

Atelier *Éveil*



CENTRE DE VIE RACINE

Cours 2: Harmonisation du centre de la racine.



Cours 2 : Harmonisation du centre de la racine.

Le but de cette session est avant tout de créer une ouverture du cò ur. C'est le corps d'énergie X qui poursuit son évolution, la partie supérieure et la partie inférieure vont s'entrecroiser, ce qui créera l'expansion du cò ur. En effet, on entend souvent dire que c'est l'Amour qui guérit, et c'est tout à fait vrai, tout dépendant de notre conception de l'amour. Cette ouverture du cò ur, cette prise de conscience de l'amour se fera avant tout envers vous-même. Combien de fois par jour vous vous dites : je t'aime, j'aime la personne que je suis, je suis fière de ce que tu as accompli aujourd'hui, etc. Comment voulez-vous apporter l'amour véritable aux autres si vous ne savez pas le faire avec la personne qui vous accompagne chaque seconde de votre vie : Vous. Oui, oui, vous allez me dire que malgré votre manque d'amour envers vous-même, vous êtes capable d'aimer véritablement les autres. Permettez-moi d'en douter. Soyons honnêtes, ceci est fort probablement un masque que vous avez mis, depuis votre tendre enfance, soit par dépendance ou soit dans le but d'être aimé et d'obtenir l'approbation des autres; cet amour et cette approbation que vous êtes incapable de vous accorder à vous-même et que vous aller chercher à l'extérieur. Ceci fait de vous



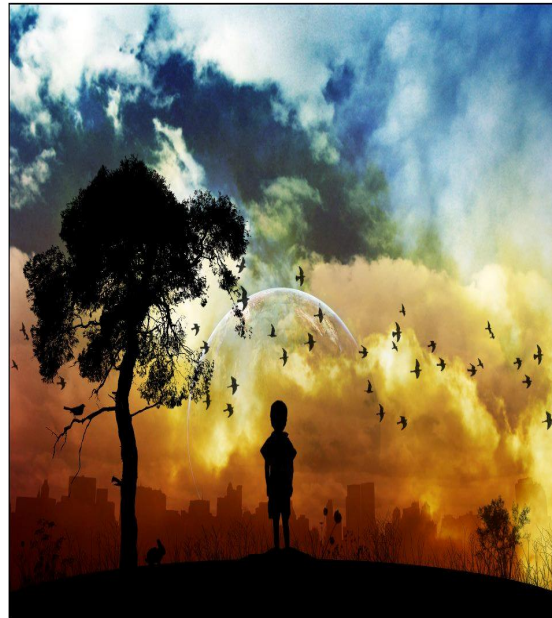
un être à l'énergie inépuisable lorsque c'est le temps d'aider les autres et vous vous retrouvez en panne d'énergie quand c'est votre tour d'être aidé. Après cela, on se demande comment ça se fait qu'il n'y a personne pour nous aider nous ! Si aidant et si aimant ! Et la roue tourne !

Il est important de comprendre que nous pouvons faire tourner la roue, non comme quelque chose de répétitif, mais comme une roue évolutive et

ascensionnelle, à l'image d'une spirale qui s'élève, redescend et remonte encore aisément sans effort et sans lutter, peu importe ce qui est. Tout est en mouvement perpétuel : la terre, l'eau, l'air et le feu. Chaque particule, même la plus infime, est en mouvement : de la grande chaîne de montagnes jusqu'au plus petit atome. La danse des atomes reflète la danse du système solaire, et nous prenons conscience que cette danse n'est pas aléatoire; chaque mouvement est soigneusement organisé telles les planètes suivant leurs orbites. Nous pouvons observer cette danse et ce schéma dans chaque organisme vivant. Par exemple, à l'intérieur du corps humain, le cò ur pompe le sang à travers les veines et l'air circule à l'intérieur et l'extérieur des poumons, et ceci, sans effort de notre part. Chacune de nos millions de cellules exécutent une danse parfaite pour nous maintenir en vie.

L'acceptation de son incarnation terrestre

Quel sujet délicat que ~~est~~ l'humanité lorsque nous avons choisi d'évoluer à travers la spiritualité ! Nous cherchons à nous élever et nous améliorer en pensant que nous sommes imparfaits. Pourtant nous sommes parfaits. D'où vient cette quête de perfection ? Les changements que nous opérons sur notre personne passent par l'acceptation de ce qui est, de ce que nous sommes et de notre incarnation terrestre.



Vous connaissez l'expression j'ai les défauts de mes qualités. Si vous avez ces qualités et ces défauts, cela doit bien servir à quelque chose : servir la Vie. Renier son incarnation terrestre, c'est se faire accroire d'être ce que l'on n'est pas. C'est faire semblant pour plaire aux autres. C'est avoir si peu d'estime de soi et être une autre personne pour être aimé, puisque nous ne nous aimons pas suffisamment. Et après, blâmer la vie de nous envoyer des êtres de « non amour », reflets de notre « non amour-propre ». L'éducation que nous avons reçue a créé la division dans notre mental. Nous devons présenter le visage que la société attend de nous, mais surtout pas notre vrai visage. Présenter le visage que les gens aiment et qu'ils peuvent accepter. C'est pour cela que le monde a créé la peur du ridicule, et la peur de perdre. Le non jugement commence par soi. Si vous constatez la violence chez un autre, c'est votre propre violence que vous constatez. Nous pouvons être tout : amour, haine, paix, joie et souffrance. Nous sommes Un. Le degré de difficulté à se libérer de la souffrance d'un être à un autre n'existe pas. C'est aussi difficile pour l'alcoolique d'arrêter de boire que pour celui qui a à traverser un deuil. Nous sommes tous beaux et grands, respectant l'incarnation terrestre que notre âme s'est choisie, afin de contribuer à la transformation des êtres et à sa propre évolution, que cela soit bien ou mal.

Des religions ont voulu nous faire croire que nous étions imparfaits, afin que la culpabilité ~~ô~~ l'énergie la plus destructrice ~~ô~~ entre dans nos énergies, dans le but de faire baisser notre taux vibratoire et de nous contrôler plus facilement. Ainsi, l'être perd toute sa pureté et son pouvoir de créer son univers, et d'être un dieu qui s'amuse sur terre, car c'est ce que nous sommes. Il y a des actions dont nous ne sommes pas fiers, et la première étape est de l'accepter, ensuite cette énergie sera désarmée par cet amour et laissera place à des comportements plus sains et plus en résonance avec ce que nous sommes devenus. La culpabilité renforce nos comportements nocifs, car **ce à quoi nous résistons, persiste**. Plus nous donnons de pouvoir à nos lacunes, plus elles auront du pouvoir sur nous.

Être authentique avec soi-même c'est s'admettre la vérité. Voilà un bel exemple de justification : j'ai posé la question suivante à un ami « *Es-tu satisfait de ta condition matérielle ?* » Il m'a répondu : « *Oui, mais j'aimerais en avoir plus pour voyager.* »

La vérité est que, non, il n'est pas satisfait de sa condition matérielle et c'est correct. Admettons-nous une fois pour toute la vérité, afin de nous offrir la possibilité de plus d'abondance dans notre vie.

L'abondance passe par le détachement matériel.

« L'étude de la vie des mystiques démontre que ceux-ci ont dû parvenir à un état de grand dépouillement physique, affectif et spirituel avant de pouvoir renaître munis d'une force spirituelle nouvelle. » (Anatomie de l'esprit, Caroline Myss).



La vraie sécurité ne réside pas dans les avoirs que nous possédons, mais bien dans ce que nous pouvons nous passer. L'abondance passe par l'appréciation de ce qui est déjà, par la simplicité et le détachement matériel. Cette étape consiste à réduire son rythme de vie, se reposer et retourner à l'essentiel. Je vous invite à calculer ce que cela vous coûte pour aller travailler : les vêtements, l'essence et le temps pour vous rendre. Vous serez surpris à quel point vous y gagnerez en coupant une journée de travail, votre qualité de vie en sera améliorée

en passant par le retour aux sources. Cette forme de détachement est une porte vers l'abondance illimitée.

Terre-Mère pourvoit à tous nos besoins; elle nous loge, nous nourrit, nous habille. Père-Ciel nous réchauffe, nous fournit de l'énergie par la source du soleil et crée les rencontres d'âme à âme, cette nourriture énergétique qu'est l'amour que nous portons tous en nous. Voyons les messages que la Mère et le Père de toute vie ont à nous transmettre :

Message à toi, de la terre.

« Je suis un être vivant au même titre que toi.

Je suis arrivée bien avant vous. Je suis votre plus grande ancêtre, je suis votre histoire. Quatre milliards de vies qui se succèdent sont arrivées bien avant vous. À l'origine, il y a eu ces parcelles d'étoiles, les minéraux et les métaux. Par la suite des espèces d'animaux sont arrivées suivant le cycle naturel, toutes contribuant à l'équilibre. Aucune espèce n'était nuisible.

À titre d'exemple pour l'évolution de l'homme, j'ai créé la beauté de l'arbre, seule espèce à aller vers le ciel pour capturer la lumière, source de toute vie. Mais il a débuté par des racines ancrées profondément en moi pour atteindre la lumière.

Après ces 4 milliards d'années, l'homme est arrivé pour exploiter ma terre et mes



fruits que je vous offre en abondance. 200 000 ans pour prendre possession du territoire entier, ce qu'aucune espèce n'a pu faire avant vous.

L'agriculture est la condition même de survie de toute l'humanité. En 50 ans, vous avez modifié la terre plus rapidement que tous les hommes qui ont précédé.

Prenez conscience que vous êtes en train d'épuiser mes richesses et vos propres richesses.

Mes yeux sont les étoiles dans le ciel qui vous regardent nuit après nuit. Mes oreilles et ma bouche sont les eaux, les lacs, les rivières; reflets de mes émotions. Les océans sont mes lymphes. Les chutes sont mes larmes de joie ou de peine que je fais reluire sur mes joues que sont les montagnes. La terre est mon cœur et toute ma vulnérabilité, ma peau mise à nue. Le pétrole est le sang qui coule dans mes veines que vous me soutirez jour après jour. Les minéraux que je vous offre en tant qu'énergie sont mes os. Les forêts sont mes poumons et chaque arbre que vous lui enlevez réduit la capacité de mes alvéoles à respirer profondément. La végétation est mon oxygène. Les fleurs sont mes parures et les côtes sont mes dentelles. Les champs et les vallées sont le reflet de ma grandeur. Les grottes et les cavernes sont mes secrets. Mes fruits sont les bijoux.

Par vos pensées et actions destructrices, vous avez pollué autant mes corps subtils que mon corps physique. Je dois me libérer de ces souffrances que vous m'avez infligées.

Maintenant, je suis le reflet de votre image. Plus vous prendrez soin de moi, plus vous prendrez soin de vous. Plus vous prendrez soin de vous et plus vous prendrez soin de moi. Nous sommes intimement reliés. »

Message à toi, de Dieu (inspiré du Mémorandum de Dieu, de Og Mandino)

« Je t'ai donné des yeux pour que tu puisses observer une fleur, admirer un lever de soleil et t'émerveiller devant un ciel étoilé, mais surtout pour que tu puisses voir le regard de l'amour dans les yeux d'un autre. J'ai installé 24 000 fibres dans tes oreilles pour que tu puisses entendre le rire d'un enfant, le chant d'un oiseau et entendre le mot « je t'aime ». Je t'ai donné une bouche munie de papilles gustatives pour savourer les fruits de la terre, et de cordes vocales afin que tu puisses affirmer l'être que tu es. Chanter tout haut la vie et que par ces paroles, tu puisses reconforter le malade, encourager le désespéré, enseigner à celui qui ne sait pas, mais surtout pour que cette voix puisse exprimer l'amour et dire « Je t'aime ».



Je t'ai muni de 200 os et de 500 muscles avec 11 kilomètres de fibres nerveuses synchronisées pour exécuter tes moindres ordres et désirs de bouger, marcher, courir, danser et ressentir la chaleur et les caresses de l'être aimé sur tout ton corps. As-tu oublié la grâce de tes mouvements? Tu as reçu des poumons pour respirer le souffle de la vie même dans les endroits les plus horribles que tu as toi-même créés. 600 millions d'alvéoles travaillent pour

libérer les toxines malsaines que tu respires. Je t'ai donné un cœur pour pomper le sang qui coule dans tes veines jour et nuit pour te maintenir en vie, 36 millions de battements par année et ce, sans effort de ta part. Ce cœur te permet de ressentir l'amour et trouver la force d'aimer les jours de désespoir. Dans tes 5 litres de sang, il y a des 22 milliards de cellules et à chaque seconde, 2 millions de cellules sanguines meurent pour laisser la place à 2 millions de nouvelles cellules, dans un processus de résurrection sans fin depuis ta naissance.

Ce n'est pas tout! Il t'a été donné la structure la plus complexe de la terre : ton cerveau de 13 milliards de cellules nerveuses pour penser par toi-même et te remémorer chaque événement, chaque fois que tu en as besoin. Il commande chacun des tes mouvements. Je t'ai attribué le pouvoir de choisir, pouvoir que les anges n'ont même pas. Le pouvoir de choisir est une force extraordinaire. Choisis de créer plutôt

de détruire, choisis de donner au lieu de prendre, choisis d'honorer plutôt que de critiquer, choisis la vie plutôt que la mort.

Dans ce corps, ce temple sacré, sachant que tu es conscient de toute sa puissance et sa splendeur, l'énergie t'habite. Tu es riche. Tu t'es trahi en disant que tu étais impuissant à changer ta vie. Le premier secret du bonheur c'est de reconnaître tes bénédictions et d'accepter ton incarnation terrestre. Tu pleures et t'assis sur ton potentiel, tes talents et tes projets que tu as échangés pour de la sécurité. Ton plus grand avoir c'est ton être, ce que tu es.

Combien de personnes le ciel t'a-t-il envoyées pour te dire que tu avais un potentiel divin? Combien d'artistes, de philosophes, d'écrivains, de rebelles, d'anticonformistes, de missionnaires, d'humanitaires, d'utopiques, de visionnaires et de guides ont été placés sur ta route en tant que canal de ta divinité. Comment les as-tu traités? De fous! Tous les génies de ce monde ont été déclarés fous plus d'une fois. Leur folie s'exprimait à travers leur intensité et leur passion. Tu les as traités de fous car ils ne s'inquiétaient pas pour des riens comme la masse, ils n'étaient ni angoissés, ni malheureux. Ils étaient tout simplement heureux de vivre et de recevoir l'inspiration du divin qui les habitait. Ces maîtres ont choisi de se donner, de se livrer d'une façon immense à faire une différence dans l'humanité et même, de tout risquer, jusqu'à en perdre leur intimité, afin de donner ce qu'ils sont réellement, sans savoir si le cadeau qu'ils t'offraient serait reçu. Ceci t'a choqué car tu ne peux accepter une chose qu'ils ont réussie et que toi tu as raté : simplement être heureux! Lorsque tu es heureux, il y en aura toujours un autre pour arrêter ta danse, pour t'enlever ta joie et te rendre malheureux afin que tu rentres dans les rangs, au nom du raisonnable. Se rendre ridicule au nom de l'amour ou d'un rêve, voilà la vraie réussite. Rend hommage à ces êtres qui ont tout sacrifié pour toi. Bénis-les et tu pourras vivre ce bonheur. De tous ces noms, ces génies qui t'ont reflété ta grandeur, tu ne les as pas cru car tu avais si peu d'amour de toi que tu as préféré croire en ceux qui te disaient que tu étais un médiocre et un à bon à rien. Tu es unique! Sur les milliards de gens qui ont foulé le sol, personne ne te ressemble. N'essaie pas d'être normal pour répondre aux exigences des autres, oubliant qui tu es et sache, que ta différence fait une différence à toute l'humanité. Tu ne trouveras rien à l'extérieur de toi que je t'ai donné à l'intérieur. Rien n'égale l'unicité que je t'ai offerte. N'importe personne. Proclame ta rareté!



Ce qui est passé est révolu. Célébre la vie comme si chaque jour était le premier jour de ta naissance. Recherche la vraie richesse de la vie que tu portes en toi et que tu ne trouveras pas à l'extérieur. Assume-toi et proclame ta différence et ta rareté. »

L'abondance et l'énergie de l'argent

Il est étonnant de constater que l'argent soit encore de nos jours un sujet délicat, à la limite tabou, surtout dans le monde de la spiritualité. Comme si c'était malsain, péché ou sale. Il est évident que nous devons purifier tout notre bagage génétique, inscrit



profondément dans nos cellules par rapport à cette énergie qu'est l'argent. En effet, l'argent est une énergie et nous pouvons le constater facilement. Souvenez-vous lorsque vous avez obtenu un gain inattendu tel qu'un bonus, une augmentation de salaire, un don ou un gain à la loterie, votre énergie a augmenté, dû au simple fait de penser à tout ce que vous pourriez vous offrir avec cet argent. Et le goût de célébrer et de partager ce moment avec des êtres chers a pris naissance dans votre cœur. Vous devez saisir et

vous souvenir de ces états de grâce, de ces sentiments d'abondance, car ils ont le pouvoir de créer encore une fois l'abondance illimitée dans votre vie.

Hélas, ces moments de béatitude se font subtilement et rapidement saboter par la peur de manquer, par cette cassette venant de notre mental, par ces fausses croyances que nous avons achetées depuis des générations tels que : « *je suis né pour un petit pain* », « *il faut travailler fort* », « *l'argent ne pousse pas dans les arbres* », « *les gens riches sont des êtres égoïstes* », etc. Il est un devoir pour l'être humain de répondre à ses besoins de survie et de se reprogrammer positivement au sujet de l'abondance et de l'argent. Côté des gens prospères et positifs qui ont de bonnes semences à vous offrir et enlever les mauvaises herbes de votre jardin en prenant vos distances avec ces grugeurs d'énergies qui ont toujours une pensée négative sur la vie et qui ont toujours besoin de votre aide.



L'argent ne doit pas être le but en soi, mais plutôt l'outil qui vous permettra d'atteindre vos buts. Donc, il est important d'avoir des buts élevés. J'ai remarqué que les gens demandent plus d'argent, mais si on leur demande ce qu'ils en feraient, leurs objectifs ne sont pas clairs ou ils ressemblent à des objectifs de société tels que, maison, voiture ou tout simplement payer leurs dettes. Des buts élevés peuvent être, par exemple, voyager autour du monde, créer une entreprise de grande envergure, travailler à une cause humanitaire, avoir plusieurs maisons dans différents pays, devenir acteur, etc. Il n'y a aucune limite à vos rêves et à leur expansion. En mettant

votre attention sur des buts élevés plutôt que sur l'argent, vous vous permettez de lâcher prise sur votre état de manque.



Pour être riche, il est primordial de découvrir sa richesse intérieure. Découvrez ce que vous avez en abondance à partager avec les autres. Si c'est de la joie, donnez de la joie, si c'est du savoir, partagez vos connaissances, si vous avez le sens de l'humour, faites rire les gens à chaque fois que vous en avez l'occasion. Donnez à profusion ce que vous avez reçu gratuitement de la vie et par voie de résonance, l'abondance vous sera retournée. Reconnaissez votre valeur, car tout sentiment de manque ou de pauvreté pourra aussi vous être retourné. Tout sentiment d'abondance attire l'abondance. Reconnaissez l'abondance de tout ce qui est présentement dans votre vie. Ceci devra peut-être passer par un détachement matériel, comme la surconsommation de biens. Tout de même, reconnaissez que l'abondance est déjà présente dans votre vie; vous avez soif, vous avez de l'eau à profusion; vous avez besoin d'un toit, le logement ou la maison se manifeste; vous avez faim, la nourriture se présente. Maintenant, se sont vos

rêves, même les plus fous qui ont l'opportunité de se réaliser. Il n'y a pas de limite à part celles inscrites dans notre conscience. Manifestez l'abondance.

L'Arbre de vie

Interprétation

Texte écrit par : Gabriel Laliberté

Depuis des millénaires déjà,

L'Art est un outil utilisé couramment afin de prendre contact avec notre inconscient. Prendre le temps de dessiner, par exemple, permet d'évacuer le mental et de projeter sur papier une partie de nous-mêmes, à savoir notre personnalité. Dans le cas échéant, il est intéressant de pouvoir interpréter et d'analyser ces dessins, afin de confirmer ou parfois même de découvrir des choses sur nous-mêmes, cachées dans notre inconscient.



Notre vie est remplie de symboles. En effet, un symbole n'est pas seulement un dessin, un objet, une forme, mais c'est l'importance, la notion que l'on apporte à ceux-ci. Dans le cas qui nous intéresse, l'Arbre est un symbole connu depuis très longtemps. Ainsi, on réalise que l'Arbre est le symbole de la vie, de l'évolution, de la connaissance aussi. L'Arbre de vie est présent dans divers peuples et religions. À titre d'exemple, les mayas considéraient l'arbre de vie du monde comme le pilier central de l'échelle du temps. L'ancien testament nous décrit bien l'arbre de la connaissance dans le jardin d'Éden, etc.

En définitive, on constate que le symbole de l'Arbre est bien ancré dans notre inconscient. Donc, il s'avère intrigant de connaître toutes les informations qu'il est possible de découvrir lorsque l'on demande à quelqu'un de dessiner son arbre, symbole de lui-même.

Voici une liste des principaux traits et détails qui pourraient se trouver sur votre arbre et leurs définitions.

Les quatre Zones

Le haut de l'arbre : Le feuillage représente les valeurs de la personne, son ouverture au spirituel ainsi que la zone intellectuelle.

La gauche (lorsque l'on regarde la page) : Cela représente la zone du passé, de l'introspection, donc le côté intérieur de la personne. **Le haut** représentera donc l'hémisphère gauche du cerveau.

Le bas de l'arbre : Le bas représente le subconscient, la zone matérielle, le physique, donc la capacité d'enracinement de la personne, son attachement à la Terre.

La droite (lorsque l'on regarde la page) : Cela représente la zone du futur, de l'extraversion, des projets. C'est l'imaginaire de la personne, sa capacité à la visualisation. **Le haut droit** représentera donc l'hémisphère droit du cerveau.

En résumé, la gauche inclut la relation avec la mère, son côté YIN, la droite la relation au père, son côté YANG.

En partant avec cette base, il devient maintenant plus facile pour tout le monde de pouvoir analyser chaque petit détail que l'on retrouve sur l'arbre en le rapportant aux quatre zones. Il est à noter que le rapport d'équilibre et de symétrie entre les zones en dira beaucoup sur vous.

L'interprétation : L'interprétation fait d'abord appel à la vue globale du dessin, son organisation, la qualité du trait, les couleurs employées, la géographie des éléments, leur importance, les ajouts ; puis, chaque élément est analysé en particulier. C'est la synthèse de toutes ces particularités qui guide l'interprétation.

L'arbre est particulièrement important dans un dessin parce qu'il représente l'enfant. La base du tronc vous informe de son énergie physique. Plus le tronc est large, plus la personne se sent enracinée et refait son énergie facilement. Les personnes qui ont une santé fragile ont tendance à faire des troncs plus minces. La hauteur de l'arbre vous donnera un indice de la place qu'il croit occuper au sein de la famille, de la société, etc. Les branches et les feuilles sont associées à la créativité, mais aussi à son développement. Un arbre sans feuillage veut peut-être dire que la personne a besoin « d'engrais » intellectuel, alors qu'un feuillage abondant est le propre des enfants à l'imagination débordante. Peut-être un peu trop dans certains cas!



-Le tronc: Représente le moi de l'individu, la partie essentiellement stable de sa personnalité. Cette région, d'apparence simple, est primordiale. On y retrouve l'importance que la personne s'accorde et l'amour qu'elle se porte. Ainsi, une personne qui fait un tout petit tronc avec de grosses racines et un gros feuillage sera très ouverte aux gens, à la quête de connaissances, mais ne portera pas assez d'attention sur elle, tel que prendre soin de soi. L'épaisseur, le détail du tronc, la forme indiqueront les fondations de la personnalité. Par exemple, si le tronc n'est pas droit mais plutôt courbé, il faudra regarder vers quel côté il courbe et se référer aux quatre zones. Si la personne a fait un trou dans l'arbre ou un visage, on dira de cette personne qu'elle est un livre ouvert et qu'elle est bien ancrée dans son MOI.



-Les racines: Les racines représentent l'appartenance au monde, notre degré d'enracinement; elles sont très fréquentes dans les dessins d'enfant, mais elles ont tendance à disparaître avec l'âge adulte. Pourtant, elles sont essentielles. Dans l'idéal, elles ont la même superficie que le feuillage et témoignent d'un bel équilibre. Si elles sont plus petites, on dira de cette personne qu'elle aime penser, imaginer

et qu'elle a un peu de difficulté à s'y faire avec le monde matériel. Dans le cas inverse, soit beaucoup plus de racines que de feuillage, on dira de cette personne qu'elle est très ancrée dans le matériel, qu'elle est très directe, mais qu'elle a un penchant pour la dépendance affective, besoin d'être deux.

-Les branchages: Les branchages symbolisent les relations avec l'extérieur, les modes de défense ou d'attaque du sujet, de mise en œuvre de ses ressources. Dans le dessin, on cherchera à voir s'il y a équilibre entre la gauche et la droite dans le branchage. La nette dominance de l'une ou l'autre direction indique sa façon dont la personne aborde la vie et les situations qui se présentent à elle.



-La position de l'arbre: Fait référence à la stabilité de la personne. Une personne centrée, bien ancrée, aura dessiné l'arbre au centre. Une personne qui aura fait son dessin dans un coin, démontrera une difficulté à prendre sa place, à s'ouvrir aux autres.

-La taille de l'arbre: Indique la façon dont le sujet s'insère dans le milieu : petit, c'est un signe de timidité; débordant de la page, c'est un signe d'épanouissement, mais aussi peut-être, d'ego bien développé. Nous avons besoin des deux dans notre société.

Dessins et symboles pouvant se trouver dans l'arbre

Dans certain cas, des personnes dessineront l'arbre avec des symboles ou le placeront dans un contexte. Il faudra alors faire l'interprétation commune des deux symboles en lien avec la zone où il est situé. Par exemple, une personne qui dessine son arbre sur la Terre, sera interprétée comme une personne très humanitaire, qui aime rêver, imaginer ainsi que le monde spirituel, puisque le feuillage est complètement dans l'espace. Tout dépendant où la terre est située, une interprétation différente se fera. Dans un

autre cas, une personne qui aurait dessiné un visage dans son arbre, indiquera son âme, son soi supérieur et encore, en se référant aux quatre zones, on en tirera le message précis pour la personne. Tous ces critères sont considérés globalement pour aboutir à une vue d'ensemble.

On pourra analyser chacun des symboles ainsi de suite. Il serait interminable de dénommer ici tous les symboles possibles, mais en utilisant son intuition et en se référant aux zones de l'arbre, j'encourage tout le monde à se lancer dans l'interprétation de leur arbre. Peut-être y découvrirez-vous de belles surprises!

Les couleurs

Chaque couleur a sa symbolique, son émotion. Si une personne utilise une seule couleur dans ses dessins, il envoie un message clair et net : il veut être compris et décodé. Les combinaisons de couleurs ont aussi leur signification propre.

Rouge: La personne qui la préfère dans ses dessins est énergique, du genre difficile à arrêter! Mais le rouge c'est également l'agressivité, la colère et l'angoisse. Quand il y a beaucoup de rouge dans un dessin, c'est peut-être un signe qu'une crise se prépare! S'il est situé aux niveaux des racines, c'est l'énergie brute, le contact terrestre, l'ancrage!

Jaune: Le jaune est synonyme de connaissance, de curiosité et de joie de vivre. La personne qui utilise beaucoup cette couleur est plus expressive que la majorité des enfants.

Orange: Comme le rouge et le jaune, l'orange exprime un besoin de contact social. C'est aussi un signe d'esprit d'équipe et de compétition.

Bleu: Le bleu, c'est la paix, l'harmonie et la tranquillité. La personne qui utilise beaucoup de bleu est introvertie et n'aime pas être bousculée; elle aime aller à son rythme. Si le bleu est utilisé d'une drôle de façon, la personne vous passe le message qu'elle aimerait avoir la paix, que son environnement la

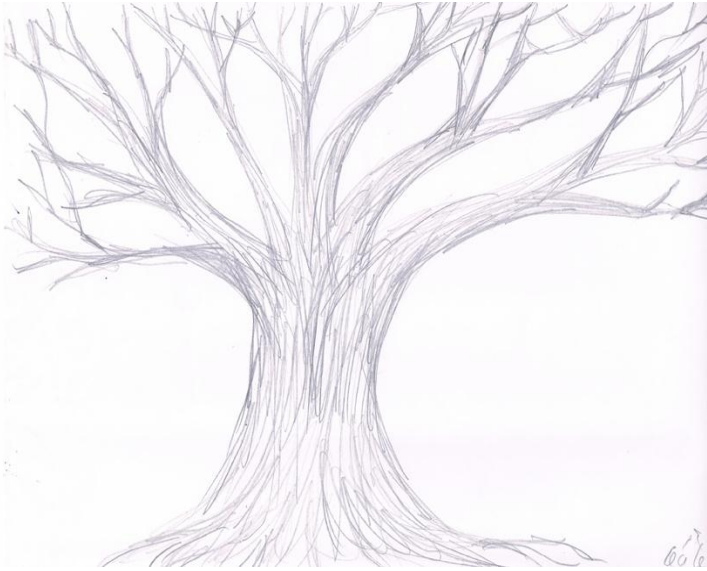
Vert: Le vert étant composé de jaune et de bleu, il reflète la curiosité, la connaissance et le bien-être. La personne qui l'utilise beaucoup est souvent intuitive et plus mature que la moyenne, même si elle est sensible. Quand le vert est mal utilisé dans un dessin, ce peut être signe d'un ego trop fort.

Noir: Les gens s'inquiètent à tort lorsque le dessin contient beaucoup de noir. Le noir renvoie à l'inconscient, à l'invisible, et pas nécessairement aux mauvaises pensées. La personne qui en utilise beaucoup se fait confiance et n'a pas peur de l'avenir. Mais le noir peut aussi vouloir dire que la personne a des secrets, qu'elle ne veut pas dévoiler certaines choses. C'est un besoin d'introspection.

Rose: Le rose étant composé de rouge et de blanc, elle signifie douceur et tendresse. La personne aime les choses agréables et faciles, et elle est facile d'approche.

Brun: La personne qui aime dessiner en brun aime la sécurité, la stabilité et elle est souvent patiente et minutieuse.

Un peu d'Histoire: ORIGINES du Test de l'arbre :



Elles remontent à **1934**, lorsque Hurlock et Thomson (psychologues) font dessiner 8 dessins. Parmi eux, un arbre, afin de déceler une éventuelle perception de jeune enfant. (2000 dessins sont exécutés par des enfants de 4 ans et demi à 8 ans et demi).

1934 encore : Schliebe, lui, fait dessiner un arbre, confronté à d'autres dessins d'arbres (arbres morts,

gelés, heureux, effrayés ...). Il veut en faire ressortir une étude de personnalités basée sur l'expression des affects. (4519 dessins seront ainsi faits par 478 élèves de 4 ans à 18 ans).

Aux environs de **1947** : Buck (psychologue clinicien, disciple de Goodenough) a créé le HTP (dessin de la Maison, de l'Arbre et de la Personne) test de personnalité. (150 dessins sont exécutés par des psychopathes, psycho-névrotiques et inadaptés.) Il s'intéresse aussi aux enfants normaux et à l'évolution de leurs dessins suivant leur âge.

Après **1949** : Koch explique sa méthode dans un livre de 400 pages, mettant l'accent sur l'impression globale donnée par le dessin. (1202 dessins ont été exécutés). Ce n'est qu'en **1957** que son test sera au point.

Les techniques d'application de Buck et Koch sont différentes; certaines consignes plus exigeantes que d'autres restreignent l'initiative du dessinateur.

Bien d'autres psychologues ont travaillé sur ce test du dessin d'arbre.

Renée Stora, licenciée es lettres, a été attachée de recherche au CNRS, au sein duquel elle continuait ses travaux sur le test du dessin d'Arbre, dans un laboratoire de psychobiologie de l'enfant, sous la responsabilité du Professeur René ZAZZO. Son immense travail est basé sur l'étude de plus de 3560 sujets différents en âge, sexes et pathologies. Elle en a interprété leurs dessins d'arbres. Grâce à ses connaissances graphologiques, psychologiques et statistiques approfondies, elle est parvenue à saisir la personnalité de ces sujets à travers leurs dessins, et expliquer comment ces personnes se situent par rapport à leur entourage familial ou professionnel.

Alliés du règne animal

La totalité du règne animal représente nos instincts de survie et d'enracinement à la terre. La majorité des gens se sont coupés de ces archétypes de l'inconscient que sont les animaux-guides. L'âme a besoin de se rapprocher de ces archétypes pour répondre à ses besoins de survie et vivre en équilibre et en harmonie avec son plan terrestre, tout comme les animaux le font si bien et naturellement.



Prendre contact avec notre animal-guide éveillera en nous les forces primaires que nous avons besoin de développer pour notre survie et à la concrétisation de notre mission de vie. Les guides du règne animal vont souvent se présenter à vous un à la fois. Il est aussi possible qu'ils soient plus d'un à se présenter, mais très rarement plus de trois. Une fois que les forces spécifiques reliées à un animal se sont développées et intégrées dans votre vie, un autre guide animal peut se présenter à vous.

Souvenons-nous de nos racines, car selon l'échelle de l'évolution, nous sommes venus après les animaux sur cette terre. Malgré tous nos efforts pour nous réfugier dans la matérialité du monde moderne, notre vraie nature est inévitablement appelée à reprendre la place qui lui revient, en harmonie totale avec Terre-Mère. L'une des caractéristiques d'un guide animal est de ne pas se mêler des histoires mondaines. Son rôle est de nous aider à maîtriser nos peurs, nos phobies, nos angoisses et aussi, à développer nos talents nécessaires à la réalisation de notre légende personnelle.

Établir une relation intime avec notre guide animal

Nous ne choisissons pas notre guide animal, c'est lui qui nous choisit. Laissez-le simplement se présenter à vous. Ceci peut se faire par l'intermédiaire d'une méditation guidée ou bien il peut se présenter à vous en rêve. Si vous êtes bien en contact avec votre vraie nature, il peut se manifester à vous en chair et en os. Ceci devient alors une grâce puisque la force archétypale de l'animal vous est transmise directement. Lorsqu'un guide se présente à vous, créez immédiatement un pont d'amour entre vous et l'animal. Vous pouvez très bien visualiser un courant d'énergie vert qui vous relie du ciel à la terre. Il est important de fusionner avec son animal et de sentir que vous faites UN. Soyez à l'affût des signes qu'il vous enverra par l'intermédiaire de plusieurs canaux, par exemple : photo, revue, image publicitaire, émission de télévision ou autres. Lorsqu'un allié animal fait son entrée dans nos énergies, il nous le fait savoir. Il devient alors très présent dans notre quotidien et nous pouvons retrouver son image partout.

Une fois le lien bien établi, demandez à votre animal-guide quel est le message

principal qu'il a à vous transmettre. Vous pouvez recevoir sa réponse soit en son, en image, en sensation ou en signe de jour.

Important :

Ne jamais oublier de remercier l'allié pour ses dons offerts dans notre vie.

Les quatre grandes familles du règne animal

Les Quadrupèdes : Les mammifères sont nos plus proches parents. Il y a environ 4300 espèces sur terre dont environ 400 vivent en Amérique du Nord. Chaque espèce détient des caractéristiques distinctes, puisque la plupart vivent sur la terre ferme et ils sont reliés à cet élément. Donc, ils nous aident à passer à l'action dans notre quotidien et à réaliser nos objectifs sur le plan physique.



Les Ailés : Les oiseaux sont depuis toujours considérés par toutes les nations du monde comme étant les messagers du ciel. Ils sont reliés à l'élément air, ils nous aident à nous alléger du plan terrestre en nous permettant d'avoir une vision éclairée et détachée de notre vie.

Recevoir la plume d'un oiseau est une grâce que nous devons respecter et sur laquelle nous devrions méditer pour nous imprégner de la sagesse de cet animal.

Les reptiles : Ils comptent parmi les animaux les plus anciens de la planète et regroupent plus de six mille espèces. Ils ont dans certains cas une parenté lointaine avec les dinosaures qui peuplaient autrefois la terre. Ce qui distingue cette famille des autres, est la température de leur métabolisme qui doit s'harmoniser avec la température de leur milieu d'évolution. Étant des animaux à sang froid, ils doivent chercher la chaleur pour survivre. C'est pour cette raison qu'ils sont reliés à l'élément feu. Cette famille nous enseigne à nous adapter aux changements dans notre vie.





Les multiformes : Les insectes constituent le trois quart des animaux qui existent sur notre globe. Nous pouvons compter au moins deux cent mille insectes pour chaque être humain de la terre. Ils peuvent évoluer dans toutes sortes d'habitats différents, mais ils proviennent, pour la majorité, des eaux, élément auquel ils sont reliés. Ils représentent le collectif, le travail au niveau de la masse, mais aussi le travail sur nos émotions. Ils nous offrent la longévité et la persévérance dans nos transformations.

Les Quadrupèdes



L'ours : Capacité d'introspection et de détachement. Vivre en harmonie avec son cycle intérieur et le cycle des saisons. Marcher au rythme du cœur de la terre.

Le bison : Grand symbole d'abondance et de richesse, autant sur le plan matériel que spirituel. Capacité à reconnaître cette abondance. Guerrier pacifique.





Le lion : Archétype du soleil et du père, c'est l'émulation de notre pouvoir personnel bien maîtrisé et non contrôlant.

Le castor : Constance dans l'accomplissement des ses rêves et de ses objectifs pour le plus grand bien de la famille et de la communauté. Stabilité.



L'éléphant : Symbole de royauté et de fertilité, suscite le respect et l'admiration. Solidarité familiale hors du commun.

Le tigre : Ancrage à la terre dynamique, capacité à s'élancer dans l'avenir avec enthousiasme, savoir s'approprier ce qui nous revient de droit.





L'original : Puissance de la mère primitive, sécurité et accomplissement dans un domaine relié au foyer familial. Créativité et intuition.

La souris : Reliée aux peurs de l'inconscient et aux expériences du passé. Capacité de discernement de nos expériences et d'en prendre leçon.



L'écureuil : Prévoyance. Il est temps de préparer l'avenir. Persévérance et fidélité envers nos objectifs sans nous laisser distraire par autrui.

Le gorille : Force et noblesse d'une vie pleinement réalisée. Capacité à prendre soin des autres avec générosité en assumant nos responsabilités.





Le lapin : Capacité de s'adapter à toutes sortes de situations, même si nous sommes forcés de faire marche arrière, mais nous pouvons nous rattraper en un seul bon.

Le porc-épic : Sens de l'équilibre entre le travail et les loisirs hors du commun. Curieux et trouve plaisir dans toutes les activités.



Le coyote : Équilibre entre la sagesse et la folie. Incarne intelligence et espièglerie. Capacité à faire face à toutes situations avec confiance.

Le renard : Détenteur des pouvoirs magiques et de l'invisibilité. Nous aide à développer notre sixième sens et nos pouvoirs extra sensoriels.





Le loup : Être attentif et faire confiance à notre intuition. Capacité à percevoir le moindre changement, faire confiance à nos instincts.

Le dauphin : Les mystères de l'eau, du son et de la respiration nous sont dévoilés. Connaissance du langage corporel et du langage ultra son.



La baleine : Nouvelle profondeur de notre créativité, reconnaissance du pouvoir de notre verbe. Contient la bibliothèque de la terre.

Le cheval : Équilibre et mouvement, savoir se mouvoir sur le plan matière et astral. Autodiscipline du corps et de l'esprit.





Le chien : Fidélité et amour inconditionnel. Sentiment que nous sommes protégés dans toutes nos entreprises. Gardien des trésors cachés.

Le chat : Il nous permet d'observer les situations avec calme et détachement. Lorsque le chat agit, il le fait avec détermination.



Le rat : Manque d'individualisation et d'authenticité. Par contre, le rat arrive toujours à ses fins et il est un survivant.

La moufette : Inspire le plus grand respect par sa simple présence.

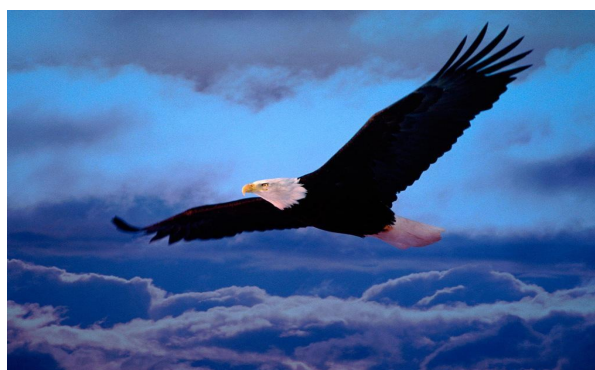




La loutre : Habileté et créativité dans nos entreprises. Représente l'imagination, la joie et l'amour au sein de la famille.

Les Ailés

L'aigle : Emblème par excellence du soleil. Confère une vision élevée se rapprochant du grand créateur. Connaissance, sagesse et guérison.



Le faucon : Le messenger du ciel, il nous annonce que nos visions vont s'affiner et que nous devons faire confiance en nos perceptions. Enthousiasme.

Le hibou : Incarne les mystères et la magie la plus élevée. Oiseau solitaire qui nous enseigne à développer nos pouvoirs intérieurs.





Le corbeau : Oiseau mal aimé qui est en fait le reconstruteur de l'humanité par son sacrifice. Il le fait dans l'ombre pour faire surgir la lumière. Pouvoirs magiques et harmonisation des contraires.

La mésange : Annonceur du printemps, donc, du renouveau dans notre vie. Symbole de la quête de vérité intérieure qui commence.



Le grand héron : Demande de travailler sur notre équilibre intérieur et sur notre unité. Oiseau rempli de noblesse, c'est le roi des marais.

Le cygne : Le plus grand et le plus gracieux des oiseaux aquatiques. Nos rêves sont sur le point de se réaliser dans la matière.





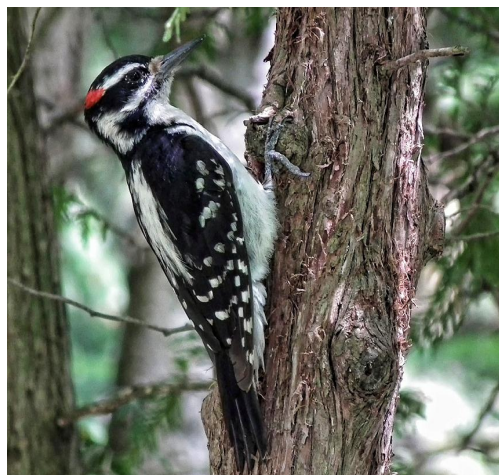
Le vautour : Mort et résurrection, équivalent au phò nix qui renaît de ses cendres, donc capacité à renaître suite à nos plus grandes épreuves.

Løoiseau mouche : Défie les lois de la physique, énergie très dynamique. Vous pouvez accomplir de grandes choses en reconnaissant votre pouvoir.



La perdrix : Quête de vision par la méditation et la danse en spirale qui peut nous permettre d'atteindre des sphères de conscience élevée.

Le pic-bois : Le tambour terre-mère qui nous transmet le rythme du cò ur de la terre tout en s'amusant dans le travail au foyer.





Le geai bleu : Faire les bons choix en ce qui concerne la façon dont nous endossons nos responsabilités et nos nouvelles perceptions.

Le cardinal : Guérison du cœur.
L'occasion nous est offerte de guérir les anciennes blessures d'amour et de vivre un renouveau en ce domaine.



L'oie sauvage : Le voyage dans les sphères élevées de l'inconscient et des niveaux terrestres. Savoir que nous sommes toujours guidés au bon endroit.

La tourterelle : Le champ de la tourterelle annonce un nouveau cycle d'harmonie dans notre vie, les moments difficiles sont derrière nous.





Le dindon : L'oiseau de la Terre, symbole d'abondance et de dépouillement continu par le don de soi. Vous agissez pour le plus grand bien de tous.

Le perroquet : Grand pouvoir de communication inspiré directement des étoiles. Les gens vous écouteront avec grand respect.



La colombe : Symbole de pureté et de paix, fusion avec notre soi christique et procure une montée de la kundalini.

Les Reptiles



Le serpent : Emblème universel de guérison, de vie, de mort et de résurrection. C'est une transition importante, une invitation à laisser le passé derrière soi.

La tortue : Représentation de Terre-Mère, elle transporte le monde sur son dos, représentant notre bagage accumulé que nous devons assumer. Avancer lentement, mais sûrement.



La grenouille : Éveil des énergies créatrices, elle indique une période de grande métamorphose. Elle apporte une fluidité émotionnelle.

La salamandre : Appui inespéré qui provient de l'extérieur pour appuyer les transformations intérieures.





Le gecko : Nous devons agir dans les conflits, le temps n'est pas à la docilité. Une certaine situation demande d'être clarifier.

La couleuvre : Accélération marquée du temps par rapport à une situation précise. Nos buts sont accessibles et nous y parviendrons bientôt.



Le caméléon : Annonce que les changements intérieurs que nous avons activés intérieurement se reflètent dans notre environnement.

Le varan de Komodo : Considéré comme les derniers dragons de la Terre, c'est la représentation de l'instinct de survie. Solitaire et puissant, il est le Maître des éléments.



Les insectes



Le papillon de jour : Nouvelle étape de transformation qui s'oriente toujours vers plus de joie, d'amour et d'harmonie dans notre vie.

Le papillon de nuit : Le papillon qui sort du cocon correspond au dernier stade de la transformation. Ils annoncent la réussite financière et artistique.



La libellule : Symbole de joie et d'une lumière nouvelle qui prend place dans notre vie. Les changements sont subtils mais durables.

L'abeille : Fécondité à tous les niveaux, mais surtout en amour, annonce un temps où notre vision spirituelle va s'accroître et éclore au grand jour.





La araignée : Annonce le réveil de nos facultés créatrices. Fileuse experte, elle tisse l'illusion de la vie et du temps, le mystère de la magie dévoilé.

La luciole : La récolte sera généreuse, nos espoirs commencent à prendre forme surtout en ce qui concerne les relations amoureuses.



La cigale : Réveil de l'enfant intérieur, la cigale annonce une période de félicité nouvelle et de joie retrouvée avec des êtres du passé.

Le scarabée : Nous sommes dans la bonne voie, dans la mesure où nous gardons les pieds sur Terre. Protection supérieure.





La coccinelle : Période où nous serons à l'abri de tout ce qui nous exaspère, temps propice pour que nos vœux se réalisent.

La chenille : Nouvelle phase de transformation offerte. Prendre le temps de bien vivre chaque étape de cette transformation.



La mante religieuse : Faire appel à l'immobilité et au camouflage pour nous protéger des menaces extérieures.

Le grillon : Nos rêves deviendront plus prophétiques et il nous est demandé de nous fier à nos intuitions face à notre avenir.



Exercices d'harmonisation du centre de vie racine.

- Vibrer au rythme du cò ur de la Terre; réduire son rythme de vie.

Savoir s'arrêter ou du moins ralentir notre rythme de vie fait aussi partie de la première phase d'évolution. Lorsque vous prenez le temps d'entrer en votre être véritable et en votre abondance intérieure, vous n'avez plus besoin de courir à l'extérieur de vous dans toutes les directions, sans savoir pourquoi. Alors, nous vous le répétons, arrêtez-vous! Activez votre Corps d'Énergie X, faites vos racines et connectez-les au cò ur de la terre. Vibrez le rythme de la terre. Harmonisez-vous avec le cycle des saisons qui représente aussi vos propres saisons intérieures, un temps pour chaque chose.

- Prenez contact avec la terre, dialoguez avec elle en tant qu'entité.

- UNIFIEZ le battement de votre COEUR à celui de la TERRE.

- Reconnaissez la synchronicité dans chaque événement de votre vie.

- Jouez à « Un maître n'est jamais en retard. »

- Prenez contact avec votre corps.

Massez les parties endolories de votre corps avec quelques gouttes d'huile de romarin dans une huile de base.

-Activez l'énergie du corps

L'activité physique est de mise ici, quelle que soit l'activité, préconisez un sport qui va solliciter l'ensemble de votre corps physique, afin que toutes les articulations et tous les sens de votre corps soit sollicités. Un corps en santé est essentiel au bon déroulement de l'atelier ou va du moins en maximiser les effets. Votre corps physique est tel un temple sacré, et vous vous devez de l'aborder comme tel. Bien sûr, il n'y a pas seulement l'exercice physique qui permet une santé optimale, mais cela fait partie de la base. D'autres aspects du physique seront développés au cours des prochaines phases. Vous pouvez préconiser des sports extérieurs qui vous aideront à nourrir votre corps d'énergie de vie et qui oxygéneront l'ensemble de votre corps physique tout en créant un contact privilégié avec tous les éléments de la vie; soit la terre, l'eau, le feu et l'air.

- Prenez un arbre dans vos bras et vous adosser le dos à un arbre.

- Trouvez un lieu de pouvoir.

Ce lieu se trouve en nature pour vous refléter simplement votre propre nature. Il peut être un cours d'eau, une montagne, une forêt, etc. Il peut être votre arbre que vous avez enlacé dans vos bras. Prenez quelques minutes ou quelques heures à calmer votre mental et à admirer la beauté du paysage. Une fois ce lieu de pouvoir déniché, allez-y aussi souvent que possible afin de vous recharger de bonnes énergies.

- Travaillez avec les éléments de la terre.

Semez des fleurs ou jardinez, rien de mieux pour s'enraciner. Travaillez et étudiez les pouvoirs thérapeutiques et magiques des minéraux et des herbes, car ils ont le pouvoir d'améliorer votre qualité de vie et de vous guérir sainement.

- Harmonisez et entourez-vous de la couleur rouge.

Portez des vêtements de couleur rouge, ceci va vous dynamiser.

- Faites le ménage de sa sacoche et de son portefeuille.

En effet, faites de la place à l'abondance en enlevant tous les papiers inutiles, surtout les vieilles factures.

- Changez l'énergie de l'argent.

Saviez-vous que l'huile de bergamote a la propriété magique d'attirer l'argent? Alors, voici un petit truc magique, simple et fort efficace. Versez quelques gouttes de bergamote dans le creux de votre main, et imbiblez chaque billet de banque en prononçant cette formule à haute voix : Multiplie-toi et reviens-moi multiplié!

- Reconnaître l'abondance déjà présente.

Appréciez les petites choses de la vie telles que : les petits gestes d'affection, les sourires, flatter un animal, manger de la nourriture fraîche et prendre un bon bain chaud. Ayez de la gratitude pour tout ce que vous recevez.

- Acceptez votre incarnation terrestre.

Prenez le temps de vous dire « *je t'aime* » et de vous encourager pour les bonnes choses. Célébrez chaque jour comme si c'était le premier de votre naissance.

- Prenez soin de la terre et de vous.

Recyclez et ramassez les déchets sur votre chemin.

- Prenez contact avec votre animal-guide.

Le visualiser et lui demander de vous aider avec votre incarnation terrestre et vos besoins de survie.

Merci à nos sources d'informations et d'inspirations :

L'Univers alchimique des cristaux, D^{re} Suzanne Gagnon- Haslam Msc.D.

L'Énergie des cristaux, 150 conseils pratiques pour choisir et utiliser les cristaux, Mary Lambert.

Aromathérapie spirituelle, Patricia Davis.

Santé, Beauté, Longévité par les huiles essentielles, Lise de Monceaux.

Atlas des centres énergétiques écrit par Kalashatra Govinda

La science des chakras écrit par Daniel Briez aux éditions de Mortagne

Les mystères dévoilés écrit par Godé Ray King aux éditions du nouveau monde

La délivrance par le soleil écrit par Nathalie Chintanavitch aux éditions Ariane

Shamballa et les Maîtres de sagesse écrit par Daniel Briez aux éditions Monique Éthier

La voie des anges écrit par Isabelle Padovani aux éditions de Mortagne

La vie des maîtres écrit par Baird t. Spalding aux éditions Robert Laffont

Le code maya écrit par Barbara Hand Clow aux éditions Alphée

La vie, l'amour, le rire écrit par Osho aux éditions de Mortagne

Les Vrais Désirs écrit par Sonia Choquette aux éditions du Roseau

