



HEBDO' LOUTRE

Loutrons et minéraux

N° 66 : Samedi 08 novembre

LITHO

La pierre de la semaine

PIETERSITE



Une pierre spectaculaire et envoûtante, un tourbillon de lumière figé en une seule pierre.

La piétersite est aussi appelée “œil de la tempête” pour sa texture tourbillonnante et son énergie dynamique. C’est d’ailleurs la pierre idéale pour les “tempêtes intérieures” : la piétersite favorise la libération émotionnelle. Elle aide à dissoudre les tensions internes accumulées, les colères refoulées et les peurs enfouies. Elle invite à accepter le mouvement, à laisser circuler ce qui stagne. Elle soutient lors des crises de changement, des “tempêtes de vie” ou des moments où tout semble s’effondrer. Elle nous montre que l’ordre renaît du chaos. Enfin, en reliant le chakra du plexus solaire (volonté, pouvoir personnel) au chakra du troisième œil (intuition, vision), la piétersite réconcilie action et perception. Elle permet d’agir avec lucidité, sans excès d’émotion.

Minéralogie :

C’est un dioxyde de silicium, une variété rare de quartz contenant des inclusions fibreuses de crocillite, d’amphibole ou de riebeckite, qui lui donnent ses reflets chatoyants typiques. Son système cristallin est trigonal et sa formation est métamorphique.

Entretien :

Purification : sel indirect, Saint-Jacques, fumigation, son. Attention à l’eau.

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

Son mantra :

Je traverse la tempête avec foi et lucidité.

Je transforme le chaos en clarté.



Fun fact : La piétersite est parfois décrite comme une fusion entre l’œil de tigre et l’œil de faucon (des variétés de quartz fibreux). Mais contrairement à elles, ses fibres sont brisées, tordues et réassemblées par des forces métamorphiques : d’où son énergie chaotique et puissante.

À qui s’adresse-t-elle ?

La piétersite est une alliée précieuse pour les âmes en transformation, les esprits libres et ceux qui cherchent à intégrer le changement plutôt qu’à le fuir. Elle est idéale pour :

- Les personnes en grande période de bouleversement
- Les personnes trop contrôlantes, qui doivent apprendre à lâcher prise et à suivre le courant.
- Les thérapeutes énergétiques, car elle aide à dissoudre les blocages émotionnels et à réaligner les corps subtils.

FLEURS

Le point fleurs de bach

JE VEUX TOUT CONTRÔLER



On connaît tous ces moments où on a besoin / envie que tout soit parfait...

Mais la vie est faite de surprises, et c'est là que commence la danse entre le besoin de contrôle et le lâcher-prise. D'un point de vue psychologique, vouloir tout contrôler, c'est souvent une manière (très humaine !) de se rassurer. Quand on a le sentiment de maîtriser les choses, on se sent plus en sécurité. Les chercheurs appellent cela le « contrôle perçu » : c'est la sensation d'avoir la main sur ce qui nous arrive, et c'est même essentiel à notre équilibre émotionnel. Le hic, c'est quand ce besoin devient rigide. Parce qu'alors, dès qu'un imprévu se glisse dans le programme... le stress monte, les pensées tournent, et le corps se crispe. Souvent, derrière ce contrôle, se cache une peur de l'incertitude ou de « perdre pied ».

Cherry Plum

La fleur du prunier est celle des émotions qui bouillonnent sous la surface. Elle aide ceux qui sont au bord de l'explosion, qui ont peur de perdre patience, dire trop, ou craquer.

Rock Water

Ce n'est pas une fleur à proprement parler, mais une eau de source. Elle s'adresse aux personnes très exigeantes envers elles-mêmes qui veulent "tout faire comme il faut".

Beech

La fleur du hêtre est c'est la fleur des jugements rapides, du "moi je n'aurais pas fait comme ça". Elle parle à ceux et celles qui ont du mal à tolérer l'erreur, la différence ou la lenteur des autres.

Vine

La fleur de la vigne sauvage incarne la volonté, la force, le leadership naturel. Ces personnes savent ce qu'elles veulent, comment elles le veulent, et ont en fait peur du chaos !

C'est une stratégie de protection : si je contrôle tout, rien ne pourra me faire mal. Mais à long terme, cela épuise, et surtout, ça coupe du plaisir de l'imprévu, de la spontanéité, de la vie vivante.

L'idée n'est pas de "tout lâcher" (soyons honnêtes, ce serait impossible !), mais de retrouver un équilibre.

Voici quelques pistes simples :

✨ Faire la part des choses.

Demande-toi : "Qu'est-ce qui dépend vraiment de moi, ici ?"

Tout le reste... mérite peut-être d'être laissé à la vie.

🧠 Pratiquer la tolérance à l'imprévu.

Accepter qu'un changement de plan n'est pas une catastrophe, mais une invitation à la flexibilité.

💛 Remplacer le contrôle par la confiance.

Faire confiance à soi, aux autres, au processus. Parce qu'au fond, la vie sait souvent mieux que nous.

LITHOTHÉRAPIE

Le point médecine douce

PIERRES ROULÉES : UTILES ?



On a toujours tendance, en lithothérapie, à recommander des pierres d'une certaine taille (ou plutôt d'un certain poids) pour des raisons d'efficacité.

Est-il utile d'avoir des pierres roulées ?

La réponse est oui. Si tu peux choisir, opte pour des pierres d'un certain poids (200g environ minimum). Toutefois, pour les petits budgets qui veulent se lancer dans la lithothérapie, ce n'est pas toujours possible : plus le poids grimpe sur la balance, plus le prix grimpe sur la facture...

Cependant, tu ne pourras pas avoir une efficacité aussi grande d'un point de vue énergétique, il ne faut pas l'oublier. Une pierre roulée est trop petite pour énergiser une pièce, par exemple. De plus, elle devra être fréquemment purifiée !

Une pierre roulée pourra être utilisée de différentes manières : incluse dans un pendentif cage pour être portée en collier, dans un talisman sous forme de pochon, utilisée dans des rituels, dans une spell jar par exemple. Mais en lithothérapie, il y a une méthode bien particulière que j'ai beaucoup pratiquée à mes débuts : la pierre roulée fixée sur un chakra !

ATTENTION : ce n'est pas parce que les pierres sont petites que tu peux les mélanger. Une pierre à la fois !

L'astuce du cristal de roche :

Une astuce qui peut aider lorsqu'on veut amplifier l'impact de sa petite pierre roulée : l'associer à un cristal de roche (de préférence en pointe pour diriger l'énergie). Celui-ci est une pierre qui amplifie les énergies, et donc, qui peut amplifier celles des autres pierres.

Si tu travailles avec une pierre roulée, et que tu as du mal à ressentir son énergie, c'est l'outil indispensable !

Une pierre qui colle à la peau !

Une manière efficace d'utiliser les pierres roulées est d'en fixer une à l'aide d'un sparadrap sur le chakra concerné. Cela permet de porter la pierre pendant une grande partie de la journée sans qu'elle ne bouge. Attention à choisir un sparadrap qui ne dégrade pas la pierre et à bien la nettoyer après avec un chiffon humide.

Pour les chakras supérieurs, tu peux, au choix :

- fixer la pierre sur le chakra du cœur, qui est le centre où tout converge.
- fixer la pierre sur un méridien lié à la problématique que tu cherches à traiter, si tu es formé(e).

Cette technique permet de profiter des vertus de ta pierre roulée tout au long de la journée. Comme on recommande souvent de dormir avec la pierre dans un premier temps, tu peux même utiliser cette méthode la nuit pour éviter de perdre ta pierre roulée dans ton lit ! L'inconvénient, c'est que la pierre sera très vite fatiguée et devra être purifiée et rechargée fréquemment.

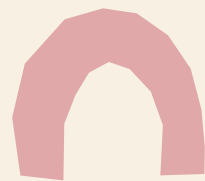


CÔTÉ BÉBÉS

SANTÉ



Petit loutron est encore fragile...



LE RÉFLEXE QUI SAUVE DES VIES : SE VACCINER CONTRE LA COQUELUCHE.

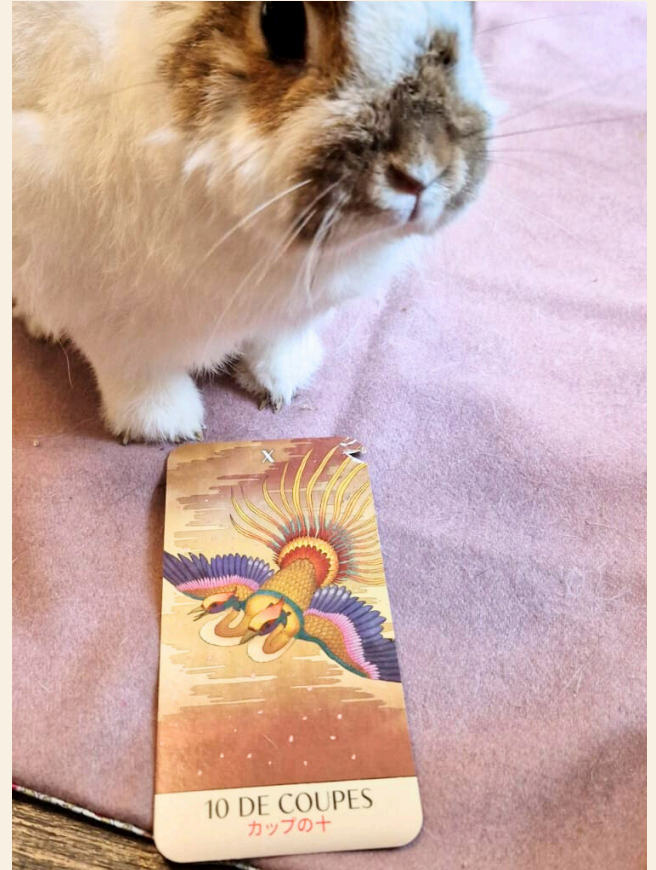
PETIT MICROBE, GRAND DANGER

La coqueluche, c'est une infection respiratoire causée par une bactérie (*Bordetella pertussis*). Elle se transmet très facilement par les gouttelettes de salive quand on parle, tousse ou éternue.



Chez les adultes, elle passe parfois pour une simple toux qui traîne. Mais chez un loutron, surtout avant 6 mois, c'est une autre histoire : la coqueluche peut provoquer des apnées, une détresse respiratoire, voire une hospitalisation. **En France, la plupart des bébés atteints l'attrapent auprès de leurs proches : parents, grands-parents, frères et sœurs, ou visiteurs pleins de bonne volonté.** Le système immunitaire d'un nouveau-né est encore en construction. Et comme la première dose de vaccin contre la coqueluche n'est donnée qu'à 2 mois, puis à 4 mois et 11 mois, le tout-petit loutron reste sans défense pendant ses premières semaines. C'est pour cela que la meilleure protection vient de l'entourage : plus les personnes autour du loutron sont vaccinées, moins la bactérie circule, et plus le petit est en sécurité. On appelle ça le "cocooning" : créer un cocon de protection autour du loutron. Avant d'aller admirer les petites mains et sentir la tête qui sent bon le lait, prenez un instant pour vérifier votre carnet de vaccination ! Et SURTOUT, évitez les bisous !!! Nombreux sont les petits loutrons hospitalisés à cause d'un bisou bien intentionné... Pour ces raisons, beaucoup de parents refusent de laisser leur loutron, et il faut respecter cela.

Le tirage de Mooncake



10 de coupes

Union

Famille heureuse

Plénitude et amour

Alignement avec les autres

Relations familiales

Rester fidèle à ses valeurs

Le yokaï

Gumyocho est un magnifique oiseau à deux têtes qui habite dans le Nirvana. De sa voix enchanteresse, il entonne continuellement les écritures bouddhistes et apporte à ceux qui l'écoutent la paix intérieure.





Les prestations :

En visio

Consultations : Lithothérapie ; Fleurs de Bach

Accompagnement périnatal

Elixir Fleurs de Bach personnalisé (commande sur questionnaire, sans consultation)



Rdv en ligne
www.lumiere-de-gemmes.com

