



HEBDO' LOUTRE

Loutrons et minéraux

N° 36 : samedi 08 février

LITHO

La pierre de la semaine

OPALE NOBLE



Une pierre magnifique aux reflets irréels...
Comment l'utiliser en lithothérapie ?

L'opale noble possède des vertus spécifiques à sa couleur, ainsi que des vertus communes à toutes les opales nobles. Les opales nobles sont des pierres spirituelles, très liées aux énergies Yin. Elles sont un symbole d'échange entre le cosmos et la Terre-Mère. Ce sont des pierres parfaites pour méditer et travailler son intuition. L'opale à dominante blanche est liée à la tendresse amoureuse, à la fidélité et la confiance partagée. Elle favorise les rêves et l'intuition et nous fait rayonner. L'opale à dominante noire a des vertus protectrices et encourage les rêves prémonitoires. C'est une bonne pierre pour pratiquer les arts divinatoires! L'opale noble bleue est un guide de vie et nous aide à nous écouter.

Minéralogie :

C'est un dioxyde de silicium hydraté.
L'opale dite "noble" est forcément iridescente, contrairement aux variétés d'opales communes. Son système cristallin est amorphe et sa formation est sédimentaire.

Entretien :

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

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

Utilisations possibles :

En méditation

Dans la main pour dormir

Fun fact : on dit que l'opale porte malheur... Pourtant, ce n'est qu'une rumeur totalement infondée !

Dans ce roman daté de 1829, l'un des personnages principaux, la baronne Hermione, possède une magnifique opale qui semble scintiller de différentes couleurs selon son humeur. Cependant, lorsqu'un peu d'eau bénite tombe accidentellement sur la pierre, elle perd immédiatement tout son éclat. Peu de temps après, la baronne tombe malade et meurt mystérieusement. Cette scène a renforcé l'idée que l'opale pouvait être un présage de malheur ou qu'elle était maudite. Aujourd'hui, on sait que lorsqu'une pierre "porte malheur" c'est probablement parce qu'elle n'a pas été purifiée ou parce qu'elle a agi d'une manière dont nous ne nous attendions pas, comme par exemple briser des relations ou chambouler nos choix de vie.



FLEURS

Le point fleurs de bach

S O U T E N I R U N T S A



Les TSA sont les troubles du spectre autistiques. Le traitement peut être soutenu par les fleurs de Bach. Les TSA (Troubles du Spectre de l'Autisme) sont des troubles neurodéveloppementaux qui affectent la communication, les interactions sociales et les comportements. Chaque personne autiste est unique, avec des sensibilités et des besoins spécifiques. Certains peuvent avoir des difficultés à comprendre les codes sociaux, d'autres présentent des intérêts restreints ou des comportements répétitifs. L'autisme peut aussi s'accompagner d'une hypersensibilité sensorielle (sons, lumières, textures). Si les TSA relèvent d'un accompagnement médical très spécifique, les fleurs de Bach peuvent être des alliées complémentaires de choix.

Walnut

La fleur du noyer aide ceux qui ont du mal à briser les routines, à s'adapter aux changements ou à un nouvel environnement. Ce sont des caractéristiques communes à beaucoup de TSA.

Water violet

L'hottonie des marais est idéale pour accompagner les personnes souffrant de TSA : elle aide à accepter la présence des autres et à exprimer ses émotions. Elle apaise le sentiment d'isolement.

Mimulus

La mimule tachetée permet de soulager les peurs mais aussi l'hyperstimulation. Les personnes souffrant de TSA ont tendance à souffrir d'hyperstimulation sensorielle (bruits forts, etc).

Crab Apple

La fleur du pommier sauvage va être utile pour gérer les troubles alimentaires liés au TSA : dégoût des couleurs, des textures, des odeurs, etc, qui nuisent à l'alimentation, voire la rendent impossible.

Parlons du trouble de l'oralité alimentaire, un problème qui touche les enfants mais aussi les adultes !

Le trouble de l'oralité alimentaire est un trouble qui affecte la manière dont une personne perçoit, accepte et gère les aliments et les textures dans sa bouche. Il touche principalement les nourrissons et jeunes enfants, mais peut aussi persister à l'âge adulte. Ce trouble est très fréquent dans les cas de TSA, chez qui le refus de s'alimenter est très problématique : une personne autiste peut se laisser mourir de faim ! Pour aider une personne atteinte de ce trouble, il faut éviter le forçage qui ne va faire qu'aggraver le blocage, et proposer des textures alternatives ou, pour les enfants, des jeux sensoriels. Il est important de consulter un spécialiste (ergothérapeute, orthophoniste spécialisé en oralité, diététicien, ...) afin de se faire accompagner.



LITHOTHÉRAPIE

Le point médecine douce

FORMATIONS DES MINÉRAUX



La manière dont un minéral se forme aura une grande importance en lithothérapie.

Chez les minéraux, chaque détail compte sur le plan énergétique. De la manière dont il s'est formé à la manière dont il a été extrait en passant par la façon dont il s'est cristallisé... Tout a un impact sur ses vertus énergétiques ! L'être humain, en grandissant, se forge selon les différentes pressions qu'il subit : le milieu social, la famille, la scolarité, etc). Pour les pierres, c'est la même chose ! Elles se forment et évoluent selon les différentes pressions qu'elles subissent : les températures, la pression, le mouvement, etc. Ainsi, certaines pierres, selon la manière dont elles se sont formées, conviennent mieux à certaines étapes de développement de l'être humain.

Formation magmatique

Les minéraux d'origine magmatique se forment à partir du refroidissement et de la cristallisation du magma, une roche en fusion issue des profondeurs de la Terre. Lorsque le magma remonte à la surface ou reste emprisonné dans la croûte terrestre, il refroidit progressivement, permettant aux éléments chimiques qu'il contient de s'assembler en cristaux.

Plan énergétique: développement, profondeur, dynamisme, force, organisation.

Formation métamorphique

Les minéraux métamorphiques se forment lorsqu'une roche préexistante (magmatique ou sédimentaire) subit des températures élevées et/ou une forte pression dans la croûte terrestre, sans fondre totalement. Ces conditions extrêmes modifient la structure et la composition des minéraux initiaux, donnant naissance à de nouveaux minéraux plus stables dans ce nouvel environnement.

Plan énergétique: rétablir un équilibre, force et soutien, faire face aux obstacles, accompagner les changements

Formation sédimentaire

Les minéraux sédimentaires se forment à la surface de la Terre par l'accumulation et la transformation de sédiments issus de l'érosion des roches préexistantes. Ces sédiments, transportés par l'eau, le vent ou la glace, se déposent en couches et se compactent sous leur propre poids. Avec le temps, des réactions chimiques (comme la précipitation des minéraux dissous) solidifient ces dépôts en roches sédimentaires.

Plan énergétique: souplesse, entourage, adaptabilité, harmonie





CÔTÉ BÉBÈS

ALIMENTATION



Petit loutron mais gros glouton !

ENFANTS ET LÉGUMES... TOUTE UNE HISTOIRE !

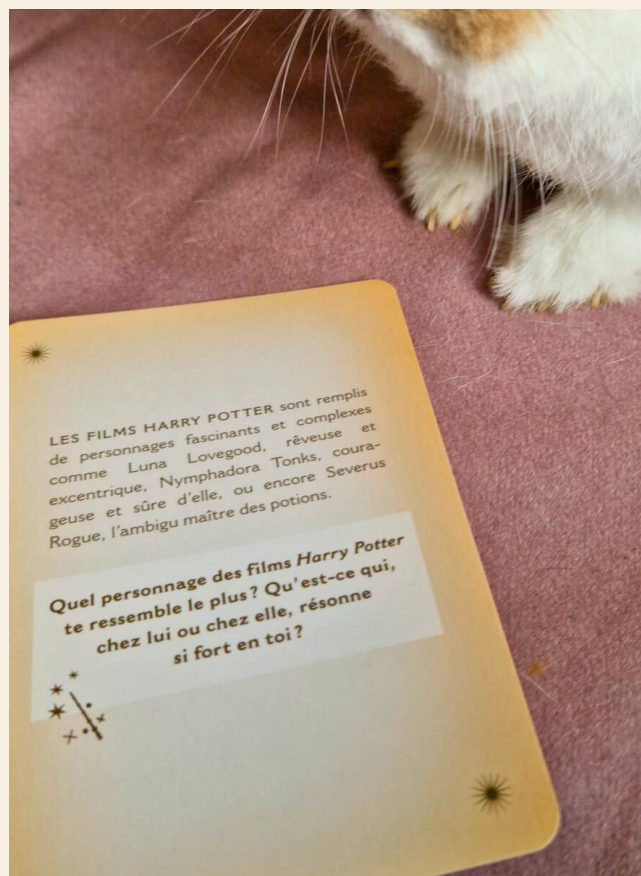
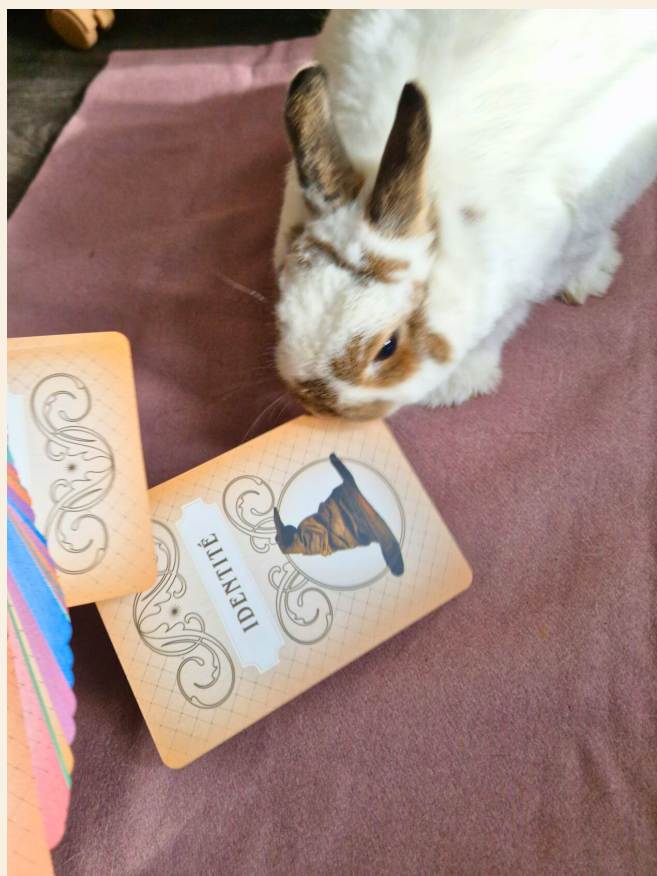
LE DÉGOÛT DES LÉGUMES

“Mange tes légumes!” ...
Quel parent n’a jamais prononcé ces mots à son enfant ? Mais pourquoi nos loutrons peuvent avoir tant de mal à aimer les légumes ?



Les loutrons n’aiment souvent pas les légumes en raison de leur sens du goût encore très développé. Les bébés naissent avec un système gustatif extrêmement sensible. En effet, ils possèdent beaucoup plus de papilles gustatives que les adultes, réparties non seulement sur la langue, mais aussi à l’intérieur des joues et sur le palais. Cette hypersensibilité leur permet de détecter les moindres variations de goût et rend certaines saveurs, notamment amères ou acides, beaucoup plus intenses qu’elles ne le sont pour un adulte. Naturellement, ils sont attirés par les saveurs sucrées, car le lait maternel ou infantile est doux. En revanche, les légumes ont parfois une légère amertume, ce qui peut les rebuter. Cette réaction est en partie instinctive : dans la nature, les goûts amers sont souvent associés à des substances toxiques. Heureusement, cette sensibilité évolue avec le temps !

Le tirage de Mooncake



Mes notes





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 !*

