



PAUME TIBÉTAINE

Cette technique de nettoyage se pratique en fin de séance sur un receveur.

On vérifie que le receveur soit bien installé sur le dos en ayant pris soin d'ôter : bijoux, lunette, ceinture et de proposer une couverture.

On se prépare (**Gassho**, **Kenyoku**, centrage)

*On pense au **Mokunen** pendant la séance, on indique mentalement au receveur que l'on se déplace.*

On s'installe à côté du receveur.

On place ses mains en ligne au dessus du corps du receveur (les mains doivent se toucher), on respire tranquillement.

On part de la tête, on visualise comme un peigne très fin qui part de nos mains et qui nettoie l'**aura** du receveur,

on descend les mains doucement le long du corps.

Toujours sur une respiration tranquille, on descend et on dépasse les pieds.

On chuchote au receveur de s'asseoir lentement sur le bord de la table, on accompagne le receveur en plaçant ses mains au niveau des oreilles sans contact, on surveille le receveur en écartant les mains doucement de celui-ci jusqu'à son réveil.

On demande au receveur si tout va bien, après une affirmation positive, on demande au receveur de descendre de la table.

Hanshin Koketsu Ho

Zenshin koketsu ho

Lissage de l'**aura** 3 fois.

Remerciements en position **Gassho**.