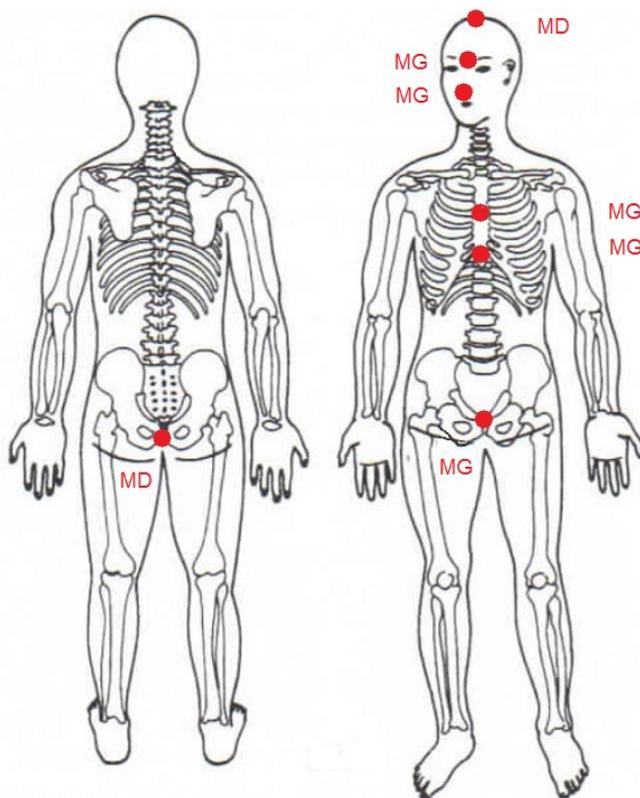


LE COURANT CENTRAL

Énergie Principale Centrale Verticale d'Harmonisation Universelle

Pour être en harmonie avec notre Source de Vie,

il suffit d'appliquer cette séquence simple quotidiennement.



1. Main Droite au sommet de la tête et Main Gauche entre les sourcils
2. Main Gauche sur le bout du nez
2' Main Gauche entre les clavicules , à la base du cou
3. Main Gauche sur la 3^{ème} côte antérieure
4. Main Gauche à la base du sternum, sur l'os
4' Main Gauche au-dessus du nombril
5. Main Gauche sur le pubis
6. Main Droite sur le coccyx

- Installez-vous dans la position la plus confortable pour vous : assis ou couché
- Entourez-vous de coussins pour le confort de vos articulations
- Restez sur chaque position aussi longtemps que vous le souhaitez et avec un minimum de 3 à 5 minutes.

Remarque : Une compréhension plus complète de l'Énergie Principale Centrale Verticale d'Harmonisation Universelle est proposée lors du stage d'Aide à Soi-Même du Livre I
et lors du stage de 5 jours