

TABLEAU POUR DÉCOUVRIR VOTRE DIVINE PROPORTION

Munissez-vous d'un mètre de couturière et demandez l'aide d'une personne. Faites prendre votre hauteur totale, puis votre dimension du nombril au talon, puis du nombril au genou, puis du nombril à l'épaule pour terminer par la hauteur de la tête du menton jusqu'au dessus. Reportez ces dimensions dans la colonne centrale du tableau ci-dessus.

Inscrivez votre hauteur totale en haut de la colonne de droite, reportez-la à la 3^{ème} ligne puis divisez-la par 1,6 et notez la réponse sur cette même ligne. Notez le résultat obtenu sur la 4^{ème} ligne et divisez-le par 1,6 et copiez le résultat, procédez toujours de la même façon. Vous redivisez à chaque fois le résultat obtenu par 1,6. Vous obtenez vos dimensions divines et vous les comparez aux dimensions de la colonne centrale.

	Dimension réelle	Dimension idéale
Taille de mon corpscmcm
Distance du nombril au taloncmcm : 1,6 =.....cm
Distance du nombril au genoucmcm : 1,6 =.....cm
Distance épaule au nombrilcmcm : 1,6 =.....cm
Hauteur de la tête du menton au dessus de la tête*cmcm : 1,6 =.....cm

*Vous pouvez ajouter +/- 3 cm à la tête pour le prolongement optique.

Votre buste est-il trop court ?

Vos jambes sont-elles trop longues ?

Est-ce au niveau de la tête que la correction doit se faire ?

Pour être plus claire, voici mes dimensions en exemple :

	Dimension réelle	Dimension idéale
Taille de mon corps	164 cm	164 cm
Distance du nombril au talon	97 cm	164 cm : 1,6 = 102,5 cm
Distance du nombril au genou	60 cm	102,5 cm : 1,6 = 64 cm
Distance épaule au nombril	40 cm	64 cm : 1,6 = 40 cm
Hauteur de la tête du menton au dessus de la tête*	24 cm	40 cm : 1,6 = 25 cm

En comparant les 2 colonnes, vous pouvez constater qu'il me manque 5,5 cm de jambe et que cela se situe surtout entre le nombril et les cuisses. Je dois travailler au niveau de l'allongement des jambes.