

Exemple de bilan personnel : I - 1

Minéral : Labradorite

Intention : Ressentir avec ma main le minéral qui peut m'aider en ce moment

Ressentis de la personne :

- Sensation générale agréable.
- (Digestion)
- L'énergie descend dans la jambe gauche.
- Tremblement, mouvement rapide, non désagréable dans la jambe gauche.
- Le mental se calme.
- Picotement aux chevilles des deux côtes.
- Énergie ascendante dans les jambes.
- Intense au niveau des mollets, sensation de chaleur.
- Intense au niveau des pieds.
- Circule partout dans les jambes.
- Chaleur dans les jambes.

Bilan et commentaire

Pour ce bilan, la personne choisit un minéral à l'aveugle, mais sans intention particulière. Ainsi, elle choisit le minéral qui lui provoque des picotements lorsqu'elle passe sa main au-dessus de la boîte contenant les minéraux. Cette façon de procéder, non conventionnelle, répond à un désir de tester différentes méthodologies.

Plusieurs étapes peuvent se dégager de l'exercice.

Première étape : lâcher-prise

Assez rapidement, la personne se détend et ressent des sensations générales agréables.

En premier lieu, l'avant du chakra indigo l'aide à percevoir, gérer et structurer avec discernement les différentes informations en lien avec son monde émotionnel et cela a pour effet de la rassurer et de la calmer.

Puis, en second lieu, l'arrière du chakra cyan, en lien avec l'écoute de soi, aide la personne à être davantage ouverte et à l'écoute de son cœur ce qui, une fois de plus, la rassure et la calme encore davantage.

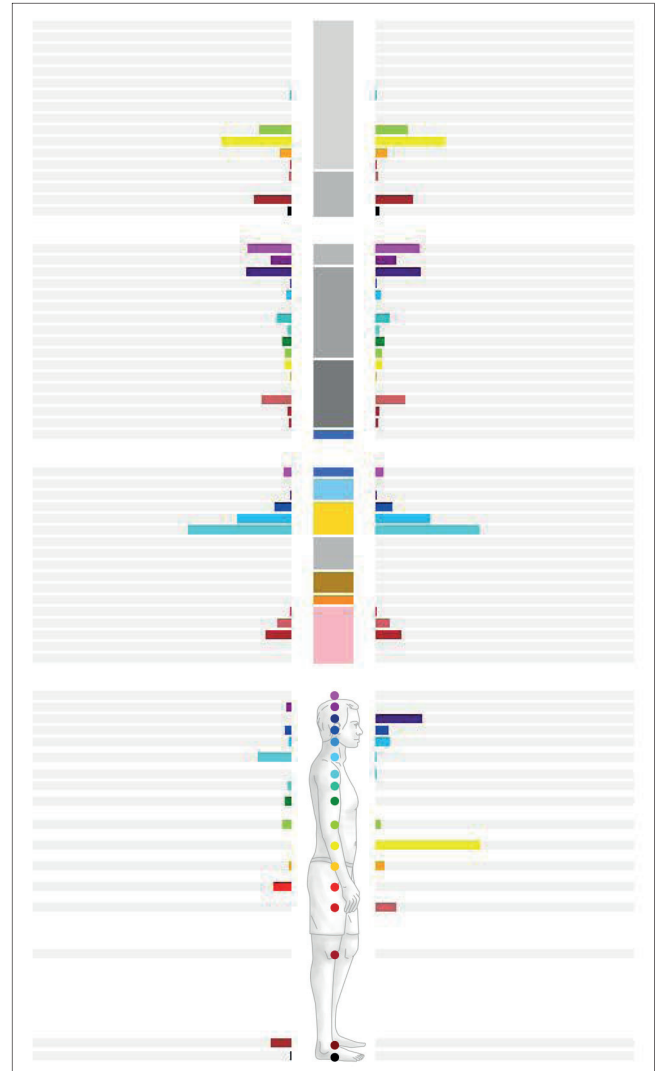


Fig. 1.1 - Signature vibratoire de la labradorite (chakras et couleurs).

Deuxième étape : réveil des émotions

Dans cet état de bien-être, l'avant du chakra jaune peut se déployer en toute sécurité et permettre à la personne d'accueillir ce qui s'y présente.

Celui-ci, en lien avec l'affirmation et l'estime de soi, le respect, la reconnaissance, la place dans la société, la relation à la mère, le positionnement et la tendresse

envers soi, aide la personne à être centrée, à se positionner et à se sentir à sa juste place.

L'avant du chakra jaune fortement stimulé réveille également des émotions non digérées que la personne est apte à accueillir, et cela dans le calme intérieur et avec une bonne capacité de discernement.

Troisième étape : mise à la terre

Ensuite, comme vous pouvez le constater, la plupart des ressentis se localisent au niveau des jambes.

La labradorite, activant l'arrière des chakras rouge et brun ainsi que l'avant du chakra écarlate, est en lien avec l'enracinement et la mise à la terre. Dans ce cas précis, c'est la mise à la terre qui se voit stimulée par l'interaction entre la personne et le minéral.

En effet, l'énergie descend le long de ses jambes et semble stimuler tous les chakras qui s'y trouvent, c'est-à-dire les chakras rouge, écarlate, bordeaux, brun et noir.

L'arrière du chakra rouge est en lien avec les ressentis suivants : vivre l'instant présent - contact avec la terre - énergie circulant dans la colonne - réveil des mémoires familiales.

L'avant du chakra écarlate est en lien avec les ressentis suivants : solide sur les jambes - enracinement - plein d'énergie - résistance.

L'arrière du chakra brun est en lien avec les ressentis suivants : stable sur les jambes - fluidité - mise à la terre - réveil des mémoires familiales.

Quant aux chakras noirs, ils sont en lien avec les ressentis suivants : calme et posé - mise à la terre - respiration lente - lourdeur - pieds chauds - réveil des mémoires ancestrales - posé dans son corps - bonne protection - densité.

Conclusion

Selon moi, cet exercice de ressenti avec la labradorite a permis à la personne, d'une part de réveiller des émotions non digérées ainsi que de vieilles mémoires familiales et ancestrales, et d'autre part, de digérer et de mettre à la terre ces émotions et ces vieilles mémoires.

Je pense que la labradorite a aidé la personne à réveiller, digérer et mettre à la terre ce qui devait l'être en générant un «terrain» favorable à cela. À ce titre, le chakra or fortement stimulé a sans doute joué un rôle important. En effet, celui-ci est en lien avec les

ressentis suivants : remise en ordre dans le corps - en sécurité émotionnelle - intimité respectée - occuper son corps - rempli d'énergie - rayonner autour de soi. Quant à l'avant du chakra jaune, en aidant la personne à être davantage centrée, à se positionner et à s'affirmer, il aura sans doute, lui aussi, facilité la digestion et la mise à la terre de ces émotions et de ces vieilles mémoires.

Une fois la méditation terminée, la personne s'assied sur le bord de la table de massage et se mit debout. Et c'est là, qu'à son grand étonnement, elle me confie qu'elle n'a plus de douleur à son pied gauche.

En effet, cela faisait plus d'une année qu'elle voyait un physiothérapeute afin de soulager de vives douleurs qu'elle ressentait à cet endroit.

Ainsi, l'exercice de ressentis qu'elle réalisa avec la labradorite lui fut salutaire, car elle retrouva le plaisir d'aller se balader. D'ailleurs, lorsque qu'elle vit son physiothérapeute la semaine suivante, celui-ci fut très étonné de constater des améliorations soudaines et inattendues. Son mollet et son pied gauche avaient retrouvé davantage de souplesse et la personne ne sentait quasiment plus aucune douleur lorsque le physiothérapeute la massait à ces endroits sensibles et généralement tendus.

Ainsi, pendant plus de deux mois, la personne ne ressentit plus de douleur et si elle en ressentait, elles étaient dues aux longues marches qu'elle avait maintenant remis à l'ordre du jour.

Cela dit, suite à de fortes émotions vécues, les douleurs revinrent, mais avec moins d'intensité. Sur ce, elle me confia qu'elle avait le sentiment que certaines de ses émotions avaient tendance à se loger dans son talon gauche.

Affaire à suivre...