



# Grilles de lecture Healy

**Recueil des référentiels - Juillet 2021**



## Qu'est-ce que Healy ?

C'est la suite logique des travaux de Nikola Tesla et de Albert Einstein et tant d'autres, qui nous avaient déjà informés sur la nature vibratoire de notre univers. C'est la reconnaissance de savoirs ancestraux et spirituels à propos de cette intelligence universelle parfaite qui manifeste notre monde de densité par le verbe (entendez le son, les fréquences).

La technologie que Healy utilise existe depuis de nombreuses années (le premier modèle s'appelle TimeWeaver), et a fait l'objet de décennies de recherches de la part de médecins et de scientifiques non conventionnels, mais restait réservée aux thérapeutes et aux centres de soins qui pouvaient investir dans la machine en question, celle-ci était également très encombrante. De nombreuses études et des années d'expérience témoignent de la sûreté de cette forme de thérapie par les fréquences, confirmée par des milliers d'applications.

Ce qu'il y a de nouveau avec Healy, c'est sa portabilité, sa miniaturisation, très simple d'utilisation, et pour tous.

## Comment Healy fonctionne ?

Healy, analyse par résonance vos données de santé dans le champ d'informations, le disque dur de votre être, votre code source divin, et va en rapporter un résultat personnalisé, sur ce dont votre corps a le plus besoin à l'instant T.

Suite à cette analyse, Healy délivre dans le corps les fréquences adéquates pour rétablir le déséquilibre trouvé dans votre champ bioénergétique, soit en direct (via les électrodes) soit à distance (via le champ quantique).

Car il faut bien comprendre que Healy travaille à la fois avec le corps physique, mais aussi avec le corps bioénergétique, le psychique et la conscience. Nos centres énergétiques ou Chakras sont également analysés, permettant ainsi une remise à niveau du corps à son état originel, capable de se guérir lui-même. Il est renforcé, plus vigoureux et aligné. Les fréquences envoyées vont rétablir la tension de la membrane cellulaire à son niveau naturel.

## Un scan Bioénergétique ?

“ Healy est un objet connecté certifié qui fait appel à des fréquences qui stimulent des parties précises du corps et qui sont déterminées individuellement par un scan (résonance) en temps réel. ”

Cette thérapie encore mystérieuse considère que l'individu est le siège de vibrations générées par des milliards de photons ou « particules de lumière » qui échangent en permanence des informations. Derrière cette approche, une idée centrale : ce ne sont pas les échanges biochimiques des cellules qui déterminent la santé mais les informations que celles-ci s'échangent. Ensemble, ces échanges forment des champs énergétiques qui influencent l'organisme. Le corps dans son ensemble est vu comme une structure organisée d'informations. Une approche d'ailleurs déjà validée par la médecine chinoise qui agit sur les flux énergétiques du corps à l'aide de l'acupuncture. La médecine quantique cherche à isoler les ruptures d'information dans le champ vibratoire de la personne. Les symptômes seraient alors la manifestation d'un déséquilibre dans cette communication cellulaire. Holistique, la thérapie quantique cherche à





identifier ces lacunes et à en réduire les interférences afin de rétablir l'harmonie et la stabilité dans le champ électromagnétique du corps et de l'esprit qu'elle ne dissocie pas. Les motifs de consultation sont variés mais s'ancrent toujours dans un désir de comprendre - d'une autre manière - son fonctionnement : difficultés à vivre un deuil ou la perte d'un emploi, désir de perdre du poids, douleurs articulaires ou digestives.

Les résultats que vous allez lire n'ont pas vocation à être un bilan médical, ils sont édités à titre informatif afin de prendre conscience d'éventuels déséquilibres énergétiques.

Vous avez la possibilité d'acheter les substances ou pierres conseillées ou d'acheter l'édition Résonance de Healy qui contient toutes les fréquences quantifiées des substances, pierre, nutriments, ... dans son application. Plus besoin d'acheter quoi que ce soit !

## Sommaire

- 1 - Mixtures de Digitale Nutrition
- 2 - Sels de Schussler
- 3 - Dilutions Matéria Médica (Homéopathie)
- 4 - Lectures du module AURA
- 5 - Guide sur les Chakras
- 6 - Le Yi King

\* Healy est un dispositif médical certifié pour le traitement de la douleur chronique et des douleurs liées à la fibromyalgie, aux troubles musculo-squelettiques et à la migraine, ainsi que pour le traitement d'appoint des maladies mentales comme la dépression, l'anxiété et les troubles du sommeil associés. Les autres applications du Healy arrivent en soutien pour l'amélioration de l'état de bien-être et de son développement personnel



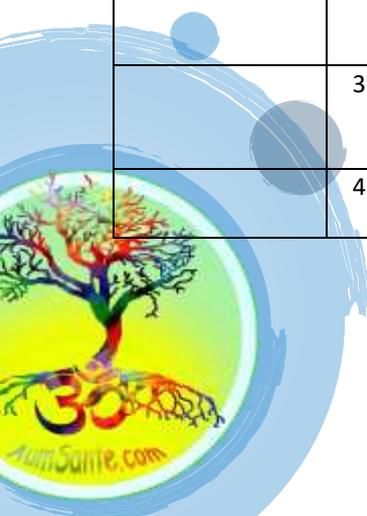
## Grilles de lecture

### Nutriments

Digi. Nut. Mixtures 1	#	Name EN	Catégorie	Contient :
	1	Cerveau	Corps Physique	Vitamine B1, coenzyme Q10, vitamine B2, vitamine B6, magnésium, potassium, soufre, cobalt, zinc, glycine, phénylalanine
	2	Cheveux	Corps Physique	Vitamine B12, vitamine B2, vitamine B5, biotine, vitamine B9, inositol, fer, manganèse, zinc, cuivre, molybdène, vitamine B10, cystéine, dioxyde de silicium, sélénium
	3	Peau	Corps Physique	Coenzyme Q10, sélénium, dioxyde de silicium, vitamine A, vitamine B2, vitamine B3, vitamine B6, vitamine B6, vitamine B7, vitamine B10, vitamine D, potassium, soufre, zinc, cuivre, cystéine, thréonine, chrome, cobalt, Silicium, vitamine B9
	4	Coeur	Corps Physique	Coenzym Q10, Kalium, Natrium, Chlor, Kalzium, Phosphor, Magnesium, Molybdän
	5	Tête	Corps Physique	Chlore, fer, vitamine B1, vitamine B10, vitamine B12, Vitamine B5, vitamine B2, vitamine B6, coenzyme Q10, soufre
	6	Système Gastrointestinal	Corps Physique	Magnésium, molybdène, vitamine B1, cuivre, potassium
	7	Muscles	Corps Physique	phosphore, sodium, carnitine, calcium, fer, isoleucine, glycine, chrome, dioxyde de silicium, chlore, vitamine B5, Magnésium
	8	Ongles	Corps Physique	Fer, cystée, sélénium, vitamine B2, zinc
	9	Nerfs	Corps Physique	vitamine B1, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, vitamine B3, isoleucine, tryptophane, molybdène, alanine, Liothyronin
	10	Rein	Corps Physique	Vitamine B1, vitamine B2, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B7, vitamine B9, vitamine B12, vitamine C, vitamine D, calcium, fer, zinc, cuivre, taurine, sélénine, histidine, phosphore, magnésium, carnitine, taurine, acide asparaginique, sodium, chlorure, potassium, glutathion
	11	Oreille	Corps Physique	Manganèse, potassium, zinc, vitamine E, vitamine B3
	12	Thyroïde	Corps Physique	iode, chrome, sélénium, phénylalanine
Digi. Nut. Mixtures 2	1	Age	Metabolisme	Vitamine A, vitamine B1, vitamine B6, vitamine B8, vitamine B10, vitamine B12, vitamine B12, vitamine C, vitamine C, vitamine D, coenzyme Q10, tryptophane, tyrosine, citrulline, calcium, soufre, phosphore, cuivre, cystéine, glutathion, glutamine, glycol, serin, leucin, valine, zinc, fer, sel, magnésium

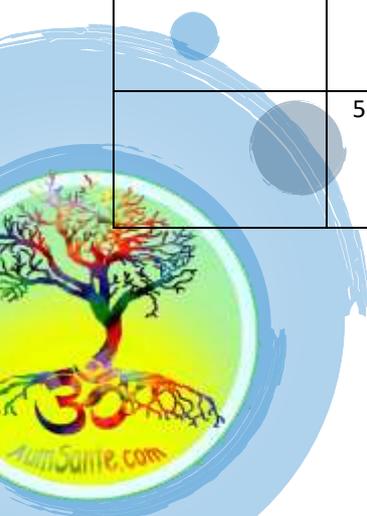


	2	Acides aminés	Metabolisme	Valin, Leucine, Thréonine, méthionine, phénylalanine, tryptophane, lysine, histidine, ornithine-arginine, glycine, alanine, serin, cystéine, tyrosine, prolin, Taurine, glutamine
	3	Poudre alcaline	Metabolisme	magnésium, potassium, zinc, manganèse, glutamine
	4	Tissu conjonctif	Metabolisme	Dioxyde de silicium, manganèse, vitamine C, glycine, proline, thréonine
	5	Sang	Metabolisme	cuivre, fer, molybdène, vitamine B12, vitamine K, thréonine, calcium, manganèse
	6	Poids	Metabolisme	Vitamine B2, vitamine C, vitamine E, vitamine D, iode, fer, calcium, sélénium, chrome, carnitine, leucine, citrulline, taurine, 5-HTP, magnésium, sérotonine
	7	Foie	Metabolisme	Vitamine E, vitamine C, vitamine A, vitamine D, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B6, vitamine B10, vitamine B9, vitamine B12, vitamine K, fer, zinc, cuivre, sélénium, potassium, ornithine-arginine, acide asparaginique, citrulline, glycine, leucine, valine, coenzyme Q10, taurine, cystine
	8	Minéraux	Metabolisme	Sodium, potassium, calcium, magnésium, phosphore, chlorure, soufre
	9	Oligo-éléments	Metabolisme	Chrome, cobalt, fer, iode, cuivre, manganèse, molybdène, sélénium, dioxyde de silicium, zinc, vanadium, fluorure
	10	Végan (carence en vitamines ou protéines)	Metabolisme	vitamine A, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, vitamine D, vitamine C, fer, zinc, calcium, iode, soufre, sélénium, carnitine, taurine, valine, Lysin, Prolin, EPA
	11	Complex de vitamine B	Metabolisme	Vitamine B1, Vitamine B2, Vitamine B3, Vitamine B4, Vitamine B5, Vitamine B6, Vitamine B7, Vitamine B8, Vitamine B9, Vitamine B10, Vitamine B12, Vitamine B13, Vitamine B17
	12	Hypovitaminose	Metabolisme	Vitamine B1, Vitamine B2, Vitamine B3, Vitamine B4, Vitamine B5, Vitamine B6, Vitamine B7, Vitamine B8, Vitamine B9, Vitamine B10, Vitamine B12, Vitamine A, Vitamine D, Vitamine E, Vitamine K, Vitamine C
Digi. Nut. Mixtures 3	1	Consommation d'alcool (implique un pb de foie même si vous ne buvez pas)	Detox	vitamine B1, vitamine B2, vitamine B3, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, vitamine E, vitamine D, potassium, sélénium, phosphore, manganèse, magnésium, calcium, méthionine, molybdène, bore, Cysténo, choline
	2	Antioxydants	Detox	Vitamine A, vitamine E, vitamine C, vitamine B2, vitamine B10, flavonoïdes, coenzyme Q10, sélénium, zinc, manganèse, cuivre, fer, chrome, glutathion, mélatonine, cystéine, glutamine, méthionine, taurine
	3	Système lymphatique	Detox	Dioxyde de silicium, potassium, cuivre, zinc, calcium, magnésium, vitamine C, vitamine B6, vitamine E, lysine, proline, méthionine, EPA, ornithine-arginine, glutathion
	4	Menstruation	Detox	calcium, magnésium, manganèse, vitamine B5, vitamine B6, vitamine E



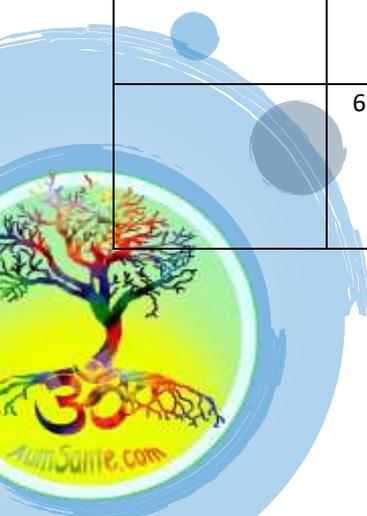


	5	Spiritualité	Detox	vitamine B1, vitamine B3, vitamine B9, vitamine B12, vitamine E, vitamine D, vitamine K, coenzyme Q10, fer, sélénium, zinc, manganèse, flavonoïdes, tyrosine, taurine, Tryptophane, carnitine, glycine, glutamine, EPA, cystéine, méthionine, glutathion
	6	Toxines	Detox	Vitamine B1, vitamine B2, vitamine B3, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, vitamine C, vitamine E, choline, cystéine, méthionine, glutathion, glycine, taurine, glutamine, acide asparaginique, flavonoïde, sélénium, zinc, cuivre, fer, calcium, magnésium, magnésium Dioxyde de silicium
	7	Fécondité	Système hormonal	Coenzyme Q10, carnitine, vitamine A, zinc, manganèse
	8	Système hormonal	Système hormonal	vitamine B6, vitamine B9, vitamine B10, vitamine D, vitamine E, zinc, manganèse, fer, iode, sélénium, calcium, leucine, lysine, phénylalanine, thréonine, tryptophane, glutamine, ornithine-arginine, glycine, proline, Cystéine, tyrosine, méthionine, valine, mélatonine, sérotonine, corticostérone
	9	Libido	Système hormonal	Vitamine E, vitamine A, zinc, manganèse
	10	Allergies	Système immunitaire	Vitamine B3, vitamine C, vitamine D, calcium, soufre, proline, acide phytinique, quercétine
	11	Système immunitaire	Système immunitaire	vitamine A, vitamine C, vitamine E, cystéine, liothyronine, soufre, glycine, thréonine, valine, arginine, carnitine, calcium, cuivre, manganèse, zinc, cobalt, molybdène, Sélénium
	12	Substances végétales secondaires	Système immunitaire	Flavonoïdes, caroténoïdes
Digi. Nut. Mixtures 4	1	Energie	Vitalité	Vitamine B1, vitamine B2, vitamine B5, vitamine B7, coenzyme Q10, fer, zinc, sélénium
	2	Fatigue	Vitalité	Vitamine B1, vitamine B2, vitamine B5, vitamine B7, vitamine B10, vitamine B6, coenzyme Q10, potassium, soufre, fer, zinc, sélénium, molybdène, glycine, alanine, liothyronine, méthionine, vitamine B9, vitamine B12, vitamine B6, isoleucine, chrome, tryptophane, cuivre
	3	Vision	Vitalité	
	4	Sports	Sports	Vitamine C, vitamine D, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B6, vitamine B3, vitamine B7, vitamine B9, vitamine B12, vitamine B13, coenzyme Q10, carnitine, calcium, potassium, sodium, chlorure, magnésium, zinc, fer, phosphore, chrome, vanadium, glutamine, cystein, phylalanine, threonioni, taurine, valine, glycine, glthionine, glhiline, Androsterone, acide asparaginique
	5	Homme (Comprendre énergie Yang)	Sports	Vitamine C, vitamine E, vitamine D, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, magnésium, calcium, sélénium, zinc, bore, coenzyme Q10, flavonoïdes, EPA, androsterone, acide asparaginique



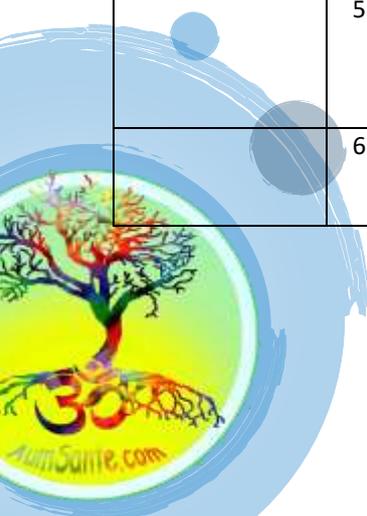


	6	Régénération	Sports	Vitamine C, vitamine E, vitamine B6, vitamine B7, vitamine B13, carnitine, cuivre, sélénium, zinc, fer, iode, magnésium, potassium, calcium, chrome, méthionine, glutamine, ornithine-arginine, glycine, histidine, leucine, valine, méthionine, cystéine, glutathion, coenzyme Q10
	7	Femme (Comprendre énergie Yin)	Autre	vitamine A, vitamine C, vitamine D, vitamine E, vitamine K, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, calcium, fer, acide asparagique, arginine, zinc, magnésium, iode, dioxyde de silicium, sulfate de glucosamine, carnitine, coenzyme Q10, flavonoïdes, Epa
	8	Enfants	Autre	Vitamine A, vitamine C, vitamine D, vitamine E, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, fer, zinc, magnésium, manganèse, sélénium, cuivre, iode, calcium, potassium, thréonine, ornithine Arginin, Tryptophane, EPA
	9	Psychisme	Autre	vitamine B3, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B10, vitamine B12, soufre, zinc, cuivre, chrome, cobalt, tryptophane, méthionine, phénylalanine, glutamine, 5-HTP, thréonine, glycine, sérotonine, Mélatonine
	10	Sommeil	Autre	
	11	Croissance	Autre	Vitamin A, Vitamin B9, Vitamin B12, Zink, Mangan, Selen
	12	Wounds Plaie	Autre	Vitamine B1, Vitamine B5, Vitamine B6, Vitamine B9, Vitamine C, vitamine E, potassium, dioxyde de silicium, zinc, isolécine, thréonine
Digi. Nut. Mixtures 5	1	Breath Souffle Respiration	Sports	Vitamine A, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, vitamine C, vitamine E, vitamine D, sélénium, zinc, magnésium, cysténite, sulforaphane, EPA, glutathion
	2	Motion Mouvements	Sports	vitamine C, vitamine E, vitamine A, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B6, magnésium, calcium, fer, potassium, zinc, sodium, iode, cuivre, glutathion, EPA, chrome, Carnitine, coenzyme Q10, ornithine - Arginine, méthionine, glycine
	3	Compétition	Sports	carnitine, glycine, méthionine, ornithine - arginine, glutamine, magnésium, potassium, fer, coenzyme Q10, sélénium, vitamine C, vitamine E, vitamine B6, taurine, Sodium, chlorure, EPA
	4	Structure	Système Musculosquelettique	alanine, glycine, proline, valine, leucine, lysine, vitamine C, zinc, cuivre, iode, sodium, calcium, potassium, magnésium
	5	Mobilité (Articulation)	Système Musculosquelettique	vitamine B12, vitamine B6, vitamine A, vitamine C, vitamine E, vitamine D, vitamine B1, vitamine K, EPA, sulfate de glucosamine, dioxyde de silicium, histidine, cystéine, magnésium, calcium, manganèse, cuivre, carnitine, glycine, Lysine, Prolin
	6	Activation	Système Musculosquelettique	vitamine B1, vitamine B2, vitamine B12, vitamine B4, vitamine B6, vitamine B9, vitamine C, vitamine D, fer, magnésium, coenzyme Q10, taurine, carnitine, glycine, lysine, zinc, tyrosine, phénylalanine, tryptophane, choline, Glutamine, glutathion





	7	Réduction	Système Cardiovasculaire	vitamine A, vitamine C, vitamine K, vitamine E, vitamine D, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B3, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B7, vitamine B9, vitamine B12, glutathion, magnésium, cobalt, cuivre, chrome, EPA, coenzyme Q10, flavonoïdes, ornithine - arginine, taurine, Glycine, glutamine, lysine
	8	Exertion Effort	Système Cardiovasculaire	Coenzyme Q10, ornithine - arginine, vitamine B6, carnitine, taurine, vitamine C, vitamine B12, vitamine B9, magnésium, vitamine D, EPA, flavonoïdes, potassium, Glutathion
	9	Circulation	Système Cardiovasculaire	vitamine A, vitamine B12, vitamine B9, vitamine D, fer, ornithine - arginine, glutamine, sélénium, zinc, calcium, potassium, phosphore, flavonoïdes, EPA, glutathion, histidine, magnésium, EPA, coenzyme Q10, taurine, lysine
	10	Rigidité	Metabolisme	Fer, phénylalanine, cystéine, vitamine C, vitamine B10, valine, proline, vitamine D, cuivre, vitamine E, flavonoïdes, Magnésium, coenzyme Q10, carnitine, phosphore, glycine, zinc
	11	Mode de vie	Metabolisme	vitamine B3, vitamine B9, vitamine B6, vitamine B8, vitamine B12, vitamine C, vitamine D, vitamine E, glutathion, EPA, chrome, coenzyme Q10, carnitine, Sélénium, zinc, cuivre, magnésium
	12	Energie	Metabolisme	Vitamine B1, vitamine B2, fer, sélénium, zinc, vitamine B12, vitamine B3, vitamine B9, manganèse, cuivre, vitamine C, vitamine A, vitamine D, vitamine K, méthionine, histidine, magnésium, coenzyme Q10, carnitine, EPA
Digi. Nut. Mixtures 6	1	Tissus	Metabolisme	Vitamine C, vitamine D, coenzyme Q10, vitamine B5, vitamine B10, vitamine B12, sélénium, proline, cortisone, tryptophane, cuivre, EPA, flavonoïdes, potassium
	2	Bioinformation	Metabolisme	Vitamine A, vitamine E, vitamine B2, vitamine B6, vitamine B7, vitamine B9, vitamine B12, méthionine, choline, EPA, glycine, magnésium, sélénium, zinc, fer, cuivre, manganèse, calcium, chrome, glutathion
	3	Confort	Metabolisme	vitamine D, vitamine C, vitamine E, vitamine K, vitamine B9, chrome, magnésium, coenzyme Q10, EPA, zinc, vanadium, taurine, ornithine - arginine, carnosine, carnitine, cystéine, glycine, sulforaphane, flavonoïdes, Corticostérone
	4	Exhaustion Epuisement	Système hormonal	Vitamine B1, Vitamine B2, Vitamine B3, Vitamine B5, Vitamine B6, Vitamine B7, Vitamine B9, Vitamine B12, Natrium, EPA, Glutamine, Taurine, Corticostérone, Vitamine C, cortisone, magnésium, tryptophane, ornithine - arginine, potassium
	5	Menopause	Système hormonal	Vitamine C, vitamine E, vitamine D, vitamine K, vitamine B2, vitamine B1, vitamine B9, vitamine B12, vitamine B6, flavonoïdes, sélénium, magnésium, zinc, calcium, ornithine - Arginin, Tryptophane, EPA
	6	Passion	Système hormonal	Vitamine B6, Vitamine B9, Vitamine B12, Vitamine D, Sélénium, Zinc, glutathion, coenzyme Q10, carnitine, acide asparaginique





	7	Balance	Autre	vitamine B6, vitamine B9, vitamine B12, vitamine D, vitamine E, fer, sélénium, zinc, magnésium, glutathion, flavonoïdes, glutamine, ornithine - arginine, Acide asparaginique
	8	Relief	Autre	Vitamin B2, Vitamin B5, Vitamin B1, Vitamin B7, Vitamin B3, Vitamin B9, Vitamin B10, Vitamin B12, Selen, Ornithin - Arginin, Vitamin C, Vitamin D, Zink, Glycin, Magnesium, Vitamin E, Tryptophan, EPA
	9	Joy of life Joie de vivre	Autre	5-HTP, sérotonine, tryptophane, vitamine B3, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B10, vitamine B12, phénylalanine, cobalt, androsterone, glutamine, cuivre, Soufre, EPA, citrulline, chrome, méthionine, zinc, thyroxine
	10	Recreation Divertissement	Autre	tryptophane, sérotonine, magnésium, vitamine B1, vitamine B2, vitamine B3, vitamine B6, vitamine B12, vitamine D, vitamine C, sélénium, mélatonine, coenzyme Q10, Manganèse, molybdène
	11	Rest Repos	Autre	Tryptophane, sérotonine, mélatonine, glycine, ornithine - arginine, vitamine D, vitamine B3, vitamine B5, vitamine B6, vitamine B9, vitamine B10, vitamine B12, fer,
	12	Teeth Dents	Autre	vanadium, coenzyme Q10, vitamine K, vitamine C, vitamine B6, sulfate de glucosamine, phosphore, vitamine B12, Manganèse, cuivre, vitamine B9, vitamine E, vitamine A, vitamine D, calcium

## Sels de Schussler

### Nr. 1 Calcium fluoratum

Rides, vergetures, hémorroïdes, varices, émail des dents, croissance des ongles irrégulière, mycose des ongles, formation de cals excessive, psoriasis, pustules de l'acné, verrues dures, cicatrices, gerçures, égratignures, entailles dans la bouche, orteils en forme de marteau, éperons osseux, rachitisme et diminution de la masse osseuse (ostéoporose).

### Nr. 2 Calcium phosphoricum

Aide à la récupération après les fractures osseuses, élimine la douleur de la croissance, la production lente et insuffisante des os chez les enfants et les adolescents, affaiblissement du corps, altération de croissance des dents, les maux de dents, spasmes des bébés, spasmes musculaires, picotements et raideur des bras et des jambes, nervosité, saignements de nez et démangeaisons de la peau dans la vieillesse.

### Nr. 3 Ferrum phosphoricum

Fièvre et considéré comme le deuxième Aconit, pour sa capacité à réduire la température. Il se donne généralement lorsque le patient est très faible à cause de la fièvre. Altérations dans le métabolisme du fer, système immunitaire faible, petites blessures (internes et externes), brûlures au premier degré, problèmes de mémoire et de concentration, une mauvaise circulation (mains et pieds froids). Aussi pour douleurs musculaires, altérations de la croissance de la peau, des cheveux et des ongles, inflammation nasale, toux, amygdalite (également avec de la fièvre). Il aide le traitement contre la diarrhée et la gastrite.

### Nr. 4 Kalium chloratum





Bronchite, écoulement nasal, éruptions cutanées (eczéma), inflammation de l'estomac et de la muqueuse intestinale, conjonctivite, bursite, l'arthrite et les inflammations qui sont provoquées par la fièvre. Brûlures du premier et du deuxième degré, inflammation de la gaine du tendon et du zona.

#### **Nr.5 Kalium phosphoricum**

Pour traiter l'érythème fessier, l'épuisement mental, émotionnel et physique, les degrés de faiblesse (après des situations stressantes), l'insomnie causée par les nerfs, le manque d'énergie, le découragement, les crampes, l'alopecie localisée et l'hyperactivité chez les enfants. Il aide également à traiter la dépression, la faiblesse musculaire et cardiaque et la paralysie.

#### **Nr. 6 Kalium sulfuricum**

Tous les types de troubles de la peau (croissance irrégulière des ongles des pieds et des mains, blessures de guérison lente, éruptions cutanées et écailles de suintement de pus sur la peau). Déséquilibre du foie (saturation de toxines dans le foie) et pour tous types d'inflammation de la membrane muqueuse, rhinite chronique, douleur rhumatismale pas localisé. Recommandé aide également dans le traitement clinique des formes sévères des maladies susmentionnées, en plus du psoriasis, de la dépression et de l'anxiété.

#### **Nr. 7 Magnésium phosphorique**

Considéré comme l'aspirine homéopathique. Généralement utilisé pour les maux de tête et les douleurs musculaires, toux, crampes dans les jambes, estomac, vaisseaux sanguins (tels que la migraine), menstruations douloureuses, maux de dents et de l'estomac des enfants, asthme, spasmes musculaires, crampes, insomnie, excitation, agitation, trac, anxiété dérivée des examens et agitation nerveuse. Il réduit également la douleur rhumatismale - Il aide également le traitement clinique de la douleur sévère, des crampes, de la douleur rénale et de la vésicule biliaire.

#### **Nr. 8 Natrium chloratum**

La sécheresse de la peau et des muqueuses, diarrhée aqueuse, constipation, gastrite avec vomissements aqueux, écoulement nasal, larmolement inattendus (vent), œdème (gonflement) causée par diverses causes telles que les piqûres d'insectes, les maux de dents avec production de salive, éruptions avec des cloques aqueuses, dépression avec pleurs, débilitation générale, perte de force et douleurs rhumatismales. Il aide également dans le traitement clinique de la diarrhée ou des vomissements fréquents. Il est également utile pour l'éjaculation prématurée ou tardive, la perte de cheveux génitaux, l'impuissance et les problèmes d'érection.

#### **Nr. 9 Natrium phosphoricum**

Douleurs digestives chez les jeunes enfants (coliques, flatulences) et chez les adultes (après les repas lourds), vomissements, goût acide, reflux acide, brûlures d'estomac et acidité, diarrhée malodorante. Aussi pour les problèmes respiratoires causés par l'asthme, les symptômes de la goutte dans les articulations des extrémités (orteils) et l'acné faciale due au métabolisme.

#### **Nr. 10 Natrium sulfuricum**

Constipation, diarrhée, difficulté à digérer les graisses, selles claires, flatulences, coliques, œdèmes, éruptions cutanées avec cloques, acné. Énurésie nocturne, inflammations dues à un rhume caractérisé par un mucus jaune verdâtre, douleurs rhumatismales qui s'aggravent avec le froid et l'humidité, tendance à la mélancolie et la dépression. Renforcer le traitement clinique du diabète.





### **Nr. 11 Silicea**

Suppuration de la peau, furoncles, fistules, maladies articulaires rhumatismales, arthrite, troubles de disques vertébraux, ostéoporose, problèmes de croissance, tendinite, durcissement des artères, transpiration excessive, symptômes du vieillissement prématuré (rides du visage), brûlures, cheveux et les ongles cassants, l'alopecie, la croissance irrégulière des ongles et l'acné. Son utilisation continue peut provoquer une certaine sécheresse dans les membranes muqueuses.

### **Nr. 12 Calcium sulfuricum**

Indiqué pour la suppuration de la peau et des muqueuses, troubles de la croissance, problèmes rhumatismaux chroniques. Altérations de la fonction hépatique, inflammation des ganglions lymphatiques due à un gonflement (aller chez le médecin), douleur, rougeur et bronchite.

### **Nr 13 Kalium Arsenicosum**

Personnes faibles et fatigués, maniaques, agités et nerveux.

#### **SYMPTÔMES ET DOULEURS SPÉCIFIQUES**

- Psoriasis dans le dos et / ou dans le coude et / ou les jambes.
- Éruptions cutanées sèches.
- Fissures dans les plis des coudes et des genoux.
- Anémie
- Possibilité trouble cardiaque.

#### **CARACTÉRISTIQUES GÉNÉRALES :**

- N'aimant pas être dehors.

### **Nr. 14 Kalium bromatum**

Pour des personnes agitées, qui bougent leurs mains sans cesse, mais qui semblent indifférents et distraits, avec des problèmes de mémoire. À l'adolescence, nous le voyons chez les garçons et les filles qui ne veulent pas étudier, qui peuvent être paresseux et menteurs, et qui ont une forte activité sexuelle. Peut être utile pour les enfants qui ont des problèmes dans leur scolarité, qui ne veulent pas faire les devoirs et qui ont tendance à mentir ou à voler.

### **Nr. 15 Kalium Jodatum**

Kalium jodatum est le produit de la thyroïde par excellence. Il est utilisé contre tous les types de troubles thyroïdiens, qu'il s'agisse d'hyperfonctionnement, d'hypofonction ou de goitre, c'est-à-dire qu'il agit comme un effet régulateur de la fonction thyroïdienne. Très bon pour les personnes ayant un faible état d'esprit. Les victimes ont tendance à se plaindre souvent et sont sujettes aux humeurs dépressives. S'avère très utiles pour les personnes souffrant de névralgie du trijumeau, comme la sciatique. Soulage les maux de tête. En outre, il agit contre l'inflammation, en particulier le système digestif et contre l'inflammation de l'oeil. Les personnes qui devraient prendre du kalium jodatum, ont généralement une sensation constante d'étouffement dans le cou. Il est également très utile pour les inflammations des muqueuses: Voies respiratoires. Rhinopharyngite aiguë et chronique. Acné rosacée. Éruptions cutanées. Orchite chronique Adénite cervicale (lymphe enflée). Acouphène (oreilles qui sonne). Ocena Rhinite atrophique

### **Nr. 16 Lithium chloratum**

Aussi connu sous le nom de Lithium Muriaticum. Dans la nature, le lithium est encore très répandu et est un élément commun dans le monde des plantes. L'ail et l'oignon ont de fortes concentrations de lithium ainsi que la betterave à sucre, les pommes de terre etc...Le lithium est l'un des composants réguliers de notre corps. Les principales applications pour l'utilisation de la biochimie au lithium et au chlore sont les rhumatismes et la goutte, les problèmes nerveux et immunitaires et le métabolisme thyroïdien.





C'est très bon détoxifiant. Son utilisation produit une augmentation de l'excrétion de substances telles que l'acide urique et l'urée. Cela se traduit par la qualité de l'application dans les rhumatismes et la goutte et le psoriasis.

### **No. 17 Manganum sulfuricum**

Le sulfate de manganèse est un stimulant intestinal causé par des problèmes avec le foie et l'excès de bile. Il est également utilisé pour les maux de dents, douleurs sur le côté droit du visage, étendues du même côté de la tête, du cou et de la poitrine ; avec une grande sensibilité au toucher, et une amélioration remarquable par la chaleur locale. Vomissements avec transpiration et diarrhée. Les troubles hépatiques avec des selles avec de grandes quantités de bile. Il agit sur les petites articulations des extrémités telles que les mains, les pieds et l'articulation du genou. Les symptômes tels que l'enflure douloureuse et la raideur des articulations. Il est également très utile dans les maladies cardiaques, en cas de palpitations (plus efficace en combinaison avec les sels de Schussler n ° 2 et n ° 8). Pour les personnes atteintes de psoriasis, avec des phases de tension et de dépression et des tensions psychologiques, cela peut déclencher une attaque. Il agit non seulement sur le niveau de métabolisme des protéines, mais aussi sur le système nerveux. Aide pour

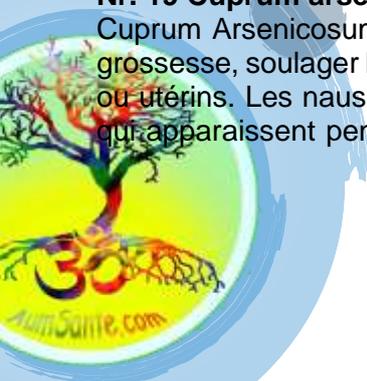
l'humeur, la dépression et l'épuisement mental. Soulage les douleurs dans les yeux ou les maux de tête nerveux. La recherche a révélé que le neurotransmetteur présent dans le cerveau du glutamate peut également présenter des effets toxiques susceptibles de jouer un rôle important dans les maladies telles que la maladie d'Alzheimer. Ces expériences avec le lithium montrent des effets protecteurs contre les changements tissulaires typiques qui se produisent dans la démence. L'équilibre hormonal et le système immunitaire. Peut-être influencé dans l'absorption de l'iode de la thyroïde. Ceci est particulièrement évident dans la thyroïde et nécessite des conseils différenciés. En favorisant l'absorption de la vitamine B12 et de l'acide folique dans les cellules saines du lithium, elle renforce notre système immunitaire et combiné, a un effet inhibiteur sur la croissance de l'herpès persistant et d'autres virus. L'inflammation et la congestion dans la région du rein, de la vessie et des voies urinaires sont d'autres domaines d'application.

### **Nr. 18 Calcium sulfuratum**

Le domaine le plus important du supplément de calcium est le sel de Sulfuratum, son effet détoxifiant contre l'empoisonnement aux métaux lourds, tel que l'amalgame dentaire. Il peut être utilisé en parallèle à une élimination d'amalgame comme dans la thérapie de désintoxication (3 fois par jour 2-6 comprimés). Sulfuratum calcium peut également être utilisé pour les personnes qui sont très maigres avec un grand appétit, mais bien sûr, vérifier au préalable qu'il n'y a pas de maladie interne grave associée à ce symptôme. En outre, la fatigue, la névralgie et les affections rhumatismales peuvent être des symptômes qui peuvent être traités avec du calcium sulfuré. Externe comme appliqué à l'interne peut aider contre les plaies de guérison difficiles et les ulcères. Les varices et les hémorroïdes sont d'autres applications de Calcium Sulfuratum.

### **Nr. 19 Cuprum arsenicosum**

Cuprum Arsenicosum est un remède homéopathique qui peut accompagner les femmes au cours de leur grossesse, soulager les maux mineurs tels que des crampes musculaires et de nombreux troubles gastriques ou utérins. Les nausées, les vomissements, les flatulences et la fatigue sont parmi les nombreux malaises qui apparaissent pendant la grossesse et qui créent des frustrations chez les femmes enceintes. Cuprum





Arsenicum est un remède homéopathique préparé à partir d'arsenic de cuivre, un composé chimique présent sous la forme de poudre gris-vert.

### **Nr 20 Kalium aluminium**

Il a un effet anticonvulsant sur les muscles des organes internes. Par conséquent, il peut être utilisé contre les crampes dans le système digestif et le système respiratoire. Kalium aluminium sulfuricum soulage la toux et la toux spasmodique. Kalium aluminium sulfuricum peut également être administré en case de flatulences et de coliques dans le système digestif et pour traiter la peau sèche et les muqueuses.

Il s'utilise dans de nombreux cas, parce que l'aluminium Kalium est adapté au traitement du vieillissement cutané et pour soulager la dermatite atopique, l'eczéma et d'autres problèmes associés à une peau sèche. L'action contre la sécheresse des muqueuses peut également être observée dans la constriction active Kalium aluminium sulfuricum pour la constipation. Les personnes âgées en particulier souffrent souvent de constipation due au manque de liquide. Par conséquent, non seulement ce sel régule l'équilibre des liquides et compense la déshydratation, et aide également contre la constipation.

En outre, Kalium aluminium sulfuricum agit contre l'inflammation articulaire, en particulier le gonflement inflammatoire du genou. Il est également utilisé comme composant des barres déodorantes, car il a un fort effet antibactérien.

### **Nr. 21 Zincum chloratum**

Aussi connu sous le nom de Zincum Muriaticum. Le zinc est un oligo-élément important dans le corps. Par conséquent, une carence en zinc, affecte le système immunitaire et affecte la guérison des plaies. Le zinc devrait être inclus régulièrement dans l'alimentation quand il y a un manque. L'ajout de sel Zincum chloratum peut être appliqué, afin de stimuler le corps à absorber le zinc. Zincum chloratum devrait aider à renforcer le système immunitaire et réduire la possibilité d'infection. Il va également "aider" la peau à guérir les plaies. Par conséquent, il peut être utilisé si vous avez des plaies qui ne guérissent pas pendant une période prolongée. Zincum chloratum est également approprié pour le traitement de l'inflammation des muqueuses de toutes sortes, par exemple, dans les infections des voies respiratoires. Vous pouvez également utiliser Zincum chloratum avec des problèmes de système nerveux. Par conséquent, il aidera avec des maux de tête, une faiblesse nerveuse et des sautes d'humeur.

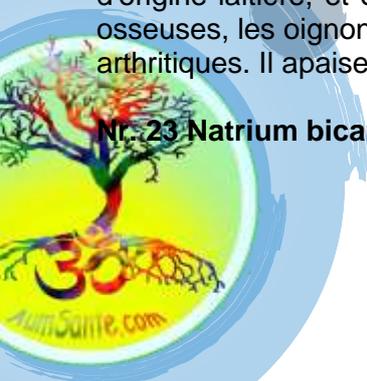
### **Nr. 22 Calcium carbonicum**

Notre corps a besoin de calcium pour bien fonctionner, car plusieurs composés essentiels sont produits lorsque le calcium est combiné avec les protéines du corps. Hahnemann l'a testé et a publié ses résultats dans le livre Chronic Diseases (1821 - 34).

Nom commun: carbonate de calcium, coquille d'huître, nacre. Le calcium carbonique est séparé par des huîtres entre les couches interne et externe de leurs coquilles, que nous appelons normalement nacre.

Calcium carbonicum est très positif pour les personnes timides, calmes, placides, contemplatives et sensibles. Il est joué un rôle important pour traiter les symptômes tels que craintes et angoisses (elles peuvent conduire à un comportement obsessionnel), sécrétion de fortes odeurs, sensibilité au froid, l'aversion pour les produits d'origine laitière, et ont besoin de manger des aliments sucrés. Il soulage le mal de dos, les excruciantes osseuses, les oignons (hallus valgus) ou les douleurs articulaires, possiblement causées par des conditions arthritiques. Il apaise les maux de tête, et les vertiges.

### **Nr. 23 Natrium bicarbonicum**





Le bicarbonate de sodium qui agit sur notre corps et comme tous les sels de Schussler, il régule l'effet sur les fonctions métaboliques et physiologiques. Dans les maladies aiguës sévères telles que la gastrite d'hyperacidité, il peut également être utilisé en alternance avec le sel n°23 de Schussler - ce qui n'est pas en contradiction avec la théorie du Dr Schussler. Le bicarbonate de sodium a un effet neutralisant sur les acides nocifs, tels que l'acide urique. Dans la biochimie de Schussler, le bicarbonate de sodium est utilisé, principalement dans les troubles digestifs, les maladies des articulations et de la peau. Le spectre d'action de ce sel a des parallèles avec le phosphate de sodium (n° 9) et peut être utilisé s'il ne fonctionne pas de manière satisfaisante. Il y a des patients qui répondent très bien à ce supplément.

Le sel soulage l'anémie, les effets de l'alcool (nombre alternatif 21 Zincum chloratum D6), la perte d'appétit, les problèmes circulatoires avec les pieds froids et pieds enflés, les troubles du métabolisme des lipides, irritation de la muqueuse gastro-intestinale. Quand il y a des picotements, un manque de suc gastrique (hypoacidité), des brûlures d'estomac, une régurgitation acide, un gonflement après des repas lourds, des flatulences et des ballonnements. Ce sel est contenu dans le pancréas, bien sûr - de sorte qu'il peut expliquer les effets bénéfiques de celui-ci sur les troubles digestifs. Prenez immédiatement si cela se Produit.

#### **Nr. 24 Arsenum jodatatum**

La physionomie de la personne typique qui semble avoir besoin de l'Arsenum jodatatum a une joue mince, faible et enfoncée. En raison de l'épuisement permanent, elle a plusieurs problèmes de santé. Les symptômes typiques incluent l'inflammation des organes respiratoires, les problèmes digestifs et l'inflammation de la peau. Souvent aussi accompagné d'un dysfonctionnement de la glande thyroïde. Arsenum jodatatum peut également être utilisé pour les symptômes de la ménopause tels que les bouffées de chaleur et les sueurs nocturnes.

#### **Nr. 25 Aurum chloratum natronatum**

L'ajout de sel Aurum chloratum natronatum (ou Aurum Muriaticum) est utilisé pour tous les types de métabolismes dans le corps humain. Ceci est dérivé du fait que Aurum chloratum natronatum agit sur la glande pinéale. C'est l'hormone mélatonine qui provient de la glande pinéale et qui régule les états de veille et le rythme du sommeil. Par conséquent, Aurum chloratum natronatum est utilisé pour dormir et somnambuler. De plus, le cycle menstruel féminin est influencé par Aurum chloratum natronatum.

#### **Nr. 26 Sélénium**

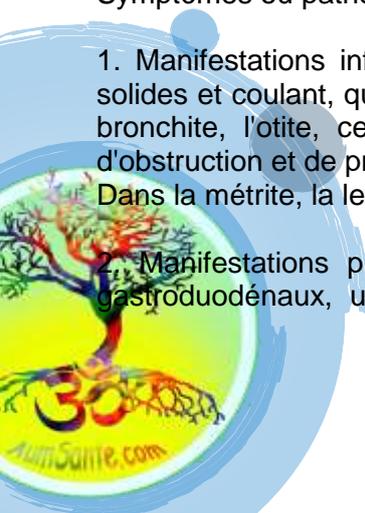
L'ajout de sel de sélénium n'est en fait pas un sel, mais un élément chimique. Cependant, l'élément sélénium est un oligo-élément essentiel pour le corps humain. Il sert d'agent cytoprotecteur, puisqu'il protège les cellules du corps contre les radicaux libres et donc de destruction. On peut parler d'un effet antioxydant. Le sélénium est compatible avec le foie dans son travail de désintoxication et favorise donc l'élimination des toxines. Le sel de sélénium Schussler favorise l'absorption de l'élément sélénium, et peut donc éviter les problèmes de carence en sélénium. On peut prendre du sélénium pour la prévention du cancer. En outre, pour arrêter de fumer et d'autres mesures de désintoxication, le sélénium est indiqué. Le sélénium peut également accompagner le traitement du diabète. Il agit contre l'athérosclérose et peut être utilisé comme agent préventif contre la thrombose.

#### **Nr. 27 Kalium bichromicum**

Symptômes ou pathogenèse de Kalium Bichromicum:

1. Manifestations inflammatoires importantes avec des sécrétions muqueuses abondantes, visqueuses, solides et coulant, qui ressemble à de la gelée et à du mucus jaunâtre (rhinite mucopurulenta, la sinusite, la bronchite, l'otite, cervicite, endométrite). La rhinite et la sinusite se manifestent par une impression d'obstruction et de pression à la racine du nez, suivi d'un écoulement nasal purulent, souvent avec du sang. Dans la métrite, la leucorrhée est abondante, jaunâtre et fluide.

2. Manifestations profondes ulcéreuses avec des bords réguliers (ulcère gastrique ou frontière francs gastroduodénaux, ulcère croquants, variqueuses, aphtose buccale, colite angine pharyngée, cervicite





ulcéreuse, brûlure du troisième degré). L'ulcère gastrique se caractérise par des sensations de brûlure dans la région de l'estomac, avec sensation de lourdeur parfois post-prandial, des nausées, des vomissements jaunâtres. Et souvent, ces manifestations sont accompagnées du désir de boire de la bière, même si elle est mal tolérée. 3. Manifestations rhumatismales Pinpoint douleurs erratiques, apparition soudaine et la disparition. La céphalée ponctuée suorbitale est caractéristique et précédée de troubles visuels. La sciatique gauche est améliorée avec le mouvement et le membre fléchi. Kalium est particulièrement indiquée dans coccygodynie composé en position assise, les falalgias, tendinite.

4. Manifestations cutanées: impétigo, les maçons d'eczéma (dichromate de potassium est un constituant de ciment). Symptômes généraux de Kalium Bichromicum: Le remède et catarrhe manifestations inflammatoires au niveau ulcéreux des voies respiratoires, des muqueuses digestives et génito-urinaire. Kalium Bichromicum: Aggravation: avec l'hiver froid, avec de la bière (l'ulcère est aggravée par la consommation de bière); avec mouvement, sauf avec les douleurs de la sciatique.

Source [www.kinepharma.es](http://www.kinepharma.es) - Descriptif Laboratoire Adler Pharma



## Materia Medica (Homéopathie)





### 3. Interprétation des dilutions (Homéopathie) :

Méthode de Dilution	Niveau	Les problèmes se présentent à :
D*	Problèmes matériels	Production, état de la maladie, ventes.
C**	Problèmes d'ordre mental	Communication, Planification, Opérations, Motivation.
LM***	Problèmes psychologiques	Image, Vision, prendre les bonnes décisions, créativité, intuition.

Dilution	Interprétation
1-60, I,II, III, IV, VI, VIII, XII, XV, XVLLL, XXX, LX ****	Action incorrecte
100-400, C, CC, CD****	Pensée incorrecte
1000-2000, M, MM****	Mauvais mode de vie, manque de confiance
10 000, 50 000, 100 000	Thème de vie
1E6 (1000000 )	Problèmes karmiques
1E12 (10000000000000)	Soucis parentaux
1E24 (1000000000000000...)	Soucis avec les Grands Parents
1E36 (10000000000000000...)	Soucis avec les ancêtres

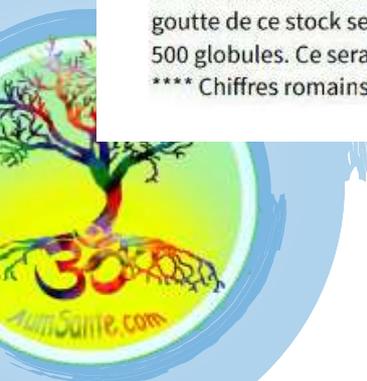
\* Les **DH** ou **X** sont des décimales. Si l'on prend un volume de TM que l'on dilue et secoue dans 10 volumes, on obtiendra une 1 DH. Les DH sont très utilisées en Allemagne et par les complexistes (ceux qui préconisent les mélanges homéopathiques). Elle peut être utile seule dans une maladie grave comme le diabète, car le niveau de santé est tellement abaissé que cela suffira pour déclencher un début de réaction.

\*\* Les **CH** sont les centésimales, soit un volume dilué et dynamisé 100 fois dans 100 volumes correspond à 1 CH. En prenant un volume de 1 CH redilué et dynamisé dans 100 volumes d'alcool ou de sucre, on obtient une 2 CH.

\*\*\* Les **LM** sont utilisées pour la dose liquide, et sont d'apparition récente, car Hahnemann les décrira seulement à partir de la 6<sup>ème</sup> édition de l'Organon, la dernière, longtemps méconnue. Elles sont plus spécifiquement adaptées aux maladies chroniques. Un minuscule globule de 3 CH est dilué dans 100 gouttes d'alcool et 400 gouttes d'eau. Une goutte de tout ceci est mélangée à 2 ml d'alcool et secoué 100 fois. 1 goutte de ce stock servira à imprégner 500 globules. Ce sera une LM 1.

\*\*\*\* Chiffres romains :

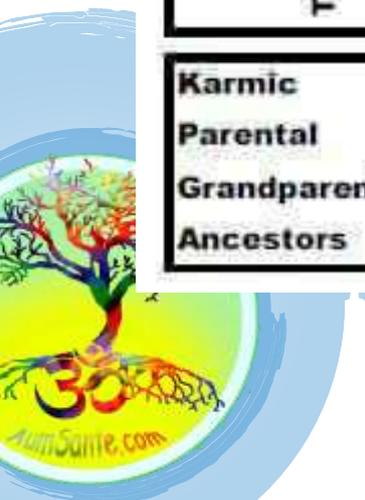
1	I	11	XI	21	XXI	31	XXXI	41	XL
2	II	12	XII	22	XXII	32	XXXII	42	XLII
3	III	13	XIII	23	XXIII	33	XXXIII	43	XLIII
4	IV	14	XIV	24	XXIV	34	XXXIV	44	XLIV
5	V	15	XV	25	XXV	35	XXXV	45	XLV
6	VI	16	XVI	26	XXVI	36	XXXVI	46	XLVI
7	VII	17	XVII	27	XXVII	37	XXXVII	47	XLVII
8	VIII	18	XVIII	28	XXVIII	38	XXXVIII	48	XLVIII
9	IX	19	XIX	29	XXIX	39	XXXIX	49	XLIX
10	X	20	XX	30	XXX	40	XL	50	L
51	LI	61	LXI	71	LXXI	81	LXXXI	91	XC
52	LII	62	LXII	72	LXXII	82	LXXXII	92	XCII
53	LIII	63	LXIII	73	LXXIII	83	LXXXIII	93	XCIII
54	LIV	64	LXIV	74	LXXIV	84	LXXXIV	94	XCIV
55	LV	65	LXV	75	LXXV	85	LXXXV	95	XCV
56	LVI	66	LXVI	76	LXXVI	86	LXXXVI	96	XCVI
57	LVII	67	LXVII	77	LXXVII	87	LXXXVII	97	XCVII
58	LVIII	68	LXVIII	78	LXXVIII	88	LXXXVIII	98	XCVIII
59	LIX	69	LXIX	79	LXXIX	89	LXXXIX	99	XCIX
60	LX	70	LXX	80	LXXX	90	XC	100	C
		D	500	M	1000				





**LIST OF POTENCIES**

	<b>D - PHYSICAL</b>	<b>C - MENTAL/EMOTIONAL</b>	<b>LM - SPIRITUAL</b>
<b>WRONG ACTING</b>	D 1	C 1	LM I
	D 2	C 2	LM II
	D 3	C 3	LM III
	D 4	C 4	LM IV
	D 6	C 6	LM VI
	D 8	C 8	LM VIII
	D 12	C 12	LM XII
	D 15	C 15	LM XV
	D 18	C 18	LM XVIII
	D 23	C 23	LM XXIII
	D 24	C 24	LM XXIV
	D 30	C 30	LM XXX
	D 60	C 60	LM LX
<b>WRONG THINKING</b>	D 100	C 100	LM C
	D 200	C 200	LM CC
	D 400	C 400	LM CD
<b>WRONG LIFESTYLE, MISSING TRUST</b>	D 1,000	C 1000	LM M
	D 2,000	C 2000	LM MM
<b>LIFE THEME</b>	D 10,000	C 10,000	LM 10,000
	D 50,000	C 50,000	LM 50,000
	D 100,000	C 100,000	LM 100,000
<b>Karmic</b>	D 1E6	C 1E6	LM 1E6
<b>Parental</b>	D 1E12	C 1E12	LM 1E12
<b>Grandparents</b>	D 1E24	C 1E24	LM 1E24
<b>Ancestors</b>	D 1E36	C 1E36	LM 1E36





## **ANALYSE DES COULEURS - SCAN CHAKRA**

**Même couleur que le chakra**

Energie harmonisée au sein du chakra, le message est de nature positive.

**Contient la couleur du chakra, mais pas que**

Harmonisation de l'énergie en cours, indication sur ce processus .

**Couleur d'un autre chakra**

L'énergie n'est pas harmonisée, indication de la source du problème

**Turquoise**

Prêt à démarrer le processus d'harmonisation, message encourageant

**Noir**

Résistance sur un des sujets du chakra en question, il faut se questionner

**WHITE**

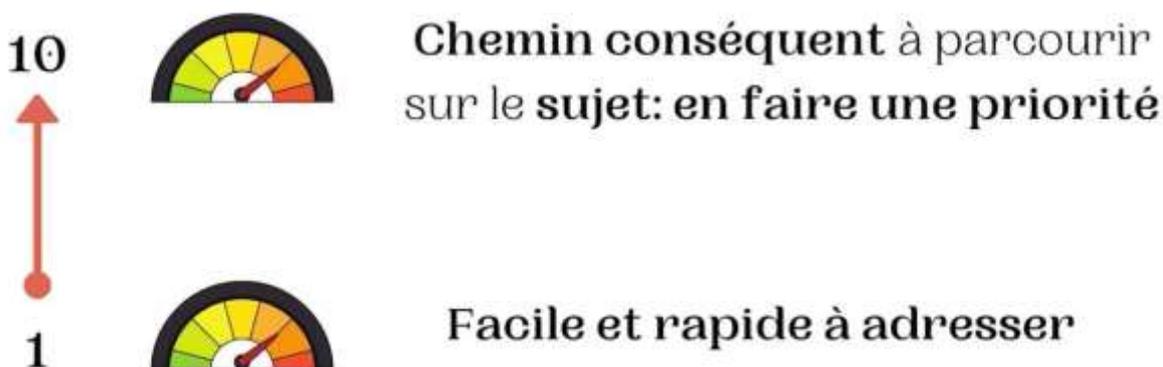
Un des sujets du chakra en question n'est pas adressé, il faut se questionner





## **INTENSITE DE L'ENERGIE**

**= NIVEAU DE PRÉSENCE DE L'ENERGIE DANS LE CHAKRA**  
**= NIVEAU D'EFFORT À FOURNIR POUR TRANSMUTER / RELACHER**



## **NIVEAU DE DILUTION (1/3)**

**= LOCALISATION DE L'ENERGIE DANS L'ANATOMIE SUBTILE**  
**= SAVOIR COMMENT ADRESSER LE SUJET**

LM	<b>Mental &amp; Spirituel</b> Basé sur système de croyance erroné
C	<b>Emotionnel</b> Charge émotionnelle non exprimée
D	<b>Physique</b> Très ancré > longtemps réprimé (années)





### **NIVEAU DE DILUTION (2/3)**

**= LOCALISATION DE L'ENERGIE DANS L'ANATOMIE SUBTILE**  
**= SAVOIR COMMENT ADRESSER LE SUJET**

1 - 60 I - LX	Incohérence dans l'action
100 - 400 C - CD	Incohérence dans les pensées
1000 2000 M - MM	Incohérence dans le style de vie adopté. Manque de confiance.
10 000 - 100 000	Incohérence dans le thème de vie

### **NIVEAU DE DILUTION (3/3)**

**= LOCALISATION DE L'ENERGIE DANS L'ANATOMIE SUBTILE**  
**= SAVOIR COMMENT ADRESSER LE SUJET**

1E6	Karmique = provient d'une autre incarnation
1E12	Familial = Hérité des parents
1E24	Familial = Hérité des grand parents
1E36	Ancestral = Hérité des ancêtres



## Guide sur les CHAKRAS

### L'IMPORTANCE DES CHAKRAS

Tel un train qui parcourt notre corps, notre énergie doit, d'après la médecine traditionnelle indienne, passer par des points cruciaux, qui sont censés centraliser et relier entre elles les différentes zones du corps.

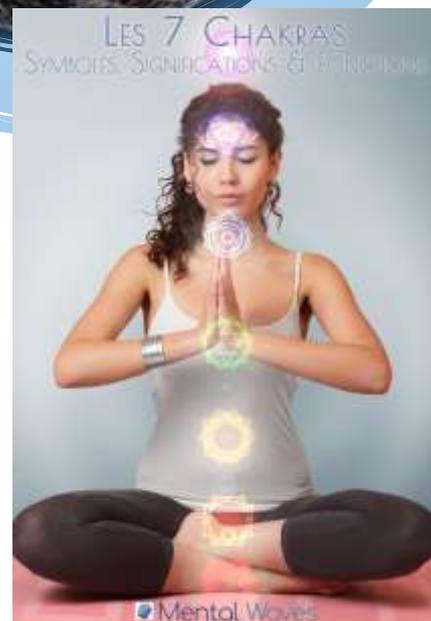
Ces points de la médecine indienne, visualisés par des sortes de roues, sont des Chakras, qui sont, pour les principaux, au nombre de 7, mais beaucoup de textes anciens en dénombrent plus de 88 000 sur tout le corps humain.

Ils sont disposés tout le long de notre corps, du bas du ventre, jusqu'au sommet de la tête, se disposant le long d'une ligne qui suit la colonne vertébrale.

Si l'un d'eux est perturbé, c'est tout l'équilibre de notre corps qui peut en pâtir.

C'est sur ce postulat que la médecine traditionnelle indienne préconise de travailler sur ces différents Chakras, afin de se libérer d'un stress chronique, d'une dépression, ou de tout autre mal incommode.

Agir préventivement sur les Chakras est un des meilleurs moyens d'éviter un encrassement, et donc une maladie. Il est également possible de travailler ses Chakras alors qu'ils sont déjà partiellement ou complètement bouchés.



### LES 7 CERCLES INVISIBLES



Le terme de Chakra vient du vieux sanskrit, qui veut dire « roue », ou « cercle ».

Les Chakras, généralement représentés sous forme de ronds, ou de cercles, représentent nos centres énergétiques.

La médecine qui les a utilisés en premier date de plus de 5000 ans

On parle objectivement de Chakras qu'à travers la médecine indienne, mais d'autres pratiques reconnaissent leur existence, comme l'acupuncture chinoise.

Le Chakra le plus connu dans notre société est celui du plexus solaire, situé sous la cage thoracique, là où les côtes rejoignent le sternum.

L'énergie circulant à travers les Chakras se diffuse par le bas du corps, en remontant progressivement le long de canaux invisibles, et passant de Chakras en Chakras, jusqu'au dernier, qui est situé au sommet de la tête.

Les chakras, de par leur faculté de mouvement pouvant aller grandissant ou rétrécissant, vont affecter toutes les sphères de votre vie et ce, aussi bien physique qu'émotive.





## LE 1er CHAKRA (MULADHARA) : LE CHAKRA RACINE

Position : plexus pelvien (périnée)

Couleur : Rouge

Élément : Terre

Représentation : Lotus à 4 pétales

Vertus associées : survie, force, réalisation, vitalité, sécurité, stabilité, calme, courage

Le chakra Muladhara, le chakra racine vous unissant avec l'énergie de la Terre, est primordial puisqu'il puise son énergie vers l'extérieur pour en faire bénéficier l'intérieur. Il est relié aux glandes surrénales, à la vessie, aux organes sexuels, et à la circulation du sang dans les membres inférieurs.

C'est ce chakra qui influence la température de votre corps, votre énergie globale, et vos fonctions d'auto-préservation via les glandes adrénalines. C'est aussi lui qui vous unit avec le monde matériel et ce qui concerne l'argent de près ou de loin.

Puisqu'il est associé à la survie, ce chakra est responsable des sentiments profondément ancrés d'insécurité, d'instabilité et de peur. Il est celui qui reflète votre relation avec la terre, votre situation par rapport à celle-ci, et s'il est bien nourri, il est aussi celui qui vous donne votre force et votre capacité à affronter les obstacles de la vie.

**Maux et/ou troubles liés à un dérèglement du Chakra Racine :**

Problèmes intestinaux, (constipation, diarrhée), hémorroïdes, maladies des articulations, ostéoporose, crampes, problèmes veineux, hypertension, stress, allergies.

**Le Chakra Racine doit être réharmonisé lorsque l'on ressent :**

- Manque de confiance en soi
- Perte de l'estime de soi
- Mal dans sa peau
- Peur de l'avenir
- Dépassé par les difficultés du quotidien
- Perte d'énergie
- Problèmes intestinaux et digestifs
- Douleurs lombaires, sciatique
- Frissons, sensation de froid dans les extrémités du corps





## LE 2ème CHAKRA (SVADHISTHANA) : LE CHAKRA SACRE

Position : Entre symphyse pubienne et nombril Couleur : Orange

Élément : Eau

Représentation : Lotus à 6 pétales

Vertus associées : sexualité, dynamisme, joie, enthousiasme, franchise, créativité

Le chakra Svadhisthana, Hana voulant désigner ce qui est sacré, est appelé ainsi puisqu'il se trouve au centre des énergies vitales; c'est pourquoi une respiration profonde est conseillée afin d'activer ce chakra étant également relié aux organes sexuels ainsi qu'au bas du corps.

Lorsque les besoins primaires du 1er chakra sont installés, Svadhisthana entraîne votre conscience des désirs pouvant devenir source de plaisir tel la sensualité, l'appétit ou autre.

Un mauvais contrôle de Svadhisthana sera responsable de votre ennui et de votre vision négative du sens profond de la vie. En cas de stimulation trop intense, ce chakra vous poussera dans une sexualité disproportionnée. Lorsque ce chakra est bien nourri et stimulé, vous aurez un sentiment de joie constant et trouverez un sens profond à ce qui vous entoure.

Maux et/ou troubles liés à un dérèglement du Chakra Sacré :

Dérèglement du cycle menstruel, cystites, maladies de la prostate et de la vessie, impuissance, inflammation testiculaire, candidoses, calculs rénaux, douleurs aux hanches, maladies de la peau.

Le Chakra Sacré doit être réharmonisé lorsque l'on ressent :

- Mélancolie
- Perte de la libido
- Pessimisme
- Difficulté à prendre de la hauteur
- Des attentes trop fortes envers soi-même et les autres
- Manque de créativité
- Jalousie, possessivité
- Troubles ou comportement obsessionnels.





## LE 3ème CHAKRA (MANIPURA) : LE CHAKRA SOLAIRE

Position : Plexus solaire (creux de l'estomac) Couleur : Jaune

Élément : Feu

Représentation : Lotus à 10 pétales

Vertus associées : pouvoir, influence, détermination, sang-froid, énergie, paix intérieure, clarté

Le plexus solaire étant le centre de triage et répartition des énergies, Manipura a une fonction très particulière associée à un niveau de conscience supérieur.

Relié à plusieurs organes dont l'estomac, le foie et l'important système nerveux, ce chakra se trouve intensément affecté par les situations étant particulièrement stressantes et / ou émouvantes. Il est donc déterminant dans votre relation avec la paix intérieure.

Manipura crée en vous cette perception claire de vos capacités générales. Il est le chakra vous laissant savoir ce que vous voulez, ce que vous pouvez, apportant en vous cette détermination et ce courage d'aller de l'avant.

S'il est sous-développé, Manipura vous fera sentir faible, sans énergie, il dispersera vos pensées et vous aurez l'impression d'être perdu. Un contrôle important sur ce chakra est nécessaire pour devenir maître de vos actions et vous débarrasser de mauvaises habitudes.

Il est également le responsable de votre organisation, de votre bonne orientation au niveau de la vie, et de votre énergie de chaque jour.

Maux et/ou troubles liés à un dérèglement du Chakra Solaire :

Problèmes gastriques, problèmes digestifs, nausée, vomissement, troubles nerveux, stress, anxiété, diabète, problème de poids (boulimie, anorexie)

Le Chakra Solaire doit être réharmonisé lorsque l'on ressent :

- Impossibilité à exprimer ses sentiments
- Manque d'autorité, difficulté à s'affirmer
- Susceptibilité,
- Difficulté à atteindre ses objectifs
- Impulsivité ou agressivité
- Trouble du sommeil ou cauchemars
- Peurs et craintes injustifiées
- Addiction ou dépendance (nourriture, alcool, tabac...)





## LE 4ème CHAKRA (ANAHATA) : LE CHAKRA DU CŒUR

Position : Plexus cardiaque (sternum, cœur) Couleur : Vert

Élément : Air

Représentation : Lotus à 12 pétales

Vertus associées : Amour, harmonie, pardon, compassion, ouverture, transformation

Anahata, le chakra du cœur, travaille avec Manipura sur le triage des énergies, pouvant les étouffer ou leur faire prendre des proportions démesurées ce qui peut gravement affecter vos relations avec les autres.

Relié au système circulatoire, au cœur et aux poumons, il représente alors un chakra vital dont l'entretien, souvent difficile, est nécessaire.

En contact constant avec vos émotions les plus incomprises, et fidèle serviteur de votre capacité de toucher les autres, il est le chakra dont la force insoupçonnée vous permet de vous ouvrir au monde qui vous entoure.

Dans le cas où il n'est pas assez stimulé, Anahata peut avoir des répercussions très graves sur votre comportement tel un repli émotionnel entraînant de sévères problèmes de communication ou, au contraire, une impression d'amour incontrôlée s'enchaînant avec une sexualité débridée.

Il est donc bien important de veiller à avoir une bonne relation avec ce chakra. Vous vous sentirez bien avec votre corps et votre esprit, bien dans votre entourage, et développerez un fort sentiment de compassion qui déclenchera la roue du bien-être.

Maux et/ou troubles liés à un dérèglement du Chakra du Cœur :

Problème de tension artérielle, arythmie, inflammation pulmonaire, asthme, angine, allergies, douleurs aux membres supérieurs, rhumatismes, maladies de peau.

Le Chakra du Cœur doit être réharmonisé lorsque l'on ressent :

- Isolement, difficulté à communiquer
- Peur d'être exposé, mal à l'aise en société
- Fort sentiment d'incompréhension (partenaire, amis, famille, collègues)
- Besoin d'un retour aux sources (la nature, les animaux)
- Fatigue chronique
- Être entouré de gens nous épuise
- Trouble de la sexualité, désinhibition





## LE 5ème CHAKRA (VISHUDDHA) : LE CHAKRA DE LA GORGE

Position : Plexus carotidien (creux de la gorge) Couleur : Bleu

Elément : Ether

Représentation : Lotus à 16 pétales

Vertus associées : communication, indépendance, inspiration, sagesse, confiance, liberté

Situé au niveau de la gorge et considéré comme le chakra sommet reliant les niveaux inférieurs et faisant le lien avec les chakras du niveau supérieur, Vishuddha est relié aux poumons, aux bronches, aux cordes vocales, au système lymphatique et à la glande thyroïde.

Il est responsable de votre capacité de communiquer, de créer, puis aussi celle de s'affirmer dans le monde et de traduire vos perceptions subtiles responsables de vos pressentiments.

Responsable de votre capacité de communiquer avec les autres, mais aussi de communiquer votre Moi profond, votre personnalité; si Vishuddha ne reçoit pas une bonne stimulation, votre façon de vous exprimer sera affectée et vous ne serez pas en mesure de vous représenter tel que vous êtes et ce, ni avec la parole, ni avec l'art.

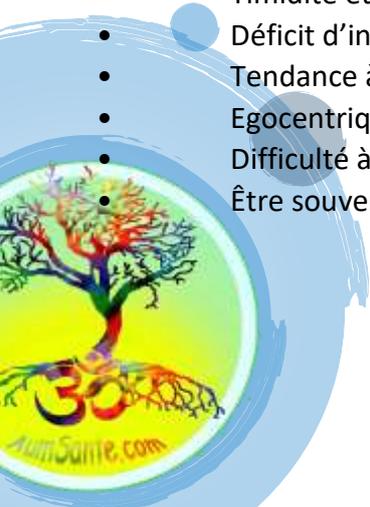
Lorsque vous posez des gestes qui ne vous ressemblent pas, c'est parce que votre chakra Vishuddha manque de contrôle. Dans le cas inverse, les résultats positifs se traduiront par une cohérence au niveau de ce que vous êtes et de ce que vous projetez, et par une créativité allant également dans le sens de votre Moi profond.

Maux et/ou troubles liés à un dérèglement du Chakra de la Gorge :

Problème de thyroïde, maux de gorge, douleurs dentaires, aphtes, gingivites, difficulté à parler, bégaiement, contractures à la nuque et aux épaules.

Le Chakra de la Gorge doit être réharmonisé lorsque l'on ressent :

- Difficultés à s'exprimer clairement, mauvaise articulation
- Timidité et manque d'assurance
- Déficit d'inspiration et de créativité
- Tendance à vouloir manipuler son entourage
- Egocentrique
- Difficulté à assumer ses actes
- Être souvent dans le déni ou le mensonge





## LE 6ème CHAKRA (AJNA) : LE CHAKRA du 3ème OËIL

Position : Glande pinéale (entre les sourcils) Couleur : Indigo

Élément : Esprit

Représentation : Lotus à 96 pétales

Vertus associées : vision, intuition, clairvoyance, perception, imagination, lucidité, intelligence

Le fameux chakra du troisième œil a la lourde responsabilité d'activer les autres chakras principaux ; c'est pourquoi certains le considère alors comme le chakra essentiel.

Ajna est lié à au nez, aux oreilles, au système nerveux supérieur et aux fonctions cérébrales antérieures. C'est grâce à lui que vous pouvez renforcer vos capacités créatives, votre conscience de lucidité et même votre contact avec ce qui n'est pas visible.

Alors que Vishuddha vous permet d'accéder à ce monde nouveau qu'est la sensibilité de l'imaginaire, Ajna, le chakra du 3ème œil, vous ancre dans ce monde en vous donnant la capacité de jugement qu'il vous fallait. L'intelligence est étroitement liée au bon fonctionnement de ce chakra.

Dans le cas d'une mauvaise stimulation ou contrôle, Ajna bloque vos perceptions et alors, vous aurez énormément de mal à vous situer par rapport à l'extérieur parce qu'il est le foyer où tous ces éléments se combinent afin de vous donner une vision globale de vous-même.

Il est donc crucial d'être centré sur ce chakra pour ne pas se sentir désorienté dans la vie, pour être à l'affût des situations extérieures et savoir répondre en conséquence, mais surtout, pour laisser l'intuition naître en vous et ainsi, vous accompagner dans votre propre évolution.

Maux et/ou troubles liés à un dérèglement du Chakra du 3ème Oeil :

Migraines, douleurs oculaires, trouble visuel, perte de l'audition, inflammation des muqueuses, problèmes neurologiques et psychiques, difficultés de concentration et d'apprentissage.

Le Chakra du 3ème Oeil doit être réharmonisé lorsque l'on ressent :

- Déprime, mélancolie, mauvaise humeur
- Difficulté à trouver du sens à la vie
- Impossibilité à lâcher-prise
- Du mal à croire en nous et en notre intuition
- Désorientation spirituelle
- Soif d'éveil et de connaissance
- Difficulté à prendre des décisions





## LE 7ème CHAKRA (SAHASRARA) : LE CHAKRA CORONAL

Position : Plexus cérébral (sommet de la tête) Couleur : Violet

Élément : Vibration

Représentation : Lotus à 1000 pétales

Vertus associées : perfection, compréhension, unité, éveil, conscience universelle, illumination

Particulier puisqu'il est le seul chakra à échapper au corps physique de l'être humain, Sahasrara est tout de même responsable de la partie cérébrale postérieure.

Situé très exactement au sommet de la tête et s'ouvrant vers l'extérieur, il est le chakra de l'éveil spirituel, de la méditation; le chakra vous unissant avec l'Univers, l'infini. Celui qui vous rapproche de vous-même en tant que partie d'un tout.

Sahasrara est le chakra dominant votre bien-être mental et vous permettant de vous réaliser complètement. Toutes techniques de méditation ou de yoga ont été créées dans l'optique d'amener l'esprit dans ce chakra et de lui permettre l'Illumination.

Que vous soyez une personne spirituelle ou pas, vous avez de l'énergie circulant dans ce chakra, comme dans tous les autres.

D'ailleurs, le chakra couronne possède la plus haute fréquence énergétique du corps et ce, d'une façon croissante d'après le niveau d'exercices et d'acceptation de la spiritualité.

Maux et/ou troubles liés à un dérèglement du Chakra Coronal :

Maux de tête, maladies chroniques, déficit du système immunitaire, troubles de la mémoire, insomnies, cauchemars.

Le Chakra Coronal doit être réharmonisé lorsque l'on ressent :

- Etat dépressif
- Perte de tonus, faiblesse musculaire
- Sensation de solitude
- Fatalisme
- Besoin s'ouvrir à des mondes supérieurs
- En quête de force de la sagesse
- Désir de reconnexion profonde





## SIGNIFICATION YI KING

### Manuel chinois plus communément nommé « Classique des changements »

Ce traité occupe une place essentielle dans la pensée chinoise. Connu pour l'influence des oracles, il est une référence dans la prise de décisions. Consulté pour nous aiguiller, l'individu tire des « hexagrammes » ou symboles représentés par des traits yin et yang. Il est souvent utilisé en thérapie pour parvenir à une meilleure connaissance de soi.

Le Yi King, le plus ancien livre chinois (vieux de 3 500 ans) est un oracle, mais il ne sert pas à prédire l'avenir : il donne des indications sur le présent et aide à la prise de décision. Sans être une méthode thérapeutique, on peut donc s'en servir comme un outil de connaissance de soi. D'ailleurs, certains thérapeutes commencent à l'utiliser, en séances, comme outil d'appoint.

A la base du Yi King, un grand principe chinois. Selon la philosophie taoïste, l'univers est régi par deux forces fondamentales opposées et complémentaires : le féminin (yin) et le masculin (yang). Un hexagramme représente ainsi les forces yin et yang d'un moment particulier de notre vie : « Ce sont des "lignes de force", des lignes d'énergie, explique Pierre Faure. Certaines proposent des choix positifs ; d'autres mènent à des impasses. Faire un tirage du Yi King, c'est comme prendre une photo des principes énergétiques de la situation où l'on se trouve. »

**Poser la bonne question**  
Avant de tirer le Yi King, il faut poser une question dont la formulation est essentielle. « Je demande toujours à la personne de m'expliquer son problème en donnant le plus de détails possible, explique Pierre Faure. Cela permet de connaître tous les paramètres de la situation pour construire une question cohérente. Il m'est arrivé parfois de passer les trois quarts d'une séance à déterminer la phrase la plus adéquate ! » A exclure, toutes les demandes divinatoires du style : mon mari va-t-il revenir ? Vais-je réussir cet examen, obtenir ce contrat ? etc. Il faut être acteur de son questionnement : quelle attitude dois-je avoir envers mon mari, pour réussir cet examen, obtenir ce contrat ? Lorsque l'hexagramme apparaît, le consultant se réfère à sa signification : « Je fais des rapprochements entre le texte chinois et la problématique de la personne, explique Pierre Faure. Ensuite, nous engageons un dialogue autour des symboles qui lui parlent. » Car le Yi King en contient une multitude : couleurs, animaux, personnages, etc. **Un même hexagramme a donc plusieurs interprétations possibles.** Exemple, Tsing (le puits) : « On peut changer la ville, mais on ne peut pas changer le puits. » Pour l'un, cela signifiera qu'il doit puiser ses ressources en lui ; pour l'autre, qu'il doit entreprendre un travail sur sa relation corps-esprit, à l'image du puits qui relie le ciel et la terre.

### Un langage symbolique

Pour un Occidental non initié, le langage semble obscur. Pourtant, un peu d'entraînement et une ouverture d'esprit sur d'autres systèmes de pensée suffisent.





## **1- ELAN CREATIF**

Energie créatrice, forte capacité d'initialisation dans une situation féconde ; Tenir avec constance est favorable.

CONSEIL : Avoir conscience de ses limites permet de résister à la fatigue,

## **2 ELAN RECEPTIF**

Energie accueillante permettant la matérialisation des choses.

CONSEIL : recueillir sans restriction et avec bienveillance permet d'apporter Uniformément son appui

## **3 DIFFICULTE INITIALE**

Difficulté de début difficile car emmêlé.

CONSEIL : démêler l'essentiel de l'accessoire permet de hiérarchiser les priorités et de s'appuyer sur elles pour définir un plan d'action.

## **4 JEUNE FOU**

Initiation et éducation par une transmission éclairée : l'inexpérience est porteuse de potentiel.

CONSEIL : assumer l'élan prometteur qui jaillit tout en acceptant les contraintes de l'apprentissage ; ne pas contester ni refuser les règles.

## **5 ATTENDRE**

Apprendre à attendre. Confrontation à une situation sur laquelle il y a peu de prise

CONSEIL : savoir utiliser l'attente pleine de promesses d'une façon décontractée conviviale et ouverte sur l'extérieur - en profiter pour se renforcer.

## **6 PLAIDER SA CAUSE**

Règlement d'une situation de conflit où les protagonistes sont partie prenante.

CONSEIL : ne pas rester sur ses rigidités et rechercher activement la concorde pour quitter cette situation litigieuse de circonstance et laisser place au neuf.





## **7 ARMEE**

Situation de mobilisation défensive grâce aux énergies rassemblées et à l'autodiscipline.

CONSEIL : intégrer et accepter ce qui pourrait déranger -rassembler et donner de la cohérence aux multiples tendances afin d'atteindre son but.

## **8 ALLIANCE**

Se solidariser autour d'un pôle fédérateur.

CONSEIL : Réussir à organiser sans contrainte un groupe relié par des liens étroits - une certaine hiérarchie est utile - trouver des points d'appui sur le plan personnel - il peut aussi s'agir de se recentrer.

## **9 PETIT APPRIVOISE**

Situation limitée, modeste qui demande à être épanouie.

CONSEIL Ne compter que sur soi-même - travailler sur soi pour transformer son impuissance.

## **10 DEMARCHE**

Nécessité d'un comportement prudent.

CONSEIL : Mise en garde de prudence - mettre les formes dans son comportement - distinguer les choses afin de les remettre en ordre pour que chacun ait la place adéquate et par conséquent réalise ce qu'il a à faire - cela ramène la sérénité.

## **11 PROSPERITE**

Contexte d'ivresse printanière agissant d'elle-même.

CONSEIL : Echanger et coopérer - utiliser au mieux dans une finalité précise toute la richesse des potentialités offertes - ces dernières échappent, étant incompréhensibles - pourtant les mettre au service des autres sans discrimination pour qu'ils en bénéficient.





## **12 ADVERSITE**

Blocage - situation ou l'échange n'est pas possible - c'est le temps du repli.

CONSEIL : Ne pas chercher à coopérer - s'épargner le danger et la fatigue - éviter adroitement les écueils - refuser toute situation qui paraîtrait avantageuse - cette étape est nécessaire à toute évolution.

## **13 S'ENTENDRE AVEC TOUS**

Harmonie dans la différence.

CONSEIL : trouver sa juste place nécessite de savoir identifier et ainsi grouper les choses afin de reconnaître les différences et accepter le point de vue de l'autre.

## **14 GRAND REALISE**

rendre les choses réelles.

CONSEIL : discerner les tout premiers indices - distinguer ce qui est favorable de ce qui ne l'est pas pour ensuite accompagner la naissance et l'épanouissement des choses - cela se fait sans contrainte et avec bienveillance en mettant en valeur les qualités et en minimisant les défauts.

## **15 SE TENIR**

Renforcement de la cohésion intérieure personnelle en réponse à une provocation afin de maintenir une relation harmonieuse avec l'entourage.

CONSEIL : la conscience des limites entre excès et insuffisance permet de tenir sa place et d'ajuster les comportements afin d'apaiser la situation.

## **16 S'ENTHOUSIASMER**

Un élan exaltant entraîne malgré soi, hors de l'ordinaire, et doit être alimenté pour ne pas s'épuiser.

CONSEIL : canaliser cet emportement par un lien qui entraîne et régularise - l'emportement qui nous sort de l'inertie nous relie à ce qui nous dépasse - il est donc indispensable d'en être à la hauteur - un ordre est nécessaire à un comportement capable de perdurer - réveiller ce qui nous anime profondément.





## **17 SUIVRE**

Se glisser sans effort dans un courant porteur.

CONSEIL : Acquérir la maîtrise de soi et du geste sans ostentation (sans exagération)

L'agir minimum permet de s'intégrer avec confiance et satisfaction dans la situation - ce qui ne signifie pas être laxiste.

## **18 REMEDIER AU CORROMPU**

Combattre activement une situation héritée s'étant dégradée avec le temps.

CONSEIL : choisir de remuer le trouble qui est à l'intérieur de soi permet de se prendre en main pour trouver remède au désordre et ainsi devenir réellement adulte.

## **19 APPROCHER**

Se pencher avec bienveillance sur ce qui est en devenir.

CONSEIL : persévérer dans une transmission adaptée à chacun au-delà de son cadre de référence habituelle - être attentif pour intégrer toutes les personnes dans le processus de renouvellement - accepter avec indulgence les erreurs qui font partie de l'apprentissage.

## **20 REGARDER**

Observation en élevant son point de vue afin de changer son niveau de conscience ;

CONSEIL : sortir de son fonctionnement habituel en prenant de la hauteur pour redéfinir ses objectifs sur de nouvelles bases.

## **21 MORDRE ET UNIR**

Un des plus violents du YI KING - trancher pour rétablir l'harmonie.

CONSEIL : être au clair avec ses motivations profondes afin de pouvoir appréhender ce qui bloque le bon fonctionnement des choses - adapter son intervention avec exactitude par rapport au problème, puis agir sans aucune hésitation.





## **22 EMBELIR**

Faire apparaître à l'extérieur la beauté intérieure - mettre les formes sans en être prisonnier - adéquation entre ce qui est dit et ce qui est fait.

CONSEIL : respecter la forme juste du visible pour ajuster le fond et la forme - identifier ses motivations et clarifier ses perceptions - cela permet de ne pas être péremptoire (irréfutable) et arbitraire.

## **23 USURE**

Lutte contre une situation de fatigue engendrée par le temps en éliminant ce qui n'est plus nécessaire.

CONSEIL : renforcer ses bases - ne pas gaspiller ses dernières forces - élaguer ce qui n'est plus utile pour acquérir un repos bénéfique.

## **24 RETOUR**

Perception d'un potentiel encore non visible -un cycle recommence.

CONSEIL : ne pas gâcher l'action par l'action - savoir reconnaître le moment où il faut se ressourcer - n'envisager aucune tractation ni aucun éloignement de ses repères - la prise en main est déconseillée.

## **25 SPONTANEMENT**

Réagir avec spontanéité - adéquation totale avec le moment et la situation.  
L'ordre des choses dépassent l'entendement que l'on peut avoir.

CONSEIL : s'unir sans idée préconçues - être en harmonie avec soi-même et parfaitement en adéquation avec le moment, permet à toute potentialité de s'épanouir.

## **26 GRAND APPRIVOISE**

Approvisionnement d'une force impétueuse afin que le potentiel puisse se réaliser.

CONSEIL : Réfléchir sur parole et action du passé faisant partie du même processus répétitif - identifier les stratégies alors utilisées afin de ne pas récidiver.





## **27 NOURRIR**

Entretien de la vie au quotidien - double problématique de l'intérieur et vers l'extérieur : absorption et diffusion - cela peut concerner plusieurs niveaux : physique ou relationnel ou autre.

CONSEIL : Faire attention à la manière de s'exprimer et réguler ce qui alimente.

## **28 GRAND EXCES**

Situation hors norme - une charge excessive fait fléchir ce qui maintient la structure, l'ensemble - elle ne peut être dépassée - une énergie utilisée en gardant clairement son objectif rend cette situation fertile.

CONSEIL : accepter la solitude pour rester serein - se retirer afin de consolider ses propres forces pour ne pas être dans l'affliction - cela est indispensable dans une telle démesure.

## **29 S'ENTRAINER AU PASSAGE DES RAVINS**

Apprendre à vaincre le vertige, l'angoisse - se dépasser par la répétition à travers l'action.

CONSEIL : agir avec constance par une pratique inlassablement répétée pour apprendre à juguler les peurs et transmettre ce savoir par une action continue.

## **30 FILET D'OISELEUR ET LUMIERE**

Risque d'éblouissement par perte de la notion de la réalité.

CONSEIL : Prendre conscience de la situation sans se leurrer permet de rayonner et de clarifier les choses autour de soi.

## **31 INCITER**

Enclenchement d'un développement subtil - incitation prometteuse - la constance est bénéfique - l'écoute et l'agir minimum sont garants de possibilités et font advenir l'essor.

CONSEIL : Pour susciter l'adhésion de tous, accueillir l'autre en toute disponibilité en évacuant toute émotion perturbatrice.





### **32 ENDURER**

S'armer le cœur pour un long voyage.

CONSEIL : trouver la force de se maintenir vigoureusement et sans crispation tout en s'adaptant afin de maintenir son cap sans se disperser - nécessité de renouveler sa motivation.

### **33 FAIRE RETRAITE**

Recul dans une situation momentanément défavorable afin d'inverser le rapport de force.

CONSEIL : se replier avec courage et discernement en abandonnant toute mesquinerie et ceci sans hostilité - cette attitude déterminée suscite la considération.

### **34 GRAND FORCE**

Force et impulsivité - la situation requiert une grande capacité à tenir avec constance.

CONSEIL : ne pas abandonner le respect des usages permet de ne pas se fourvoyer dans la manière de se comporter - mettre les formes en étant prudent et adroit.

### **35 AVANCER AU GRAND JOUR**

Se mettre en avant malgré les difficultés.

CONSEIL : ne compter que sur soi-même en s'appuyant sur ses propres valeurs - c'est en avançant avec la plus grande attention, en se préservant que l'évolution est réalisée.

### **36 LUMIERE OBSCURCIE**

Reconnaître le danger d'une situation dont on n'est pas responsable et savoir s'en préserver.

CONSEIL : Masquer sa lucidité en ne dévoilant pas sa personnalité tout en restant présent aux autres afin de pouvoir s'affirmer par la suite.





### **37 GENS DU CLAN**

Un intérêt commun permet à une situation éphémère de s'inscrire dans le temps grâce à une structure fonctionnant selon des règles établies.

CONSEIL : Etre authentique dans ses propos permet de s'inscrire dans une action à long terme - se conformer à ce qui relie aux autres est nécessaire - cela permet de tenir avec persévérance dans le choix de l'orientation.

### **38 DIVERGENCE**

Divergence féconde par l'élargissement du point de vue afin d'englober d'un seul regard les deux éléments de la contradiction.

CONSEIL : Accepter de prendre en compte le point de vue de l'autre et trouver sa place dans la contradiction - voir ce qui est commun pour découvrir ce qui singularise.

### **39 OBSTRUCTION**

Obstacle réel mais surdimensionné empêchant toute progression.

CONSEIL : Changer sa propre perception des choses - affiner la manière de se comporter grâce à un travail personnel qui redonne à l'obstacle sa juste dimension.

### **40 DELIVRANCE**

Libération d'un fardeau chargé inutilement.

CONSEIL : nécessité d'avoir un temps de réflexion - ne prendre aucune décision - laisser venir ce qui est naturel sans forcer est bénéfique - importance de maintenir son objectif une fois celui-ci défini malgré les aléas de la situation - agir ensuite promptement ouvre des possibilités.

### **41 DIMINUER**

Concentration permettant de diminuer le volume au profit de la qualité pour un agacement nouveau.

CONSEIL : Maîtriser ses pulsions permet d'équilibrer et d'atténuer ses états émotionnels et affectifs.





#### **42 AUGMENTER**

Gestion d'une augmentation momentanée de la pression - ne dépendant pas de nous, elle nécessite un réaménagement profond.

CONSEIL : favoriser ce qui fonctionne et modifier ce qui gêne par démesure - réorganiser l'ordre des priorités si besoin.

#### **43 SE MONTRER RESOLU**

Accumulation de tensions qui trouvera son issue à travers une parole sûre et ferme - c'est percer l'abcès.

CONSEIL : être en adéquation avec le moment et l'agir permet d'avoir une action salutaire et généreuse vis à vis de tous : pour cela s'en tenir à ses possibilités.

#### **44 ETRE ACCUEILLANT**

Situation d'acceptation et d'adaptation à ce qui arrive et qui nous est étranger - anticiper et accepter le devenir n'est pas facile.

CONSEIL : Ne pas garder le pouvoir absolu - reconnaître et accepter les prémices d'un changement sans rigidité - assumer cette situation sans lui tourner le dos.

#### **45 REUNION**

Situation d'affluence, de rassemblement comportant des risques et des opportunités.

CONSEIL : Veiller aux moyens de protection et de défense permet de rester vigilant dans des situations où les risques de perte de contrôle sont potentiellement présents.

#### **46 CROISSANCE**

Situation d'enracinement profond permettant une croissance lente et graduelle.

CONSEIL : faire confiance au potentiel de la situation sans interventionnisme - ce qui bloquerait le processus - laisser la situation prendre forme peu à peu pour qu'elle se solidifie en s'enracinant afin de pouvoir s'épanouir pleinement.





## **47 EPUISEMENT**

Epreuve de la communication ou de la non-communication.

CONSEIL : Se remettre totalement en question en osant prendre des risques - vérifier ses convictions pour faire passer ses désirs profonds.

## **48 LE PUIT**

Organisation sociale fondamentale - source d'énergie et d'échange - chacun en est responsable dans un intérêt commun.

CONSEIL : Tenir compte de l'autre avec sollicitude afin que tout un chacun aie la force d'établir une organisation collective et solidaire - ainsi l'échange sera sans entrave.

## **49 REVOLUTION**

Ce qui a vieilli est remplacé sans regret pour le nouveau - c'est la mue - changement de la forme sans modification du fond.

CONSEIL : Repérer avec précision toutes les possibilités afin de déterminer avec lucidité le moment juste.

## **50 CHAUDRON**

Moment de grande opportunité pour une transformation interne basée sur un acquis - passage qualitatif à partir d'une situation aboutie à un niveau supérieur plus subtil.

CONSEIL : retrouver le lien entre la situation et soi-même afin de pouvoir modifier correctement son comportement - cette prise de conscience permet d'évoluer qualitativement.

## **51 EBRANLER**

Secousse soudaine provoquant une mise en mouvement favorisant le renouveau.

CONSEIL : prendre conscience des peurs rencontrées et les mettre à profit en affinant sa propre perception des choses et de soi-même.





## **52 STABILISER**

Se calmer pour être en adéquation "corps - pensée" - reprendre la main et passer à autre chose sans volontarisme.

CONSEIL : calmer son mental évite d'extrapoler.

## **53 PROGRESSER PAS A PAS**

Progression graduelle non linéaire vers un objectif défini.

CONSEIL : rester constamment en accord profond avec soi-même permet d'influencer de façon exemplaire les usages et coutumes quotidiens.

## **54 MARIAGE DE LA CADETTE**

Choix dans une situation trouble - initiative dynamique inopportune - le désaccord avec la situation rend inopérant.

CONSEIL : prendre conscience d'être dépassé par la situation : voir lucidement ce qui perdure permet de percevoir clairement l'éphémère.

## **55 ABONDANCE**

C'est le moment où le "beaucoup" devient le « trop ».

Un « trop ». Situation pleine de promesses pour qui sait agir - avoir la juste position, l'assumer afin de pouvoir maîtriser l'abondance tout en la respectant - ne pas se laisser aller à la tristesse - être centré - resplendissant en sachant que cela n'ira pas plus haut.

CONSEIL : Identifier ce qui obstrue et se décider à éliminer énergiquement ce qui doit l'être.

## **56 VOYAGEUR**

Situation hors repère habituel.

CONSEIL : dans une situation où les règles sont méconnues, faire preuve de discernement et de pertinence - être vigilant afin de pouvoir appliquer les décisions en se gardant d'être procéduriers.





## **57 SE MODELER**

Acceptation d'être modelé par la situation

CONSEIL : Faire preuve de constance dans la répétition des directives permet de concrétiser les actions.

## **58 ECHANGER**

Joyeuse communication.

CONSEIL : Bannir le rapport de force dans un échange amical, léger et interactif permet de dépasser les problèmes et de résoudre les difficultés.

## **59 DENOUER**

Le « figé » retrouve brusquement sa liberté d'action - idée de crue - dissolution des rigidités établies - situation offrant des opportunités - un pôle fédérateur permet le ressourcement et le renforcement des bases - poser et lâcher ce qui bloque - tenir avec constance devant les difficultés.

CONSEIL : se rattacher aux valeurs profondes permet de résister à la désorganisation.

## **60 MESURE**

Etre en rythme - trouver la juste cadence pour être en harmonie.

CONSEIL : mettre en place des règles référentielles juste sur lesquelles s'appuyer sans déroger permet de comprendre et d'analyser ses actions et comportements.

## **61 JUSTE CONFIANCE**

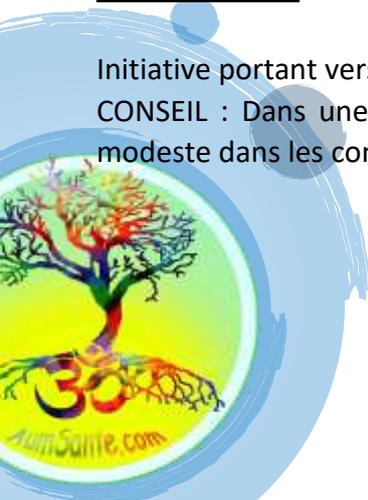
Pleine confiance en soi, véracité intérieure - certitude d'être à la place juste.

CONSEIL : analyser les tenants et aboutissants de tout jugement pour ne pas appliquer arbitrairement des sanctions irrémédiables.

## **62 PETIT EXCES**

Initiative portant vers l'excès par inconsistance sans être en phase avec la situation.

CONSEIL : Dans une situation en porte-à-faux, trouver la juste mesure de ses actes en sachant rester modeste dans les convenances, les sentiments et la retenue.





### **63 DEJA TRAVERSEE**

Situation à son apogée où tout est en ordre et contenant en germe sa transformation.

CONSEIL : anticiper les difficultés à venir permet d'en identifier les prémices.

### **64 PAS ENCORE TRAVERSEE**

Situation où le désordre touche à son maximum - transition vers une transformation.

CONSEIL : Etre vigilant en discernant et en comparant les tenants et les aboutissants procure la maîtrise.

*Source : le yi King - pratique et interprétation pour la vie quotidienne  
Arlette de Beaucorps Dominique Bonpaix (préface de Cyrille J Javary*

