



HEBDO' LOUTRE

Loutrons et minéraux

N° 38 : samedi 22 février

LITHO

La pierre de la semaine

OBSIDIENNE ARGENTÉE



Moins connue que l'obsidienne noire ou l'obsidienne dorée, elle possède une énergie douce mais puissante. L'obsidienne argentée agit comme un miroir de l'âme, permettant de comprendre nos émotions et d'affronter nos blessures refoulées. Elle aide à libérer les blocages émotionnels et à surmonter les blessures profondes. En levant le voile sur les douleurs enfouies, elle accompagne un travail en profondeur sur le pardon et la libération des peines du passé. Cependant, attention, ce processus peut être violent avec les obsidiennes ! C'est une pierre qui dissipe les illusions et met en lumière les vérités cachées, tant sur soi-même que sur les autres. Elle renforce le Yin pour rétablir un équilibre. Enfin, comme toutes les obsidiennes, elle est protectrice.

Minéralogie :

C'est une roche volcanique qui n'a pas eu le temps de cristalliser : elle a donc un système cristallin amorphe. On peut dire qu'il s'agit d'un verre de lave. Sa formation est magmatique.

Entretien :

Purification : sel indirect, Saint-Jacques, fumigation, son.
Rechargement : cristal de roche, lune, géométrie sacrée.

Utilisations possibles :

En méditation
Dans la main pour dormir

Fun fact : l'éclat argenté de cette variété d'obsidienne laisse croire qu'elle contient un métal ou des inclusions minérales qui se reflètent à la lumière... Il n'en est rien !

Contrairement à ce que l'on pourrait croire en voyant ses reflets brillants, l'obsidienne argentée ne contient aucun métal ! Son éclat est en réalité dû à la présence de microscopiques bulles de gaz piégées lors du refroidissement de la lave. Ces bulles se répartissent en fines couches dans la pierre, créant un effet de réflexion de la lumière qui donne cette teinte argentée unique. Lors d'une éruption volcanique, la lave est projetée avec une telle force que des poches de gaz restent emprisonnées dans la roche en fusion. Si la lave refroidit brutalement, ces bulles n'ont pas le temps de s'échapper et restent figées à l'intérieur du verre volcanique, formant les reflets argentés caractéristiques.



FLEURS

Le point fleurs de bach

LA VÉRITÉ QUI BLESSE...



Quand la sincérité rencontre la guérison émotionnelle... Cette semaine, on parle de vérité qui blesse !

La vérité est souvent perçue comme une valeur fondamentale, un pilier de l'authenticité dans nos relations personnelles et professionnelles. Pourtant, il arrive que cette vérité soit douloureuse, brutale, voire blessante. Entendre une remarque sincère sur soi-même, même si elle est dite avec de bonnes intentions, peut parfois ébranler profondément. C'est là qu'intervient la notion d'équilibre émotionnel : comment accueillir une vérité difficile sans se laisser submerger ? C'est dans cette quête d'harmonie intérieure que les Fleurs de Bach peuvent jouer un rôle apaisant et réparateur.

Larch	Pine	Centaury	Star of Bethlehem
Le mélèze est la fleur idéale pour aider ceux qui manquent de confiance en eux ! Renforcer cette confiance permet de ne pas se rabaisser suite à une "critique" et d'encaisser les mots sans souffrance.	La fleur du pin permet de soulager le sentiment de culpabilité qui pourrait envahir ceux qui ont du mal à entendre une vérité blessante et qui se torturent eux-mêmes de n'avoir pas assez bien fait, par exemple.	La petite centaurée aide ceux qui vivent en fonction des autres, qui ont du mal à dire non et se soucient énormément de l'opinion que les autres ont d'eux afin de se détacher des paroles blessantes.	La dame-d'onze-heures est très utile si certaines vérités ou certaines paroles viennent raviver des blessures douloureuses qui n'ont pas encore guéri. Elle aide à diminuer le choc de l'impact des mots.

Et si on disait la vérité, mais avec bienveillance et avec un petit peu plus de tact ?

Une personne qui dit la vérité sans tact a souvent la réputation de "ne pas mâcher ses mots". Elle exprime ses pensées de manière directe, parfois brute, sans se soucier des répercussions émotionnelles que ses paroles peuvent avoir sur les autres. Si cette franchise peut être perçue comme une forme d'honnêteté désintéressée, elle peut aussi blesser ou créer des malentendus. Cette attitude résulte souvent d'une volonté de dire ce qui semble être la vérité, mais sans prendre en compte la sensibilité de son interlocuteur. Si la vérité est un bien précieux, elle gagne en efficacité lorsqu'elle est dite avec bienveillance et respect, permettant ainsi de préserver l'harmonie tout en restant sincère.



LITHOTHÉRAPIE

Le point médecine douce

L'ÉGRÉGORE DES PIERRES



L'égrégore des pierres est une énergie collective à ne pas négliger en lithothérapie !

En lithothérapie, on parle souvent des propriétés énergétiques des pierres, de leur composition et de leur interaction avec nos chakras. Mais un aspect moins connu, et pourtant fondamental, est l'égrégore d'une pierre. Celui-ci peut grandement influencer l'efficacité et la vibration d'une pierre ! L'égrégore est une énergie collective formée par les pensées, les émotions et les intentions des personnes qui ont manipulé ou été en contact avec un objet ou un lieu. En d'autres termes, une pierre absorbe les énergies de son environnement, et son égrégore se construit au fil du temps selon la manière dont elle est utilisée et perçue.

Pourquoi l'égrégore influence-t-il la puissance d'une pierre ?

- Il influe sur notre ressenti : si une pierre a été utilisée dans un contexte spirituel fort (méditation, soin énergétique), elle rayonnera une vibration particulière qui sera ressentie intuitivement par son futur propriétaire. C'est un genre de feeling que l'on pourrait avoir au contact de la pierre.
- Il façonne sa mémoire énergétique : chaque pierre garde une empreinte de ses expériences passées, un peu comme une bibliothèque d'énergies.
- Il conditionne le mental de la personne qui utilise la pierre : si la pierre est, dans la pensée collective, bénéfique pour telle partie du corps par exemple, l'utilisateur de la pierre va partir du principe que la pierre lui fera du bien. Cela fonctionne comme un effet placebo ! Un très bon exemple est l'utilisation de l'ambre pour les dents de bébé.

Connaitre l'égrégore, mais savoir s'en détacher

L'égrégore d'une pierre est un aspect essentiel à prendre en compte en lithothérapie. Une pierre peut être plus qu'un simple minéral : elle devient un réceptacle d'énergie et d'intentions, influençant la manière dont elle interagit avec nous. Afin de mieux connaître nos pierres, il est essentiel de s'intéresser à l'égrégore qui les entoure et à leur histoire pour mieux les comprendre. Cependant, chaque pierre possède une énergie unique, et notre propre énergie est elle-aussi unique ! Il est donc primordial de tester une pierre à l'aveugle AVANT de regarder son histoire ou les vertus sur le papier.





CÔTÉ BÉBÉS

DÉVELOPPEMENT



Loutron en mode exploration !

LA MOTRICITÉ LIBRE

BÉBÉ EXPLORE !

La motricité libre est une approche du développement du loutron qui consiste à lui laisser la liberté d'explorer ses mouvements à son propre rythme, sans intervention excessive de l'adulte.



Laisser bébé bouger librement lui permet de développer ses capacités physiques de façon progressive et adaptée, quand il est prêt. Par exemple, il apprendra à se retourner, à ramper, à s'asseoir, puis à marcher sans qu'on lui impose ces étapes. Ceci permet de renforcer la coordination, l'équilibre et la tonicité musculaire, tout en limitant le risque de mauvaises postures dues aux interventions des adultes. De plus, en réussissant à surmonter ses propres défis, le petit loutron gagne en confiance en lui et en estime de soi. Chaque réussite, même minime, devient une source de fierté !! Au-delà de l'aspect moteur, la motricité libre favorise également le développement cognitif et émotionnel. Le loutron, en explorant son environnement, développe sa curiosité, son sens de l'observation et sa capacité à résoudre des problèmes. Il apprend à mieux connaître son corps, à gérer ses émotions face aux échecs et à expérimenter ses propres limites en toute sécurité.

Le tirage de Mooncake



Les runes

Croissance - Joie -
Succès - Esprit -
Solution

Mes notes

Mooncake s'excuse de son absence, il se remet d'un petit soucis de santé. Rien de grave mais il est préférable qu'il se repose.





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 !*

