



HEBDO' LOUTRE

Loutrons et minéraux

N° 19 : samedi 28 septembre

LITHO

La pierre de la semaine

CRISTAL DE ROCHE



C'est sans doute la pierre de base du lithothérapeute, un incontournable décliné en énormément d'outils.

Le cristal de roche est pourtant une pierre forte et dure, dont l'énergie ne convient pas à tout le monde, tout comme son cousin le quartz rose ! Le cristal de roche est une pierre qui amplifie les énergies. À ce titre, on l'utilise pour recharger les pierres fatiguées. C'est une pierre qui agit directement sur le chakra coronal. On peut l'utiliser pour travailler sur ses capacités extrasensorielles, pour amplifier son rayonnement personnel (très utile quand on souhaite contrer un vampire énergétique ou tout simplement "se protéger"), mais également pour se reconnecter à sa spiritualité. Le cristal de roche peut être un excellent allié pour clarifier son esprit et restructurer son mental. C'est une pierre lumineuse qui éloigne les pensées négatives. Enfin, on utilise le cristal de roche pour fluidifier la circulation des énergies dans le corps.

Minéralogie :

C'est un dioxyde de silicium qui appartient à la famille des quartz. Son système cristallin est rhomboédrique et sa formation magmatique ou métamorphique.

Entretien :

Purification : sel indirect, Saint-Jacques, fumigation, son.

Rechargement : cristal de roche, soleil, lune, géométrie sacrée.

Utilisations possibles :

En méditation

En géode ou amas pour recharger les pierres

Dans la main pour dormir

Fun fact : ma première pierre était un cristal de roche, mais... C'était un faux !

Moi aussi j'ai débuté la lithothérapie un jour, et je n'y connaissais rien ! Je n'imaginai pas qu'il puisse exister autant de fausses pierres dans les salons et les commerces. J'ai donc acheté une pointe de cristal de roche, mais... je ne ressentais rien. Normal, mon cristal était faux... L'astuce pour ne pas te faire avoir et savoir différencier un cristal de roche naturel d'une imitation en verre ou en résine : le vrai cristal de roche contient toujours des imperfections, mais jamais de bulles. En plus, si tu le passes sur une écriture, le cristal de roche agit comme une loupe !



FLEURS

Le point fleurs de bach

EQUILIBRE DU CORPS



On oublie souvent que la clé du bien-être est l'équilibre interne du corps.

Quand on parle bien-être, on pense énergie, positivité, sérénité, apaisement, repos, ... Mais on oublie que le bien-être passe aussi par un bon fonctionnement interne ! Le stress, un déséquilibre alimentaire, des troubles du sommeil, etc peuvent perturber cet équilibre par des réactions en chaîne. Pour aider le corps à se remettre en marche correctement, les fleurs de Bach sont une aide précieuse. Sans plus attendre, je te fais découvrir quatre fleurs pour retrouver ton équilibre intérieur !

Olive

La fleur de l'olivier aide le corps à trouver des ressources pour se remettre d'une épreuve (physique ou mentale). Olive apporte le repos physique et psychique, ainsi que la vitalité nécessaire.

Hornbeam

La fleur du charme aide à reprendre goût à son quotidien, à stimuler tout le corps et les envies, pour retrouver l'envie de se mettre en mouvement, d'agir, etc.

Willow

La fleur du saule blanc est idéale pour les corps rongés par l'amertume, le ressentiment, la colère. Elle permet de ne pas se complaire dans cet état négatif.

Agrimony

L'aigremoine est parfaite pour les situations où le corps physique a souffert de somatisations à cause d'une torture mentale. Elle apporte soulagement et apaisement.

Les fleurs de Bach, comme tous les traitements qui agissent sur la sphère psycho-émotionnelle, mettent du temps à agir.

C'est la même rengaine que pour un antidépresseur : il faut attendre un mois en moyenne (parfois moins selon les cas) pour qu'une efficacité réelle soit ressentie. La prise quotidienne engendre un apaisement temporaire, mais c'est temporaire ! Les fleurs de Bach agissent sur le long terme, c'est pourquoi il est important de persévérer dans son traitement et de ne pas abandonner au bout de trois jours. Parfois, on pense que rien n'a changé à la fin du flacon, mais... il arrive souvent qu'à la fin du flacon, quand on n'a plus d'éllixir, on se rende compte d'une réelle différence en ne prenant plus les fleurs. Il est conseillé, pour une réelle amélioration, de les prendre au moins 3 mois.



REIKI

Le point médecine douce

LE REIKI : QU'EST-CE QUE C'EST ?



Cette semaine, je te présente une discipline que j'aime beaucoup : le reiki !

Tout droit venu du Japon, le Reiki est une discipline de médecine alternative basée sur l'imposition des mains. Le praticien va canaliser l'énergie vitale présente autour de lui pour la transmettre à la personne qui reçoit le soin. L'énergie Reiki est similaire au Qi en médecine chinoise. C'est une énergie que l'on trouve partout, que l'on a en nous, l'énergie nourricière, l'énergie de la vie. C'est une énergie d'amour, une énergie positive, incorruptible. Cette énergie sert à encourager le corps dans sa guérison, rééquilibrer les énergies internes, purifier le corps, détendre les muscles pour soulager les douleurs, ...

Ier degré : Shoden

Le premier degré de Reiki est l'introduction à la discipline, la première initiation. En étant initié au 1er degré de Reiki, on est capable de pratiquer sur soi. Car le Reiki est également tout un art de vivre et se pratique au quotidien !

IIème degré : Okuden

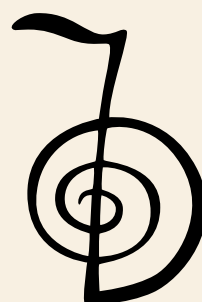
C'est grâce à l'initiation au IIème degré que l'on peut pratiquer sur autrui. Cette initiation permet également d'améliorer sa canalisation du Reiki, notamment avec l'usage des symboles ou l'envoi de Reiki à distance.

IIIème degré : Shinpiden

Le IIIème degré permet de devenir Maître Reiki. Non seulement on apprend à utiliser de nouveaux outils de pratique, mais en plus, on canalise encore plus d'énergie. Le Maître Reiki peut enseigner le Reiki et initier de nouveaux praticiens.

Le praticien en reiki possède souvent un cristal de roche, en pointe de préférence.

On l'appelle le cristal maître ! Comme nous l'avons vu précédemment, le cristal de roche est un amplificateur d'énergie. Il est donc tout naturel qu'il trouve sa place auprès du praticien en Reiki. Il va alors lui permettre d'amplifier l'énergie qu'il envoie, mais aussi de la diriger (grâce à la pointe). De ce fait, est très utile pour envoyer du Reiki à distance, ou orienter l'énergie lors d'un soin. On peut également l'utiliser pour tracer les symboles utilisés en Reiki. Par exemple, le plus connu, le fameux Cho Ku Rei :



Cho Ku Rei





CÔTÉ BÉBÉS

DÉVELOPPEMENT



Un loutron qui découvre le monde...

LES SENS DE BÉBÉ

LE TOUCHER

Les cinq sens sont connus, et pourtant ils prennent si peu de place dans l'information que l'on transmet aux parents.

Pourtant, c'est un point essentiel du développement d'un enfant !



Dans cet ebook, je te présente le toucher. C'est le premier sens qui se développe chez un bébé ! Il est présent in utero et bébé y est déjà très sensible. Le toucher se développe dès la quatrième semaine de grossesse, c'est très tôt ! Lorsqu'un bébé vient au monde, le toucher est donc le sens le plus développé chez lui. La peau est l'organe grâce auquel nous bénéficions de cette capacité sensorielle. Elle nous permet de percevoir différentes sensations : le chaud et le froid, la douleur, les textures de ce que l'on touche, etc. Chez un prématuré, le peau à peau sera crucial pour aider bébé à bien se réchauffer, mais aussi à créer du lien avec ses parents, particulièrement sa maman, son point de repère.

Le tirage de Mooncake



L'interprétation

La magie de la vie fait son œuvre et une part de toi sera bientôt révélée au grand jour ! Reconnecte-toi à ton âme pour éveiller ce qui sommeille en toi.

Les fées sont à tes côtés pour te guider.

Tu vas briller de mille feux pour illuminer le monde et découvrir la voie pour laquelle tu es fait(e).

Mots clés

doutes, incertitudes, évidence, connexion, âme, mission, déploiement, gratitude





Tu as aimé cet ebook ?

Parles-en autour de toi !

Quelque chose t'interpelle et
tu as besoin d'aller plus loin ?

*N'hésite pas à venir m'en parler en
consultation !*

