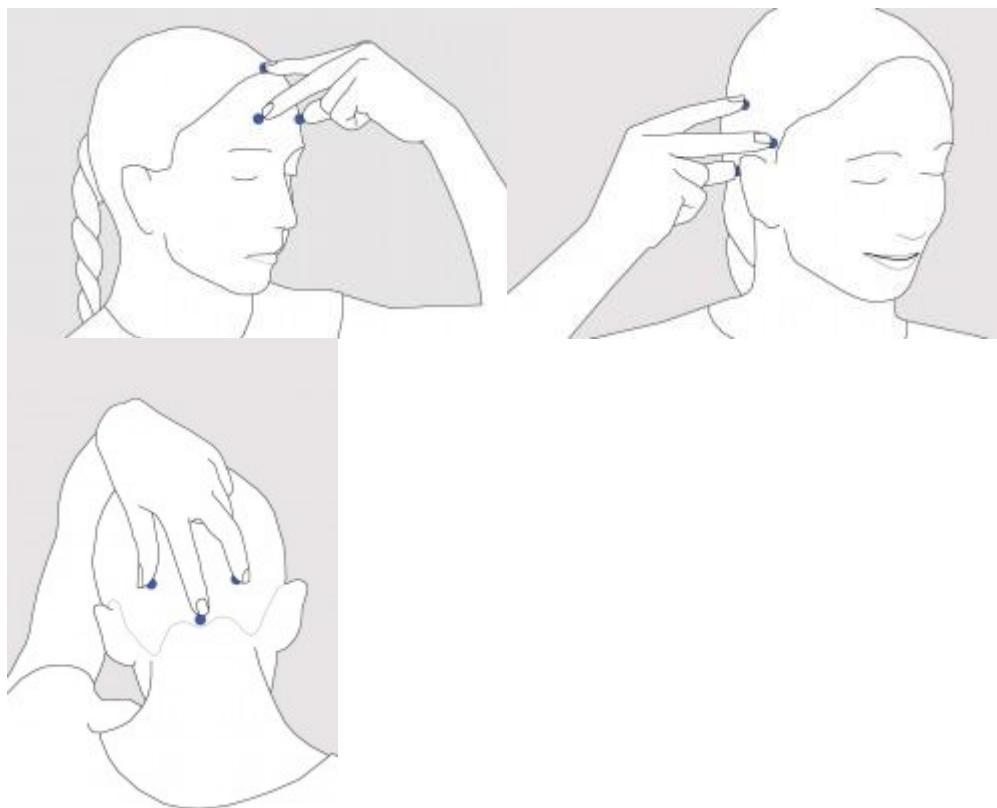
Le schéma ci-dessus illustre le principe de la position des 3 Croix. La différence entre les 3 Croix se fait selon la position exacte des mains, au dessus des oreilles, lors de la 2ème partie :

- Croix Centrale : Main gauche en regard de IM et main droite en regard de IS.

- Croix Antérieure : Main gauche en regard de CLARTÉ et main droite en regard de PRÉCISION.
- Croix Postérieure : Main gauche en regard de UNITÉ et main droite en regard de PROFONDEUR.

2ème ÉTAPE :

La deuxième partie de ce Yoga de l'Unité fait appel, non plus au quaternaire de la Croix mais au triangle. Ainsi, le Triangle de Feu est constitué, à l'avant, par AL, Bien/Attraction et Mal/Répulsion. Le Triangle de l'Air se situant sur la partie gauche du crâne, au dessus de l'oreille, est constitué par IM, Clarté et Unité. Le Triangle de l'Eau, dans la position opposé à votre droite, est donc constitué par IS, Précision et Profondeur. Le Triangle OD situé derrière le crâne et qui a, lui, la pointe en bas représente le symbole des peuples de Sirius (Sirius A, comme Sirius B, comme Sirius C) qui est la fécondation de l'Esprit dans la matière. Ce Triangle, pointe en bas, est donc établi entre OD, Ki-Ris-Ti et Vision.

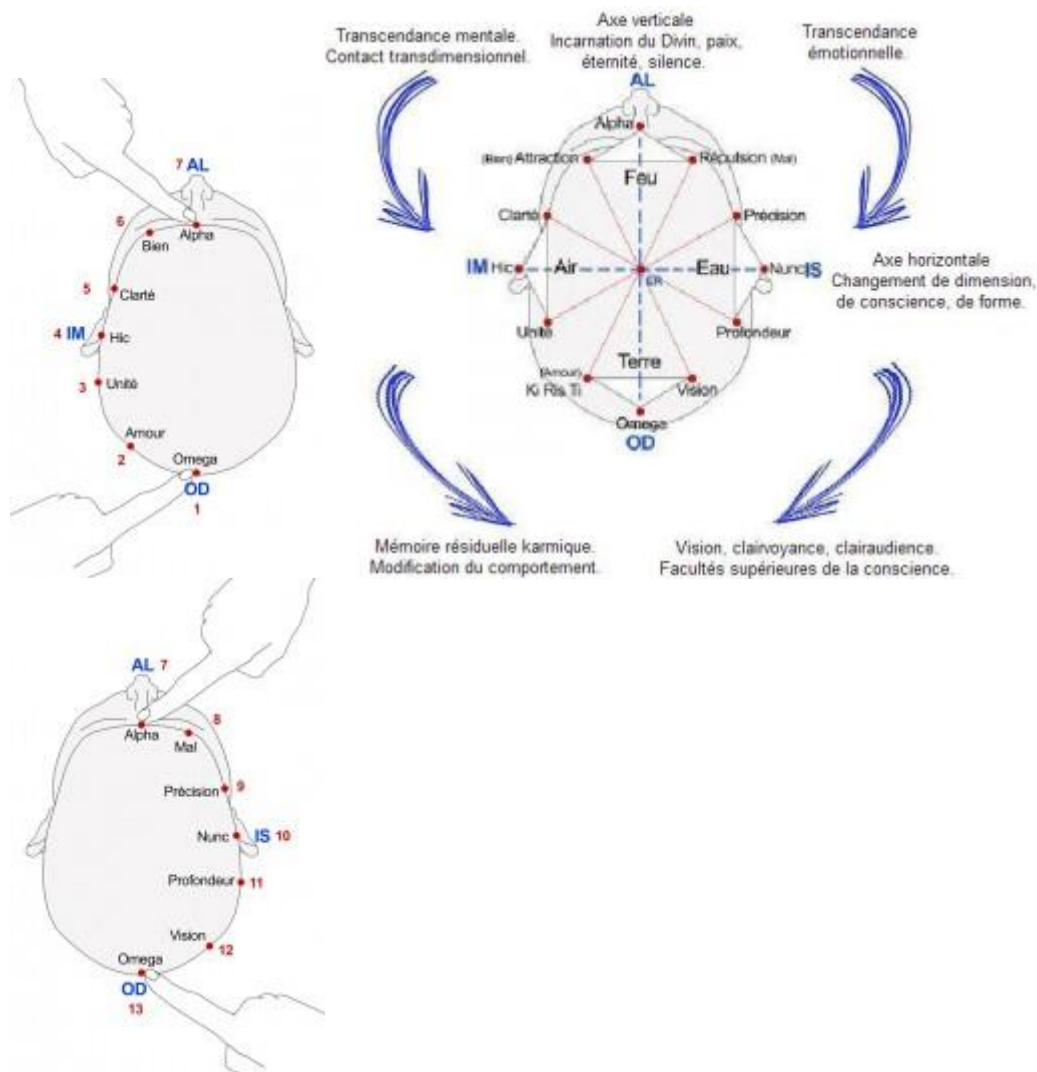


3ème ÉTAPE :

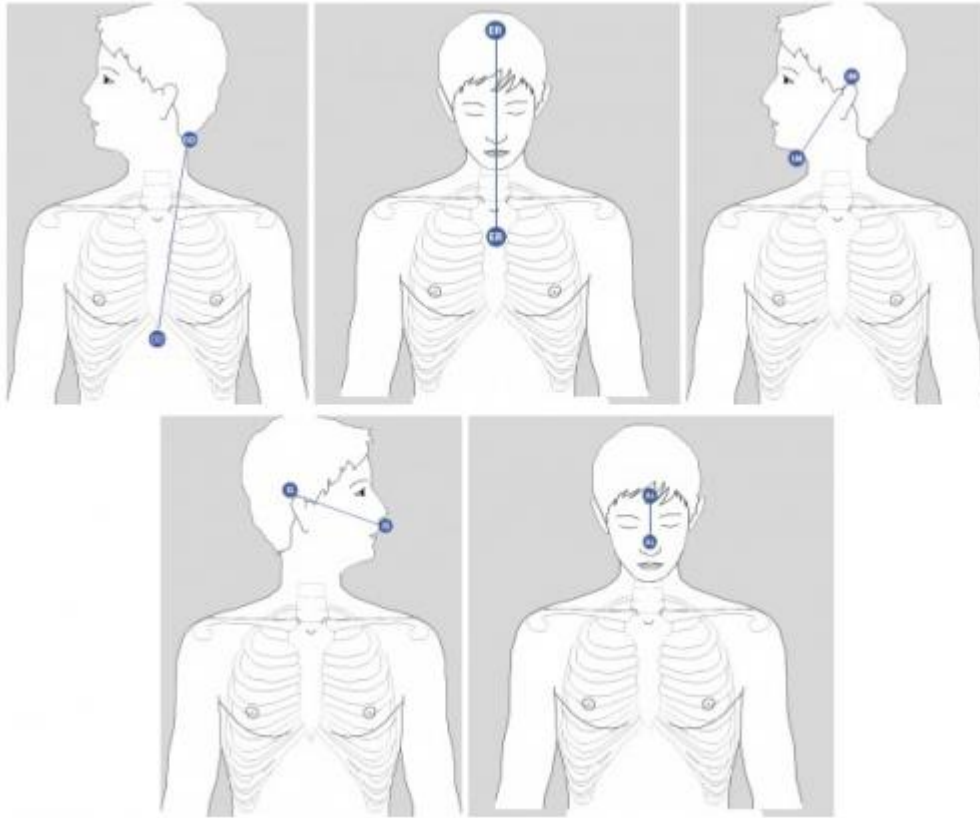
Ainsi présenté, de OD à AL, et de AL à OD, par la périphérie, dans un sens et puis dans l'autre, allées et venues. Au-delà de l'Illusion, vous sortez de

l'enfermement, permettant, si telle est votre Vibration de votre Cœur retrouvé et Unifié, de re-parcourir (en re-déployant la Vérité et Unité en tant que Ki-Ris-Ti, Fils Ardent de la Lumière et du Soleil) votre plein potentiel, votre pleine Vérité d'Éternité. De OD à AL par la gauche, passant par IM, et de AL à OD par la droite, passant par IS, vous recréez votre lien indéfectible à votre Éternité et à la Vérité. Ce couronnement manifestera, en ce corps, le Feu électrique, celui qui, par la redistribution électrique, photonique et Adamantine, vous permettra de vivre le Corps de Gloire, élevé en l'Unité et en la Vérité. Ainsi, en focalisation de votre Conscience, de point à point, vous élèverez les 12 canaux et voiles Vibratoires, dévoilant la Vérité, activant en vous l'ensemble et la totalité de vos Lampes, afin de pénétrer la Demeure d'Éternité et d'accueillir, en votre Temple éveillé, Ki-Ris-Ti, de retour.

Alchimisation - Résurrection



Les Axes



Les 4 Piliers du Cœur

HUMILITÉ, SIMPLICITÉ, ENFANCE, TRANSPARENCE.

Les protocoles qui sont communiqués, dans cet article, ont pour objectif de faciliter le déploiement des Consciences Élémentaires de la Couronne de la tête dans les 4 Piliers du Cœur.

Deux types de pratiques sont possibles, selon votre préférence :

1ère POSSIBILITÉ :

Assis ou debout, poser, délicatement, pendant une dizaine de minutes, le pouce, l'index et le majeur d'une main, en même temps, sur chaque point Étoile d'un Triangle Élémentaire de la tête. Et, simultanément, poser l'index de l'autre main sur un point d'une Porte thoracique. (Suivez les schémas ci-dessous).

Cette pratique peut aussi se réaliser à 2 : Une personne posant ses doigts sur la tête et l'autre personne se focalisant sur le thorax (ceci peut, par exemple, faciliter la pratique, avec les doigts, de l'élément Terre).

2ème POSSIBILITÉ :

Rester assis, pendant 1 heure environ, au centre d'un triangle de 3 cristaux, ou d'un carré de 4 cristaux posés au sol (correspondant aux Étoiles de la tête du Triangle élémentaire pratiqué ou de la croix) et en portant un cristal sur le corps correspondant à l'un des Piliers du Cœur.

Quelle que soit la pratique choisie (avec les doigts ou avec les cristaux), il convient de la réaliser pour chaque élément (Air, Terre, Eau, Feu et Éther).

L'ordre de pratique des éléments n'a pas d'importance. Il n'est pas nécessaire d'observer un délai d'intégration entre les pratiques (doigts ou cristaux) de chaque élément, qui peuvent donc être enchaînées. La pratique globale de ces éléments peut être répétée afin que cela soit mieux intégré.

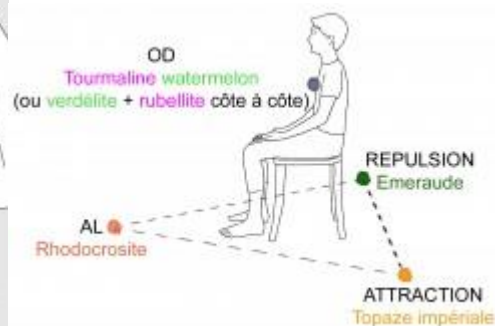
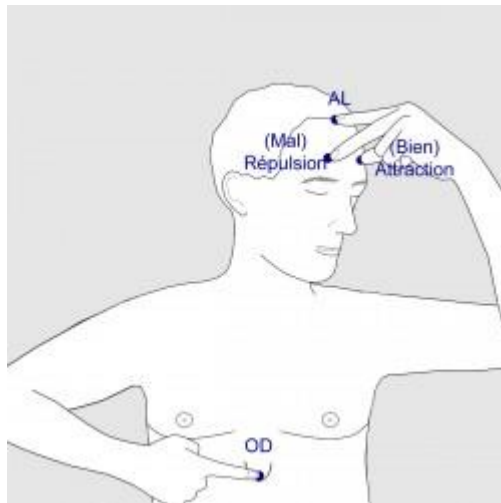
Comme toute pratique, des indications sont données comme points de repères mais, le cheminement de chacun étant spécifique, il convient de suivre son propre ressenti, que cela soit sur l'ordre des séquences, leur durée, leur modalité, leur répétition...

Les schémas ci-dessous indiquent les positions, les cristaux, par élément.

ÉLÉMENT FEU

Points de la tête : ATTRACTION (BIEN) - RÉPULSION (MAL) - AL.

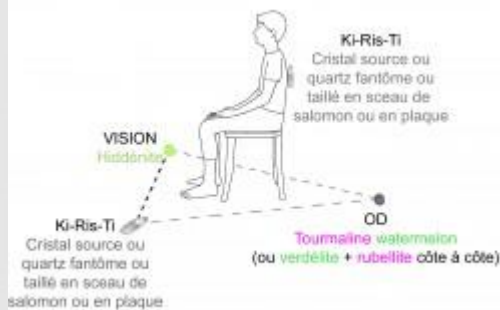
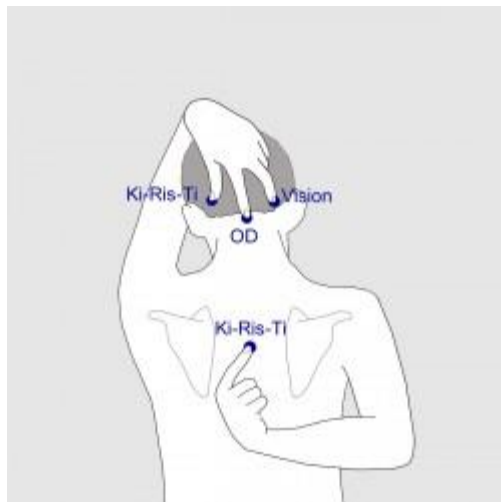
Porte thoracique : OD (de la pointe du sternum) ou Pilier de l'ENFANCE.



ÉLÉMENT TERRE

Points de la tête : OD - VISION - KI RIS TI.

Porte thoracique : KI RIS TI (entre les omoplates, à hauteur de D5) ou Pilier de la TRANSPARENCE.



C1 *Hyper vigilance*

C3 *Peur de dire non*

C5 *Peur de dire*

C7 *Peur de ne pas s'en sortir*

D2 *Etouffement*

D4 *Peur de ne pas être aimé*

D6 *Jalousie*

D8 *Joie échec*

C2 *Reconnaissance*

C4 *Colère, culpabilité*

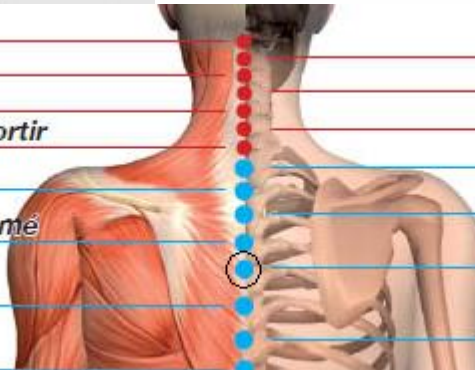
C6 *Fardeau*

D1 *Peur de perdre*

D3 *Injustice*

D5 *Fausse route*

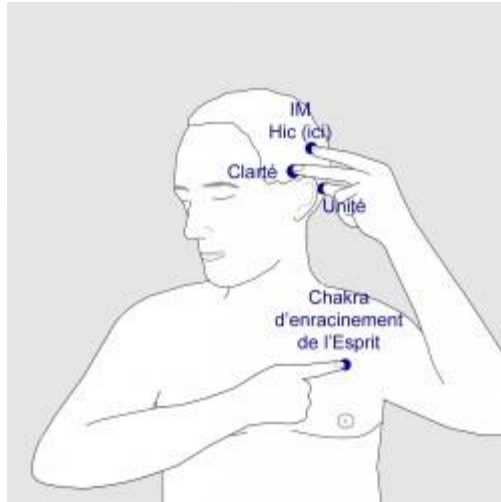
D7 *Conflit familiaux*



ÉLÉMENT AIR

Points de la tête : CLARTÉ - IM/HIC - UNITÉ.

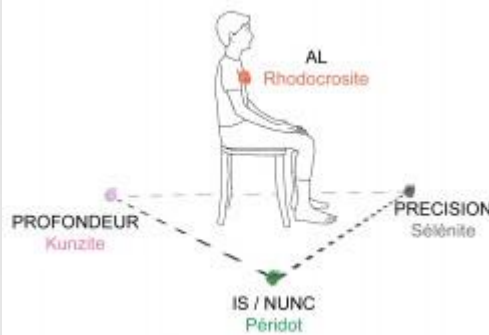
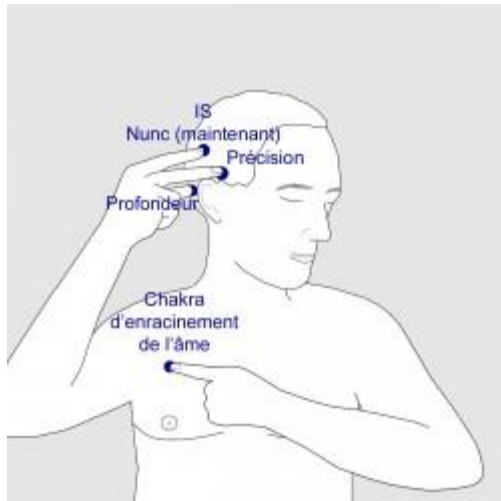
Porte thoracique : UNITÉ (chakra d'enracinement de l'Esprit : 1 travers de main au dessus du sein gauche) ou Pilier de l'HUMILITÉ.



ÉLÉMENT EAU

Points de la tête : IS/NUNC - PRÉCISION - PROFONDEUR.

Porte thoracique : AL (chakra d'enracinement de l'Âme : 1 travers de main au dessus du sein droit) ou Pilier de la SIMPLICITÉ.



ÉLÉMENT ÉTHER

Point de la tête : ER (7ème chakra).

Porte thoracique : ER (9ème corps ou bosse sternale).

Exceptionnellement, se pratique allongé(e).

