

Les mystères de son corps

« COMMENT CRÉER UNE COHÉRENCE ENTRE TOUS LES CENTRES ÉNERGÉTIQUES POUR CRÉER UN ÉQUILIBRE HOMÉOSTASIQUE ET RESTAURER LE CORPS POUR GUÉRIR ? »

Comment créer l'homéostasie et restaurer la santé dans le corps ? Les sept centres énergétiques du corps ont chacun leur propre fonctionnement et leur fréquence énergétique. Et chaque fréquence transporte une information. Les traditions indiennes les appellent depuis des siècles les chakras. Joe Dispenza les nomme centres énergétiques dans son approche plus scientifique de la balance et l'homéostasie corporelle.

Le 1er centre se situe au niveau des **organes sexuels**. Là où fonctionnent les glandes sexuelles. Il dispose d'assez d'énergie pour créer la vie. Il est l'énergie créative. Et quand l'individu se sent en sécurité, cette énergie se déplace librement jusqu'au 2e centre.

Le 2e centre se situe au niveau de **l'estomac**, là où se trouvent les processus de digestion, d'élimination, et de métabolisation des aliments. Quand l'environnement devient incertain, l'énergie se déplace vers le 3e centre.

Le 3e centre se situe au niveau du **plexus solaire** entre les côtes ; les glandes endocrines surrénales produisent l'adrénaline et le cortisol. C'est le centre énergétique qui permet de mobiliser sa volonté, son pouvoir pour surpasser les difficultés. C'est à ce niveau que l'on est gagnant, et équilibré dans notre rapport à la société c'est l'équilibre quand ce centre et à l'équilibre, l'énergie circule librement vers le 4e centre.

Le 4e centre est le **cœur**. C'est l'énergie de l'amour. On s'aime, on se sent complet. Présence, complétude. Cette expression de l'amour nous pousse vers une plus grande compréhension de l'humain.

Le 5e centre se trouve au niveau de la gorge, avec la **glande thyroïde**. L'expression de l'amour du 4e centre nous porte vers une version élargie de nous-mêmes, qui

s'épanouit dans le 5^{ème} centre. Quand on arrive à bien l'exprimer, alors l'énergie va naturellement vers le 6e centre.

Le 6e centre est **derrière les yeux**, au centre de la tête, avec la glande pinéale. Il est aussi nommé dans de nombreuses traditions le troisième œil. Il permet de voir la réalité. D'ouvrir sa conscience et de passer d'un focus convergent et étroit vers un focus divergent et élargi.

Le 7e centre se trouve **en haut de la tête**, avec la glande pituitaire. C'est là où se créent l'harmonie et la connexion avec le mystique. Chaque centre a son « petit cerveau ». Ils sont sous contrôle du système nerveux autonome et automatique. Et le pilote est le cerveau limbique qui contrôle les niveaux hormonaux, les fonctions automatiques corporelles, la température du corps.

La méditation visant l'harmonisation des centres énergétiques vise à diriger son attention vers ces différentes parties du corps et créer ainsi une harmonisation pour permettre à l'énergie de circuler librement et d'éliminer les blocages.

Le 8e centre est celui que les Égyptiens appelaient le KA. Il est **au-dessus de la tête** et quand on se sent digne de le recevoir, ce centre s'ouvre : la porte s'ouvre pour communiquer avec le champ et télécharger des informations (comme dans Matrix). La méditation plonge dans un état de réception.



« JOUER UNE SYMPHONIE HARMONIEUSE AVEC NOS CENTRES ÉNERGÉTIQUES »

Cela crée une cohérence cœur-cerveau. Une biologie des émotions élevées. Substances chimiques qui nous maintiennent joyeux, confiants, heureux, amusants, légers... et en bonne santé.

C'est la dysharmonie qui crée la maladie. Quand on vit dans un état de victimisation, on consume toujours nos émotions et on développe cette énergie et cette chimie dans le corps. Quand il y a cohérence dans le deuxième centre énergétique, celui des émotions, et une harmonie avec le premier et le troisième alors s'installe la cohérence. On se sent en sécurité. Toutes les fonctions vitales travaillent pour réparer, digérer, élever. Le troisième centre nous donne une volonté et l'on sait comment manager cette énergie.

Les trois premiers centres sont les centres où se mobilise l'énergie de survie. Au plus on vit dans des états réactifs, au plus on consomme de l'énergie. Il est donc possible par la respiration et la médiation de la glande pinéale de libérer l'énergie bloquée dans ces trois premiers centres.

Les centres élevés sont ceux de l'élévation, de la connexion avec le haut. Là où se placent les émotions élevées et l'élargissement de conscience. Recevoir, harmoniser, voir et exprimer les informations, dans l'ouverture du cœur. C'est le cœur qui permet la connexion.

Il s'agit d'apprendre à créer la cohérence et l'harmonie dans tout le corps et dans le cerveau. Quand le cerveau est incohérent, il envoie des messages incohérents à tous les centres énergétiques. Et l'incohérence, c'est la maladie.