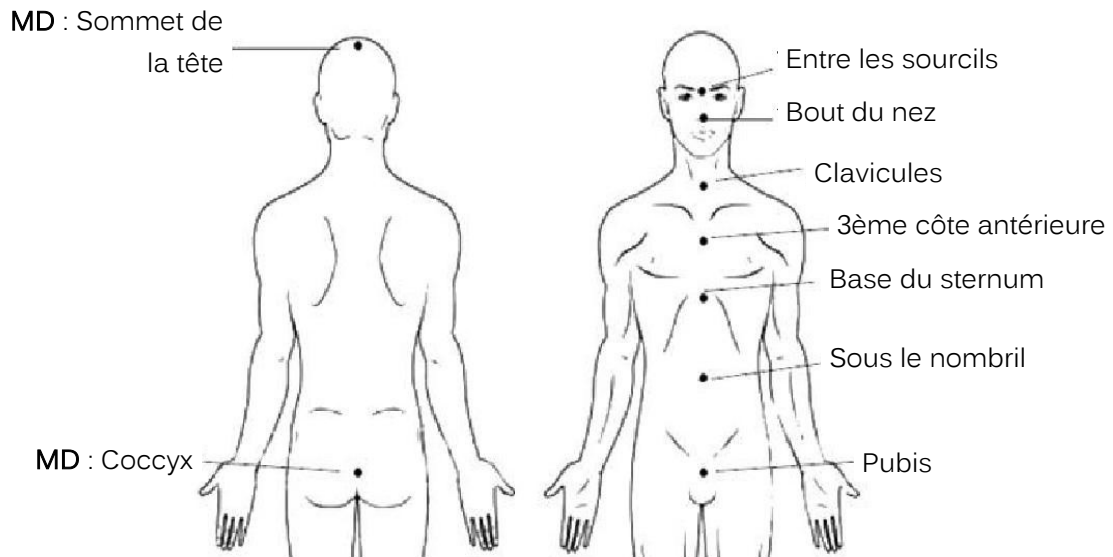


LE COURANT CENTRAL

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. **M**ain **D**roite au sommet de la tête et
Main **G**auche entre les sourcils
2. **M**G sur le bout du nez
3. **M**G dans le creux entre les clavicules
4. **M**G Sur la 3ème côte antérieure
5. **M**G à la base du sternum
6. **M**G +/- 2,5 cm. sous le nombril
7. **M**G sur le pubis
8. **M**D au coccyx et **M**G sur le pubis

- 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