TERRESTANTRIQUES

SENTIR LA *Vague*

les visages de l'énergie · La Vague Tantrique



INTENSITÉ

la hauteur de la vague

douce ↔ forte



EXPANSION

l'espace, le volume qu'elle prend

contenue ↔ vaste · en soi ↔ autour de soi



RYTHME

le tempo des vagues

rapprochées ↔ espacées

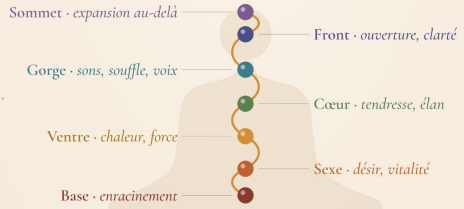


QUALITÉ

sa texture

chaude · fluide · électrique · douce

LOCALISATION — *où naît-elle, où s'en va-t-elle ?*



elle peut monter… ou descendre et s'enraciner

chaque centre est une porte, pas une étape

Textes et schémas sous licence CC BY 4.0 · réutilisation libre, y compris commerciale, en citant Sabine Rabourdin et Frédéric Steine

Sabine Rabourdin
0622978699
yoga.rabourdin.com



Frédéric Steine
0674155239
terrestantriques.org