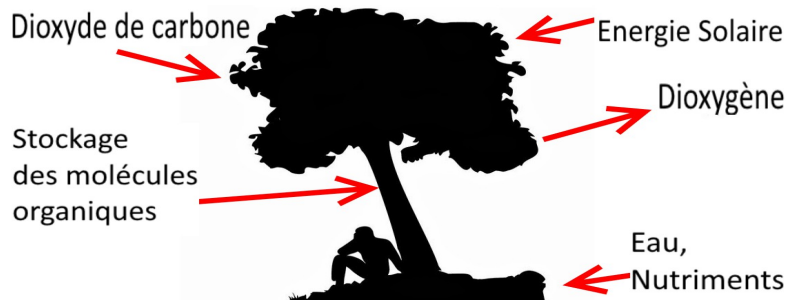


Santé par les arbres

La science a récemment confirmé qu'étreindre des arbres peut avoir un effet bénéfique sur la santé en modifiant la fréquence vibratoire.

Etreindre, ou même simplement être à proximité d'un arbre améliore de nombreux problèmes de santé tels que les maladies mentales, Le Trouble Déficit de l'Attention Hyperactivité (TDAH), le niveau de concentration, le temps de réaction, la dépression, et ils peuvent également soulager les maux de tête.



Les arbres affectent les êtres humains et toutes les autres créatures de la même façon. Lorsqu'on touche un arbre, ses différentes fréquences vibratoires auront une incidence sur divers comportements biologiques dans le corps.

Mantak Chia, né en 1944 à Bangkok en Thaïlande, de parents chinois, est un maître spirituel taoïste qui a été initié au taoïsme dès son plus jeune âge par plusieurs grands Maîtres de Qi Gong.

Il apprend aux élèves à méditer avec des arbres, comme moyen de libérer les « énergies négatives ». Dans sa technique de guérison par les énergies cosmiques, le Maître Chia apprend à aligner son corps avec l'aura d'un arbre.



Nous avons tous une affinité avec certains types d'arbres. Le chêne est connu pour ses ondes et sa capacité à entrer en communion avec ce qui l'entoure, mais le bouleau, le hêtre, le frêne, et beaucoup d'autres... restent propices aux connexions. Choisissez un arbre qui vous attire. Se positionner face à l'arbre que vous aurez choisi, droit, les jambes légèrement écartées. Embrassez-le et écoutez, yeux fermés, les sensations que cela déclenche. Vous réaliserez que l'on peut entendre autrement qu'avec les oreilles.

Vous pouvez aussi laisser l'arbre vous recharger en vous asseyant contre lui.

Ressentis : picotements, vagues de chaleurs, ou légers tremblements, courants d'énergies qui affluent du tronc vers vous, impression que les pieds s'enfoncent dans la terre, etc.

