

# Coeur Symphonique 432

Souffle d'harmonie

*"Choisir son énergie, et se laisser respirer, guidé par la musique"*

D'une manière naturelle, respirez sans compter... Le guide auditif créé par la musique et le souffle de l'accordéon vous accompagne pour entrer en cohérence cardiaque. En fonction de votre besoin, choisissez parmi les **3 respirations de bases de la cohérence cardiaque** et profitez des bienfaits propres à chacune.

Dans la lignée de Cœur Symphonique, premier album musical pour pratiquer la cohérence cardiaque, **Cœur symphonique 432** apporte de nouveaux outils pour se ressourcer agréablement. Les musiques, accordées au "la" **432 Hz\***, amplifient la sensation de paix et de sérénité.

*Se détendre avec la respiration anti-stress en 5-5*

- 1 \_ Promenade intérieure (7'27)
- 2 \_ Rose caressant (9'17)
- 3 \_ Rêverie (9'16)

## Instruments



Accordéon  
kalimba  
tubalophone  
kigonki  
bol de cristal  
pyramide de cristal



Durée : 74'25

*Être profondément relaxé avec la respiration en 4-6*

- 4 \_ Sentier paisible (6'43)
- 5 \_ Bleu captivant (7'17)
- 6 \_ Légèreté aquatique (5'07)
- 7 \_ Songe libre (8'22)

*Être dynamisé avec la respiration en 6-4*

- 8 \_ Parcours lucide (6'54)
- 9 \_ Orange lumineux (5'51)

*Être harmonisé avec la respiration en 5-5 panoramisée\**

- 10 \_ Rose équilibrant (9'17)

Compositions et interprétations © Anthony Doux / Enregistrement et mixage > Sylvain Girardeau  
Conception graphique > Charlie LDC

\*Pour plus d'informations : [www.desmusiquespourguerir.com/coeur-symphonique-432/](http://www.desmusiquespourguerir.com/coeur-symphonique-432/)

355/4/1

