

# Atelier *Éveil*



## CENTRE DE VIE COEUR

Cours 7a: Reconnaissance et guérison du centre de vie cœur.



Par MAÎTRE EN LIBERTÉ 

## Cours 7a : Reconnaissance et guérison du centre de vie cø ur

### DESCRIPTION:

- Appellation en sanscrit: Anahata.
- Nombre de pétales: Douze.
- Signification: Point de vie.
- Symbolisme animal: Oiseaux.
- Désignation: Centre de l'œtre.
- Élément: Air.
- Correspondance dans l'organisme: Milieu de la poitrine.
- Figure géométrique: Étoile à six branches (étoile de David).
- Couleur: Vert.
- Planète: Jupiter.
- Son vibratoire INCA: MEM.
- Note de gamme: FA.
- Organe des sens: Toucher.
- Pierres: Quartz rose, Émeraude, Jade.
- Huiles essentielles: Rose, Jasmin, Vanille.
- Principe fondamental: Amour inconditionnel et compassion.



### ESSENCE PROFONDE:



Le centre de vie du cø ur est le quatrième réceptacle de l'énergie vitale.

Il est comme un puits d'amour inépuisable. Ce centre sert de point de rencontre entre les énergies de la terre Mère et les énergies du Père céleste. Une fois bien harmonisé, il vous apporte la transparence dans vos sentiments d'amour. Ce centre a pour fonction première de redistribuer l'énergie d'amour qui se crée à l'intérieur du cø ur par la fusion de la Mère et du Père; ce courant d'amour inconditionnel créé par ce mariage Divin transcende toutes vos blessures à son passage, par conséquent, nous devons être prêts à abandonner ses blessures pour faire place à la

guérison. Suite à cette guérison, la conscience Christique, notre JE SUIS Sacré, commencera à prendre sa place à l'intérieur de nous, ce sera alors la naissance de l'homme nouveau... Celui qui sait...

## AUTO PROGRAMMATION PAR RECONNAISSANCE

- Je reconnais l'élément vent qui vit en moi.
- Je reconnais l'amour inconditionnel qui vit en moi.
- Je reconnais mes blessures d'amour.
- Je reconnais la conscience Christique qui vit en moi.
- Je reconnais l'amour conditionné qui vit en moi.
- Je reconnais ma capacité de donner et de recevoir.
- Je reconnais les souffrances du monde.
- Je reconnais mon cœur rempli de joie.
- Je reconnais mon attachement à mes blessures d'amour.
- Je reconnais mon cœur Sacré.
- Je reconnais mon passé.
- Je reconnais l'enfant qui vit en moi.
- Je reconnais le mariage du ciel et de la terre en moi.
- Je reconnais mon union à la totalité.
- Je reconnais mes peurs d'aimer et d'être aimé.
- Je reconnais ma part d'ombre.
- Je reconnais mon ouverture à l'amour.
- Je reconnais mon sentiment de séparation.
- Je reconnais mon potentiel d'évolution.
- Je reconnais mes différences.
- Je reconnais mon ego.
- Je reconnais l'impalpable.
- Je reconnais les rencontres d'amour que la vie me présente.
- Je reconnais l'amour du Maître que je suis.

## QUESTION À SE POSER

- Suis-je capable de m'apporter l'amour?
- Suis-je capable de donner ou recevoir de l'amour?
- Suis-je capable de me dire « je t'aime »?
- Suis-je capable de rencontrer mon ombre sans me juger?
- Suis-je capable d'entendre mon cœur battre?



*-Pour les centres de vies inférieurs, nous avons beaucoup parlé du plan matériel et du corps physique. Permettez-moi, avant de nous élever vers les plans supérieurs, de vous partager cette réflexion qui m'a profondément touchée.*

On a demandé au Dalai Lama :

« *Qu'est-ce qui vous surprend le plus dans l'humanité?* ».

Il a répondu : « *Les hommes*

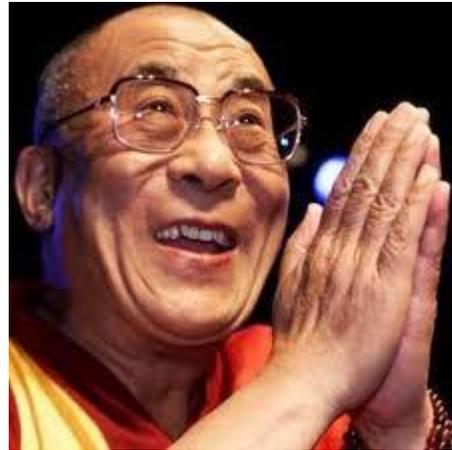
*Parce qu'ils perdent la santé pour accumuler de l'argent.*

*Ensuite, ils perdent de l'argent pour retrouver la santé.*

*Et à penser anxieusement au futur, ils oublient le présent, de telle manière qu'ils finissent par non vivre, ni le présent, ni le futur.*

*Ils vivent comme s'ils n'allaient jamais mourir*

*Et meurent comme s'ils n'avaient jamais vécu. »*



## **Centre de vie du cò ur**

Le centre du cò ur est le centre le plus important durant cette période de grands changements en cours sur la Terre. Travailler un centre sans le cò ur est une perte de



temps en soi, car tout, absolument tout, passe par le cò ur. C'est pour cette raison que nous mettons toujours l'emphasis sur le corps d'énergie X qui relie le ciel et la terre au niveau du cò ur. L'ouverture du cò ur nous rend léger, elle permet de sentir la joie de l'enfant qui s'émerveille devant tout ce qui est. Le cò ur porte en lui la guérison de tous les maux, le pardon authentique et profond, la pureté d'attention, la liberté de choix, la compassion, la paix de l'esprit et l'amour inconditionnel.

## **Distorsions du centre de vie cò ur**

Les systèmes de défense que nous utilisons pour se protéger tels que le refoulement, l'indifférence, le mensonge, la manipulation, le déni, la fuite, etc. créent la fermeture du cò ur. Plus nous nous ancrons dans ces systèmes de défense, plus les malaises physiques apparaissent : problèmes cardiaque et respiratoire, les allergies, les cancers, les maladies dégénératives, les problèmes de pression artérielle (haute ou basse).

Puisque les bras sont l'extension du cò ur, ils démontrent notre capacité à donner et recevoir de l'amour. Tant et aussi longtemps que les êtres fermeront leur cò ur dans la peur d'être blessé, l'amour ne pourra pas exister, puisqu'il existe seulement dans l'ouverture.

## Maître en son cò ur

Avertissement : Pour ce centre qu'est le cò ur, j'éviterais toute technique ou notion compliquée susceptible d'activer le mental, celui qui cherche toujours à comprendre, à trouver des solutions et qui vous éloigne de votre cò ur, car la seule solution c'est l'Amour qui réside en vous. Je prends l'initiative de vous parler simplement et tendrement avec mon cò ur comme si vous étiez là, devant moi, afin que ces mots touchent votre cò ur et que celui-ci guérisse tous les maux qui vous habitent.

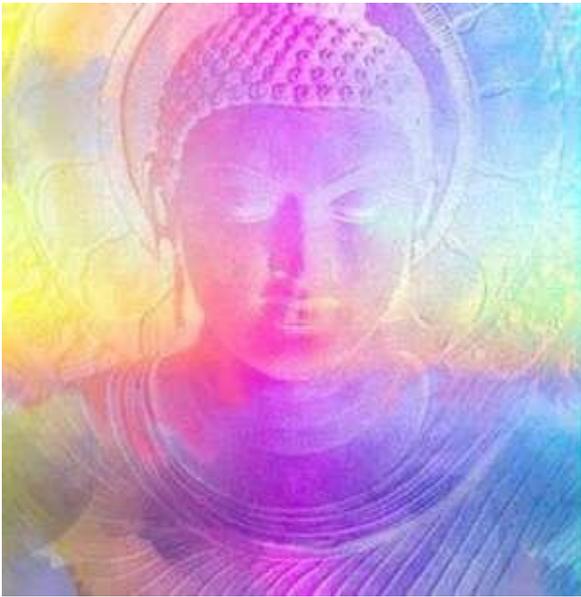
Ton centre cò ur est relié à l'élément air et il est un puit d'amour inépuisable; il est comme le vent, on ne peut le voir, mais on le sent. Il est l'air que tu respires. Il est ta respiration. Respire. Respire profondément et ce jusqu'à ce que tu te sentes, que tu ressentes. Sens-toi, reste en toi, recentre-toi. Respire, tu as le temps, respire la fleur qui croise ton chemin, elle est placée là juste pour toi, elle est un cadeau offert par terre mère. Prends le temps de ressentir le vent qui caresse tes joues, il est le cadeau de père ciel. Prend le temps de sentir l'amour que tu portes en toi naturellement. L'amour te rapproche du Dieu qui t'habite. L'amour élève.

Telle est l'expérience du Maître : l'amour inconditionnel. Es-tu prêt à utiliser cette force qu'est l'amour inconditionnel pour transcender tes douleurs et tes blessures? Tu ne peux aimer l'autre sans reconnaître et accueillir sa douleur ainsi que la tienne. La seule référence d'amour qui existe pour la majorité d'entre nous est celle d'un amour conditionné, un amour d'attentes, créant possession et illusion de sécurité. Cet amour conditionnel est le non amour, car il est à l'opposé de la liberté, de notre essence même. Plus la planète évolue, plus il est urgent que ton cò ur retrouve sa capacité naturelle de vivre l'amour sans condition, envers toi-même avant tout, pour ensuite le partager aux autres et à l'humanité toute entière. L'amour est inclusif est non exclusif entre deux personnes. Si tu te sens en perte d'énergie vitale lorsque tu es en relation avec d'autres, c'est que tu vis de l'amour égoïste, car l'amour véritable dynamise et élève l'âme. C'est ta propre expérience de l'amour qui compte. Toute action que tu fais dans le but d'être aimé des autres est une action de non amour envers toi-même. L'amour élève. Ne reste pas dans l'attraction terrestre, élève-toi, élève ton amour, car il n'y a que l'amour qui guérit.



Ceci exige de toi un très grand acte d'humilité, car tu dois te préparer à tout perdre et

reconnaître que tu ne possèdes rien. Réveille-toi! Tu ne peux pas aimer inconditionnellement en conservant des attachements. Es-tu prêt à perdre le confort de tes systèmes de croyances? Es-tu prêt à perdre le sentiment d'avoir été rejeté? Es-tu prêt à perdre l'attention que l'on t'accorde lorsque tu es dans ton rôle de victime? Peux-tu aimer inconditionnellement et tenter de posséder l'autre? S'aimer, c'est s'accorder la liberté d'être et ainsi l'offrir aux autres. C'est accepter de perdre l'autre. Les relations parents-enfants ainsi que l'attraction des âmes-sœurs peuvent ressembler à un profond attachement. C'est pourquoi je t'invite à te préparer intérieurement à perdre l'autre, pour que enfin règne l'amour inconditionnel en toi et sur notre planète.



Si tu es dans cette humilité de ton cœur, tu sauras reconnaître les forces de ton ombre sans te laisser atteindre par elle, car ta plus grande protection est l'amour. L'ombre viendra frapper à ta porte et tu répondras par l'amour, par le choix de la lumière, tu guériras tes blessures et tu cesseras de fuir ta douleur, la mienne et celle de l'humanité toute entière. En effet, le centre de vie du cœur te permet de prendre contact avec ta vibration christique, et de ressentir toute la souffrance de notre planète et simultanément ressentir l'espoir d'un monde meilleur et vouloir concrètement y faire une différence, tout d'abord en te sauvant toi-même. Ce sauveur tant

attendu n'arrivera pas à l'extérieur de toi, il naîtra en toi. Plonge au cœur de ce paradoxe et tu verras s'évanouir cette dualité, ce sentiment d'être séparé par la force de l'amour. Es-tu capable de t'aimer assez pour être loyal à toi-même, mais déloyal envers un autre? Souvent, aider une personne peut être une perte d'énergie pour toi et un obstacle pour l'autre à développer ses propres forces. L'amour inconditionnel, c'est vivre la simplicité et l'humilité de Jésus et de tous les maîtres qui ont suivi son chemin. Ces qualités sont en apparence banales, mais elles ont une puissance désarmante. Quand tu ne seras plus dans la comparaison, dans la compétitivité et dans cette quête de reconnaissance et de pouvoir, l'Amour prendra tout son sens. Lorsque tu seras dans cette vibration christique, tu ne pourras faire autrement que de la partager sans être dans la peur d'être condamné, puisque tu ne te condamneras plus et tu verras s'évanouir la peur, laissant la place à la lumière. Cette lumière illuminera tes yeux, pour que enfin ton regard puisse se poser autant sur l'infiniment petit que sur l'infiniment grand, car tout est grand dans ce monde. C'est cela la grandeur d'âme, de reconnaître que tout est grand.

Apprend à faire des choix de cœur et non des choix de tête et de sécurité, régis par la peur. Tu vas me répondre : « *mais comment faire la différence entre ces deux voix?* ». Cher ami, il n'y a qu'une seule voix qui soit vraie, c'est celle qui ne fait que passer un instant, comme le vent qui t'effleure l'esprit et qui remplit ton cœur de bonheur, et non

celle qui est répétitive, à la limite harcelante, qui te crée des sentiments désagréables. L'amour de toi-même et les choix de cœur sont synonymes de paix, de joie et de liberté. Ouvre tes ailes et laisse-toi porter par le vent de ton cœur. Tu te demandes quelle est ta raison d'être sur cette terre? Ce but est profondément inscrit dans ton cœur, car tu es venu vivre la passion, tu es venu vivre la vision que tu portes dans ton essence, dans ton âme. Crois-moi, l'amour ne se limite pas à une seule personne, c'est beaucoup plus grand que cela. Alors, accueille tes blessures avec amour, guéris-les et retrouve l'expansion de ton âme. Reconnais que tu es un être parfait, que tes émotions sont la vie dans sa simplicité, dans sa pureté et dans sa divinité. Ose vivre l'amour inconditionnel!

Pour terminer, je te partage cette phrase qu'une amie me dit si souvent mais qui me fait tant de bien à chaque fois que je vis des situations difficiles dans mes relations :  
« *METS DE L'AMOUR DANS TON CŒUR* ».

*-Puis, un texte qui m'a profondément touché à un certain moment de ma vie, écrit par Elaine Kibaro et Jacques Le Carpentier à la narration : LE MESSAGE des MAÎTRES. Puisse-t-il t'inspirer comme il l'a fait pour moi.*

### **LE MESSAGE DES MAÎTRES**

(Création : Elaine Kibaro. Narration : Jacques Le Carpentier)

« Au commencement était le verbe, et le verbe était tourné vers la lumière, et le verbe était la lumière. Tout fut par lui et rien de ce qui fut ne fut sans lui. En lui était la vie, et la vie était la lumière des hommes, et la lumière brille dans les ténèbres et les ténèbres n'ont point compris. »

« Je suis venu pour qu'ils aient la Vie, et pour qu'ils aient en abondance. »

« Tiens-toi tranquille et regarde la délivrance que l'Éternel va t'accorder en ce jour. »

« Ne juge point selon les apparences mais, juge selon le jugement juste, l'épée de la vérité, le raisonnement divin. Rejette de ton esprit tout ce qui n'est pas conforme au principe de la vie, de l'amour, de la paix, de la justice et de l'harmonie. Le monde que tu vois est le monde que tu es. Tel un homme pense dans son cœur, tel il est : divin, s'il voit le divin, poussière, s'il voit la poussière. Rien n'est bon ni mauvais si ce n'est ce qu'on fait la pensée. Choisis la vérité qui ne change jamais afin de te tenir au-dessus de la contradiction, au-dessus des apparences qui varient sans cesse. Mange et digère la vérité profonde afin qu'elle s'intègre dans ton courant sanguin et puisse s'exprimer à travers toi. Alors, le désert se réjouira, il fleurira comme la rose. »



« Que l'Amour soit ton bouclier! »

« Je veux te révéler le sens de cette vie : « Aimer et être aimé ». Car ton Père céleste est amour, car ta mère la terre est amour, car le fils de l'homme est amour, c'est par l'amour que les trois ne font qu'UN! Le seul chemin qui mène au bonheur est celui de l'amour. Aimer, c'est voir la divinité dans cet autre que tu aimes. Qu'il voit cette divinité en toi est le signe de son amour car la divinité est amour. »

« Faire la volonté céleste, c'est donner cet amour à tous les êtres. Si tu sais voir la divinité où tes yeux se posent, tu ne manqueras de rien. Si tu aimes quelqu'un, tu réponds à l'amour divin à travers celui que tu aimes. Si tu t'aimes toi-même, tu deviendras parfait car tu feras voir l'être divin qui est en toi et tu le manifesteras en purifiant chaque jour davantage ton corps, ton âme et ton esprit. Alors, la compassion jaillira de ton cœur, tu comprendras les peines de tous les êtres et tu pourras les aider. »

« Que l'Amour soit ton bouclier! »

« Ne maudis pas celui qui t'a fait du mal, il n'était pas encore éveillé à l'amour. Sa véritable nature qui est tournée vers le bien ne s'est pas encore révélée. Pardonne-lui afin qu'il puisse comprendre le mal qu'il t'a fait et ainsi s'éveiller à la vie divine. »

« Pardonner c'est se libérer de toute rancune et faire confiance à la loi de la justice cosmique. Si tu te libères de toute rancœur, cette justice se manifestera sous tes yeux. »

« Si tu aimes, tu prends conscience de la force divine qui t'habite et tu peux soulever des montagnes, d'où que vienne l'amour, respecte-le, car c'est cette force qui t'est envoyée. Quand tu dis « Je t'aime », pense que ce *Je* qui aime, est la divinité en toi. Quand on te dit « Je t'aime », pense que ce *Je* qui aime, est la divinité en l'autre. Ainsi, tu n'auras plus jamais peur de l'amour, tu t'y plongeras et deviendras amour. »

« Tous les êtres méritent ton amour, car c'est cette énergie divine que tu aimes en eux. Aussi, dois-tu voir le bien dans chaque être que tu rencontres et ce bien se manifestera. Ce sur quoi tu portes ton attention se développe toujours. En toi-même comme en chacun, vois les qualités de l'âme afin qu'elles puissent jaillir pour apporter au monde sa guérison. »

« Les défauts ne constituent que l'enveloppe, l'apparence extérieure de l'être humain, non son essence. Seul l'amour permet de pénétrer cette écorce de la personnalité, de découvrir les richesses cachées de l'âme. L'amour traverse les apparences. »

« Si tu veux recevoir l'amour de tous, aime la perfection latente en chacun. Ainsi, tu aideras chaque âme à se réaliser. L'amour est la seule richesse inaltérable. Qu'il soit dans ton regard afin que chaque chose te montre sa réalité intérieure. »

« Que l'Amour soit ton bouclier! »

« Aimer, c'est devenir un avec l'être que tu aimes et non pas devenir un objet pour lui, ni le considérer comme un objet pour toi. Devenir un avec la personne que tu aimes supprime le rapport de force et permet de vivre dans la vibration de l'amour réalisé. Lui seul peut apporter ton épanouissement, en lui la soif et la faim n'existent plus et le rapport de force se limite aux jeux qui poussent les corps l'un vers l'autre. Il ne déborde plus dans la vie affective ou sociale et la guerre des sexes, qui est à la racine de toutes les guerres, disparaît. Toutes les formes de guerres ne sont que le reflet de cette mésentente entre le féminin et le masculin. Mésententes entre le conscient et le subconscient, entre l'esprit et l'âme, entre les pensées et les sentiments. Unis tes pensées et tes sentiments autour de la voie de l'amour afin de rétablir la paix à l'intérieur de toi-même. L'homme et la femme en toi seront réconciliés et ne feront plus qu'un, alors tu verras s'accomplir le souhait de ton cœur. Alors seulement, tu reconnaîtras l'être qui aura fait le même travail que toi pour permettre d'établir la paix en lui comme dans le monde, alors seulement, tu pourras devenir un avec lui. »

« Quand deux âmes ne font qu'une, elles se comprennent d'un seul regard, gestes et paroles deviennent inutiles pour elles. »



« Souviens-toi toujours de ceci : ce que tu établis à l'intérieur de toi-même se matérialise à l'extérieur. Le monde des causes est en toi. Installe en toi l'amour, marie ton corps à ton esprit. »

« Que l'Amour soit ton bouclier! »

« Ne te demande pas et ne demande pas si on t'aime. Douter de l'amour que l'on te porte, c'est douter de la force de la vie elle-même. C'est aussi absurde que de douter du lever du jour après chaque nuit. »

« L'amour te protège en toute circonstance, alors ne crains jamais de trop aimer. Le monde a besoin de ton amour et l'on aime jamais trop. Chaque graine d'amour que tu sèmes, te reviendra multipliée. Laisse sa liberté à la personne que tu aimes. Apprends à aimer comme aime le soleil : il répand sa chaleur sur tous sans distinction, il n'attend rien en retour, et nul ne peut l'éteindre. »

« Transforme en amour la jalousie qui, comme le doute, détruit l'amour, ou manifeste aussi ce que l'on craint, car le doute, de manière égale au désir, a le pouvoir de création dans ton imagination. Le véritable amour bannit le doute; il ne peut que grandir, il apporte la santé, l'abondance, la connaissance et la paix, nul ne peut l'offenser. Exerce-toi à ne voir que les qualités en l'élu de ton cœur. Ainsi, tu les manifesteras toi-même et tu l'aideras à dissoudre ses défauts. Le diable mourra de ton indifférence. »

« L'amour ne se venge jamais! Trouve en lui la force d'aimer le divin caché dans ton

ennemi, il se transformera sous tes yeux en ami. Au lieu de descendre à son niveau en cherchant à te venger du mal qu'il t'a fait, tu l'aideras à monter vers la lumière qui brille en toi. »

« L'amour est miséricorde! Si la pensée de quelqu'un demeure en toi, tu sauras que tu es aimé de celui-là. »

« L'amour est confiance absolue! Ton amour n'est pas vrai si tu admettes que l'être aimé peut te faire du tort. »

« L'amour est patience et don de soi! Il fait entendre la musique de l'univers, si tu t'y opposes, tu souffriras, laisse-le couler en toi, il est vie éternelle. »

« Le seul but du travail de régénération est de te transformer en canal parfait de l'amour. Ce corps grossier deviendra corps divin afin de te révéler les degrés supérieurs de l'amour où toute contradiction s'évanouit. »



« L'amour s'apprend! Commence par aimer de ton mieux une personne que tu entoureras de tes plus belles pensées, puis étends cet amour peu à peu aux autres sans cesser d'aimer la première. Ainsi, tu deviendras UN avec toute l'humanité et tu auras réalisé ta mission sur cette terre. »

« Que ton amour s'étende à tout ce qui vit, à tout ce qui t'entoure. La vérité se dévoile devant l'homme de l'amour. L'amour est nourriture pour ton âme, si tu cesses de t'en alimenter, tu perdras la vie. »

« L'amour divin est la force magique qui accomplit tous les miracles. Lui seul peut te laver et de te libérer de tes chaînes. Ne cherche pas ailleurs la pierre philosophale des alchimistes. L'amour est ta baguette magique; il rend le mal impuissant, il établit le règne du bonheur, il apporte avec lui tous les biens, la vie, la santé, la beauté et la réussite. Il te les donnera. Aime d'abord et tu seras aimé et l'amour te couvrira de ses bénédictions. Tu apporteras la joie autour de toi. Tu donneras et recevras la vie en abondance. Près de toi les malades guériront. »

« L'amour est la science de toutes les sciences. L'intelligence sans amour n'est que sottise. »

« Que l'amour soit ton bouclier! »

« Dès que tu aimeras, le sens de l'amour te sera révélé. L'amour est l'eau qui arrose le jardin de ta vie et lui donne fleurs et fruits. Accepte-le pour que tes œuvres soient grandes et puissent contribuer à l'évolution de l'homme. L'amour est harmonie et liberté. Jette tes faiblesses à son feu, elles se transformeront en forces. »

« Seule la pureté, qui est perfection, permet à l'amour de demeurer. Si tu veux rester pur dans tes pensées, dans tes sentiments et dans tes actes, tu t'opposeras aux grands courants contraires et cela risque de te faire souffrir; mais sache que cette souffrance n'est qu'un prélude à l'amour. À ce moment là, garde en ton cœur la reconnaissance pour chaque petite joie que tu reçois au long des jours. Ainsi, tu prépareras ton organisme à supporter les gigantesques vibrations de l'amour divin qui ouvrira tes sept étoiles. Seul ce qui a été accompli avec amour demeurera car ton Père céleste est amour, car ta mère la terre est amour, car le fils de l'homme est amour, c'est par l'amour que les trois ne font qu'UN. »



« QUE L'AMOUR SOIT TON BOUCLIER! »

### **Huiles essentielles reliées au chakra du cœur**

La **rose** est l'essence même de l'amour. La rose intensifie l'énergie d'amour qui est le centre du cœur et elle est très curative pour la personne qui a fermé son cœur à l'énergie d'amour suite à une grande peine. Puis, afin de la relier à sa couleur verte, nous avons choisi la **bergamote** qui permet d'irradier l'amour vers l'extérieur. La rose nous met en contact avec l'amour et la bergamote nous permet de l'émaner.

### **Eau de rose**

Jadis, on faisait bouillir les pétales frais de la rose dans l'eau à feu très doux et c'est par ce procédé que l'on inventa l'eau de rose. La rose est la fleur que l'on donne à celle que l'on aime. L'Égypte, la Grèce et la Rome antique ont créé autour de la rose tout un culte d'amour qui ne se dément pas, encore aujourd'hui. Comme la rose, l'amour peut être un chemin épineux ou un chemin empreint de douceur par ses pétales qui se déploient, du bourgeon à la fleur, symbolisant l'épanouissement de l'amour à l'intérieur du cœur.

### Propriétés :



La réputation de cette fleur n'est plus à faire pour attirer l'amour, lors de rituels de magie. La fragrance de la rose éveille à l'amour de soi, des autres et de l'humanité. Elle nous permet de développer nos dons psychiques et de stimuler l'esprit, puisqu'elle nous relie aussi à l'amour du divin. Elle inspire la beauté, la douceur et la paix. Pour les soins du visage elle est astringente, rafraîchissante, hydratante, démaquillante et antirides. Elle est stimulante sexuellement, surtout chez la femme. Elle est calmante; elle calme les personnes en crise, les douleurs menstruelles, purifie le corps et contribue à un sommeil réparateur. Anti-inflammatoire.

### Utilisation :

Dans les salades et les desserts avec une intention d'amour.  
Des compresses d'eau froide imbibées d'eau de rose apaisent l'inflammation des paupières, détendent et font briller le regard.  
Dans les bains, les lotions et les crèmes.

### Bergamote

Citrus bergamia

### Propriétés :

Favorise la digestion, cicatrise plaies et blessures, acné, psoriasis et eczéma.  
Crampes. Traite l'indifférence et la dépression, l'anxiété, l'insomnie, la frustration et la tension. Permet d'irradier l'amour autour de soi.



### Utilisation :

Pour embellir le teint : 1 à 2 gouttes dans un masque d'argile.  
Pour bien dormir : quelques gouttes dans le bain et sur l'oreiller.  
Inhalation, vaporisation, bain, massage,

### En interne :

Pour stimuler la digestion. Perte d'appétit. Infection urinaire. À très faible dose, 1 ou 2 gouttes dans une boisson chaude ou un verre d'eau tiède.

### Précautions :

Peut irriter les peaux sensibles. Photo sensibilisant, ne pas employer avant de s'exposer au soleil, pourrait tacher la peau.

### **Propriétés magiques :**

Argent et succès dans ses entreprises. Je vous rappelle le petit truc pour attirer l'abondance qui est d'appliquer 1 goutte au creux de la main et frotter les billets de banque en déclarant cette formule : « Multiplie-toi et reviens-moi multiplié ». C'est définitivement une huile à transporter dans son sac à main.

### **Pierres reliées au centre du cò ur**



Toutes les pierres de couleur rose ou verte sont les spécialistes de la guérison et de l'ouverture du cò ur. L'aventurine est souvent choisie pour représenter le centre du cò ur et elle est particulièrement efficace lorsque vous avez à faire de grands changements de vie.

Toutefois, le quartz rose est tout à fait approprié pour ses nombreuses propriétés touchant l'amour dans tous les sens du terme.

### **Quartz rose**

#### **Propriétés :**

Purifie le cò ur, libère les traumatismes émotionnels, stimule l'amitié, favorise la compassion, le pardon et la guérison intérieure. Éveille les sentiments d'amour envers soi-même et les autres. Apporte paix et amour inconditionnel. Attire un nouvel amour. Restaure la confiance et l'harmonie, fait disparaître l'énergie négative par des ondes d'amour. Efficace pour l'estime de soi et dans les cas d'obésité. Ouverture du chakra cò ur. Colmate les anciennes blessures du cò ur. Donne accès à des vibrations amoureuses envers la vie. Bénéfique au système circulatoire, accroît la fertilité, élimine les toxines, apaise les maux de tête et les maux d'oreilles et améliore l'éclat du teint.



#### **Utilisation :**

- La porter sur soi 21 jours (au niveau du cò ur serait l'idéal);
- Méditer avec la pierre et les mains sur le cò ur;
- Boire de l'eau de cristal de quartz rose (trempage 1 heure);
- L'insérer dans la crème de jour, son énergie se répandra dans tout le corps;
- La déposer près de votre lit, du côté gauche, pour attirer un partenaire ou, du côté où repose le conjoint, assure la fidélité.

## Élixir de quartz rose

Sert à purifier l'ambiance et à apporter une harmonie heureuse à l'intérieur de votre maison. Rincez le quartz rose sous le jet du robinet, puis placez-le dans un récipient en verre. Remplissez ce récipient d'eau minérale, fermez et placez-le sur une table ou un bord de fenêtre à la lumière du soleil de 3 à 12 heures. Versez le liquide dans un vaporisateur et ajoutez de l'eau de rose. Demandez à cet élixir de nettoyer les énergies de la maison en y laissant seulement des vibrations d'amour. Puis, vaporisez chaque pièce en circulant dans le sens des aiguilles d'une montre, à partir de l'entrée. Utilisez à chaque fois qu'il y a eu dérangement dans une pièce. Asperger dans le visage donne du teint.

## Rituel pour attirer l'amour

Commencez par un bon bain chaud où vous y aurez déposé un ou plusieurs quartz rose et de l'eau de rose. Allumez des chandelles blanches pour un éclairage propice à la détente. Plongez dans le bain et sentez les énergies d'amour qui vous entourent. Prenez la pierre et portez-la à votre côté quelques minutes. Sortez du bain en vous sentant revitalisé émotionnellement.



Ensuite, dirigez-vous vers un endroit tranquille, qui aura été préparé avant le bain, où il y aura deux chandelles roses et un encens de rose ou de l'huile de bergamote ou dans un diffuseur. Allumez tous ces articles (qui sont des supports à mettre de l'amour dans votre côté).

Ensuite, sur un papier, écrivez les caractéristiques du partenaire que vous désirez ou les énergies que vous voulez mettre en place au sein de votre relation. Ensuite, lisez à voix haute ce que vous avez écrit. Pliez la feuille en quatre et

portez votre quartz rose et la liste à votre côté pendant 5 à 10 minutes, tout en visualisant votre nouvel amour ou partenaire présent, main dans la main et irradiant de bonheur. Envoyez ce flot d'amour à votre pierre. Afin que cet amour irradie de vous, versez 1 à 2 gouttes de bergamote au creux de votre main et appliquez sur votre feuille et votre quartz rose.

Déposez votre demande dans une pyramide ou sous une plante pour élever l'énergie, et dans 21 jours, vous brûlerez ce papier. Gardez votre pierre sur vous pendant 21 jours au niveau du côté. Terminez votre demande par « Pour le plus grand bien de tous, qu'il en

soit ainsi. » Voilà, que votre cò ur soit empli d'amour, qu'il irradie cet amour et, par voie de résonance, cet amour vous sera retourné.

### **Exercices de reconnaissance et de guérison du cò ur**

- Harmonisez- vous et entourez-vous de la couleur verte.
- Prenez contact avec l'élément air. (L'encens le symbolise bien)
- Purifiez votre corps éthérique par le vent et le bain de vent.
- Purifiez votre corps physique avec l'aide de la respiration.
- Respirez la joie et l'amour à l'intérieur de tout votre Être.
- Imprégnez-vous de la **PURETÉ** de la nature verte.
- Donnez de l'amour sans attente de recevoir.
- Prenez le temps d'être seul et de bénir ces moments.
- MÉDITEZ** sur l'Union du Christ en votre **Cñ UR**
- Aimez tout de vous et des autres...aimez même vos ennemis.
- Rayonnez l'amour en vous et autour de vous (corps physique / éthérique).
- Répétez plusieurs fois par jour le son vibratoire INCA «MEM».
- Respirez à fond la couleur OR à l'intérieur de votre chakra du cò ur.
- Reprogrammez votre chakra cò ur avec les exercices de reconnaissance.
- Canalisez l'énergie d'amour et imposez vos mains sur votre chakra cò ur.
- Écrivez-vous une lettre d'amour et postez-vous la (ou demandez à un ami de vous la poster un peu plus tard).
- Prenez des bains d'eau de rose et de quartz rose.
- Appelez une personne que vous aimez, avec qui vous avez perdu contact, ou que vous avez tendance à prendre pour acquis, ou avec qui vous êtes en conflit, et lui dire « je t'aime ».

