

Matéana

LA VIBRA-LETTRE DE SEPTEMBRE

www.ooniaterra.fr

Matéana

THERAPEUTE HOLISTIQUE

**CREATRICE DE LA
TECHNIQUE DE SOIN : « LA
TERRATHERAPIE »**

AUTEURE, ECRIVAIN

**ENSEIGNANTE ET
FORMATRICE SPIRITUALITE
ET BIEN-ETRE**

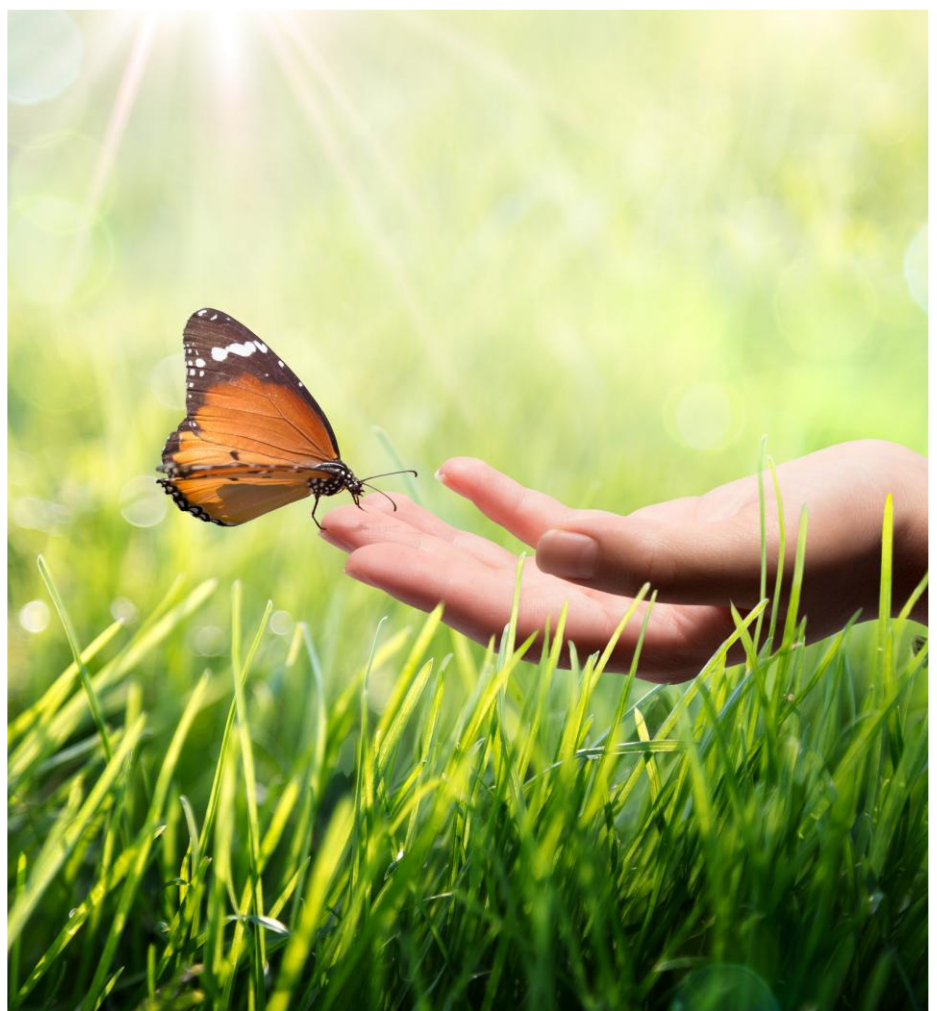
**COACH « AU CŒUR DE MA
GUERISON ET LIBERATION
INTERIEURE »**



« Lorsque l'on déchire la toile et
que l'on prend conscience de ce
qu'il y a au-delà des étoiles.

Plus aucune barrière ne sépare
le visible de l'invisible car tout
n'est qu'énergie où le cœur en
est l'unique voyageur. »

Matéana



LA FLEUR DU MOIS DE SEPTEMBRE



NOM : ASTER VIOLET

ENERGIE : FEMININE

L'aster est la fleur de l'automne, elle
attire toutes sortes de pollinisateurs.

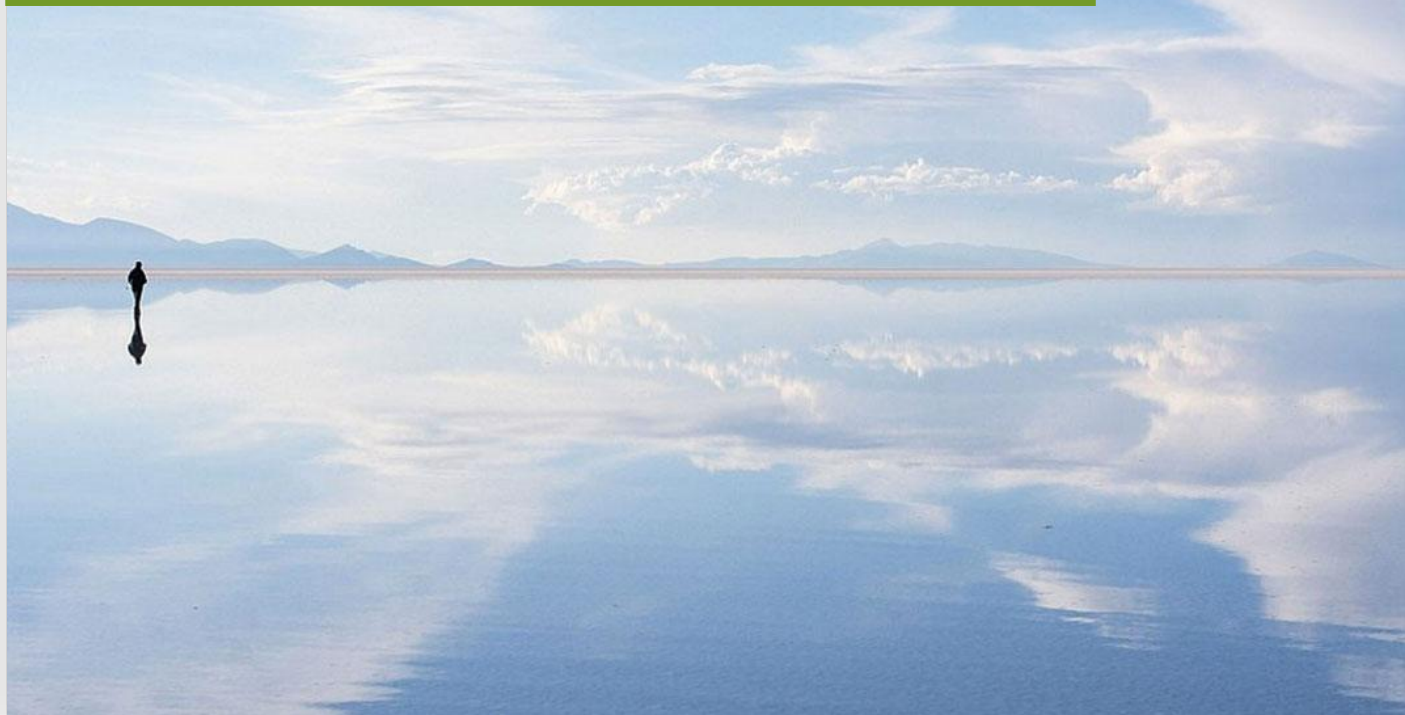
Elle attire l'œil et apporte l'abondance
énergétique pour les pollinisateurs
avant l'endormissement de la nature.

L'ACTION GUERISON DE LA FLEUR...

Je suis la fleur qui aidera l'enfant à devenir grand. Je facilite
l'autonomie de l'enfant en l'aidant à couper le cordon avec sa
maman.

L'enfant prend confiance en lui et la maman apprend ainsi à lâcher
prise sur ses peurs de laisser faire, de laisser être grand...

Les énergies du mois



QUE VA-T-IL SE PASSER SUR LE PLAN ENERGETIQUE

Les mois à venir vont être de plus en plus éprouvants. La terre traverse actuellement de grandes turbulences énergétiques. Il y a deux mondes en un seul, chacun souhaitant prendre la place de l'autre. La lumière pénètre en profondeur dans notre monde, ce qui exacerbe l'ombre qui se voit être délogée de force. Elle n'a plus d'endroit où se cacher, elle ne peut plus créer d'illusions. Les énergies vont se montrer de plus en plus violentes. La terre doit s'alléger et s'élever pour poursuivre sa purification intérieure, c'est pourquoi, elle fait remonter à la surface tout ce qui doit être nettoyé.

La Terre continue son chemin, elle guérit ses blessures, retirant ce qui ne lui convient plus. Les élémentaires reprennent leur juste place et continuent de faire leur travail de libération et de purification. Ils vont se manifester de plus en plus intensément. Agissant sur la terre comme de grands purificateurs. Le vent va permettre de déloger les énergies qui ont stagnées et se sont accumulées depuis très longtemps. L'eau va venir nettoyer les endroits qui ont besoins de reprendre vie.

Les énergies ressenties sur terre vont être très déstabilisantes. Alors que certains suivent leur chemin d'éveil et de réveil intense, d'autres vont se sentir totalement perdus et désorientés. Les énergies vont être très éprouvantes pour certaines personnes qui ne comprendront plus du tout dans quel monde elles vivent. Elles ne sauront plus ce qu'il faut faire, comment réagir, qui elles sont. Le doute se mettra en place pour beaucoup. Le mental tentera de s'accrocher et de tromper. La confusion sera générale. Le réveil fera mal aux yeux.

Pour d'autres, les ouvertures de consciences vont s'accroître. Beaucoup vont avoir ce sentiment de retour à la maison imminent. Les voiles vont se retirer de plus en plus. Mais attention, de ne pas retomber dans l'illusion. Laissez-vous guider par la voie de votre cœur. Ne vous laissez pas tromper par les fourbes qui se cachent derrière le tableau de la manipulation énergétique. Ne vous laissez pas déstabiliser et suivez bien le chemin que vous ressentez en force de plus en plus en vous. Ne prenez jamais rien pour acquis vous risqueriez de retomber très vite dans les vieilles habitudes bien ancrées.

Ce qui sera matérialisé sur terre se montrera de plus en plus perturbant et violent. Les conflits, la dualité qui se manifestaient jusqu'à présent dans l'énergie, vont se révéler aussi dans la matière. Il faut passer par là pour atteindre la libération. Chacun doit voir ce qui se passe réellement sur terre pour ensuite faire son choix en toute conscience : avancer sur un chemin de guérison ou rester dans la dualité. La vérité sera libérée et plus rien ne pourra être cachée.

Un avenir de lumière est assuré pour ceux qui choisissent ce chemin. Mais, pour atteindre cette voie, il faut passer par les étapes de guérisons et de libérations, vous ne pouvez suivre le vaisseau de la terre en continuant de porter en vous tous vos bagages de basses vibrations. Vous devez vous alléger du passé, des blessures émotionnelles et des vieilles rancœurs. L'avenir de la terre ne pourra conserver cet esprit de dualité. L'authenticité, l'équité et la solidarité seront les clés d'un avenir de guérison.

Vous n'êtes pas seuls, vous êtes tous unis dans un même cœur de lumière. Ne restez pas seul dans la tempête. Ecoutez-vous, entraidez-vous, soutenez-vous. Apprenez à écouter et à comprendre. Parfois, certains comportements n'expriment qu'une peur dissimulée.

La guérison et la libération est un travail de chaque instant, même si l'avenir de lumière pointe à l'horizon, n'oubliez pas que chacun doit s'accrocher à cette ligne pour ne pas retomber dans les vieux schémas de la dualité.

N'ayez pas peur de vos émotions, elles sont là pour vous aider à vous libérer de votre fardeau, elles sont là pour vous aider à guérir. Même si parfois vos émotions lointaines remontent à la surface sous forme de tempête émotionnelle, ne les ignorez pas, regardez-les, acceptez-les et accompagnez-les dans la lumière. Apprenez à regarder en vous tel que vous êtes réellement et aimez-vous pour tout ce que vous êtes.

Matéana



« Accroche toi à tes rêves, comme à ton plus grand trésor car ils seront la clé pour t'amener jusqu'au bout du chemin » Matéana

Les clés de ma guérison intérieure



LES CLES POUR ELEVER SES VIBRATIONS

1^{ère} clé : Exprimer clairement ses émotions pour éviter qu'elles ne se cristallisent dans le corps

2^{ème} clé : Lâcher prise. Il est inutile de se battre contre des moulins à vent, contre ce qui est totalement indépendant de vous. On dépense moins d'énergie en avançant avec le courant qu'à contre sens.

3^{ème} clé : Ne pas se mentir à soi-même. Être clair dans ses intentions car l'univers vous apportera toujours ce qui existe déjà au fond de vous. Soyez vrai et authentique.

4^{ème} clé : Être bien ancré. Ne fuyez pas la réalité en créant de nouvelles illusions. Regarder, observer ce qui existe autour de soi et se positionner par rapport à cela pour éviter de le nourrir contre sa volonté.

5^{ème} clé : Être responsable. Soyez responsable de vos paroles, de vos actes et de vos pensées.

6^{ème} clé : Ne tournez pas en boucle dans vos souffrances, exprimez-les, guérissez-les.

7^{ème} clé : Prenez du temps pour vous, pour être, pour vivre, pour méditer. Prenez des bains de nature, d'énergie de la terre le plus souvent possible. Ressentez, vibrez, vivez !

8^{ème} clé : libère-toi de ta charge émotionnelle. Ne porte plus les fardeaux qui ne t'appartiennent pas.



RETROUVER LA PAIX EN SOI

Lorsque les éléments se déchainent à l'extérieur, notre premier réflexe est de se réfugier à l'intérieur de chez soi, dans le petit cocon douillet de sa maison et d'attendre bien sagement et calmement que le temps se calme et redevienne plus clément.

Alors de même, lorsque les énergies s'imprègnent de violences à l'extérieur, lorsqu'elles vous envahissent au point de vous déstabiliser totalement, réfugiez-vous à l'intérieur de vous-même, dans votre bulle intérieure. Recentrez-vous dans votre être intérieur, en votre âme, recherchez la paix en vous.

Imaginez-vous être au bord d'une mer paisible, l'horizon lointain vous berce, la sérénité de l'eau si calme vous apaise.

Les pieds dans l'eau, les toutes petites vagues vont emporter avec elle toutes vos tensions et mal être. Le soleil va venir réchauffer votre cœur de ses doux rayons, il va vous envelopper d'amour et de chaleur pour vous protéger.

Pensez à respirer calmement et profondément en conscience. Le vent, l'air chasse tout ce qui est néfaste en vous et autour de vous. Il nettoie de l'intérieur et en profondeur.

Inspire, expire, expulsion...

Vous allez ainsi retrouver force, courage et vitalité pour affronter tout ce qui vous attend au dehors.

Vous n'êtes plus embarqué dans ce tourbillon d'énergie qui vous agressait. Vous maîtrisez désormais le calme et la paix intérieur qui vous permet de repousser tout ce qui vous oppresse.

Vous avez ce pouvoir en vous.

Comme vous feriez pour vous protéger de la pluie, vous mettre à l'abri, réfugiez-vous à l'intérieur de vous-même pour retrouver cette source de sérénité et de sagesse qui vous permet de tout affronter.

Tout est déjà en vous

Matéana





LIBERE TES EMOTIONS



« La voie de l'éveil

Lorsque l'on est sur ce chemin, les prises de consciences seront nombreuses, mais la sagesse est de ne pas s'accrocher ni s'attarder à tout ce qui fait mal. Il faut savoir lâcher prise et dépasser ce stade pour atteindre la libération et la guérison émotionnelle.

Le but est de se libérer, guérir et s'élever, pas de rester ancré dans les souffrances du passé.

Matéana



Tes émotions sont la clé de ta guérison et de ta libération.

Les énergies du moment te rappellent que toi aussi tout comme la terre, tu as des blessures à guérir en toi.

Tu ne dois pas les ignorer, ni les refouler, car elles te montrent tout ce que tu es et tout ce que tu as à guérir.

Tu dois partir en quête de toi-même, de ce que tu ressens.

Scrute tout ce qui remonte à travers toi. Examine chacune de tes émotions.

Qu'est-ce qu'elles t'évoquent ? Quels souvenirs ? Quelles blessures et pourquoi ?

Plus tu reculeras, plus tu rejetteras, plus tes émotions remonteront telles de grosses vagues violentes comme lors des tempêtes.

Tu ne pourras pas laisser passer, car les énergies que la terre émet, sont de grosses énergies qu'elle utilise elle-même pour guérir ses blessures.

Accueille tes émotions. Laisse-les s'exprimer. Libère les.

Libère toi. Accorde-toi ce cadeau.

Nettoie ! Pleure ! Exprime !

Tu n'as pas à avoir honte de ce que tu ressens, bien au contraire.

Tu dois accepter d'exprimer cette part de toi.

Tu dois accepter tes souffrances.

Tu dois accepter de les extérioriser, de les exprimer pour les faire partir, pour guérir.

Tu as besoin de comprendre que tout ce que tu as vécu, n'est pas ta faute.

Tu as besoin de comprendre que tu ne peux pas continuer de vivre éternellement tes souffrances.

Tu as besoin de fermer cette porte pour accueillir ton vrai chemin, ton avenir, tout le meilleur qui t'es réservé.

Tu as besoin de savoir à quel point tu es aimé.

Tu as besoin de sentir de nouveau la vie circuler en toi.

Laisse ton corps et ton âme être envelopper de douceur et d'amour et libère-toi de ton fardeau, de tout ce qui t'opprime, de tout ce qui te fait souffrir.

Libère toi et accueille la vie en toi.

Tu es vivant(e) et c'est le plus beau des cadeaux que tu puisses te faire.

Pardonne-toi, aime-toi et vis.

Aime la vie comme elle t'aime et ouvre-toi à ce que tu es réellement.

Ouvre-toi et accueille la vie !

Matéana

Lorsque j'étais enfant, mon seul refuge, là où je me sentais bien, c'était au milieu des plantes et des fleurs. Je me suis toujours sentie en harmonie avec la nature, écoutant le cœur des arbres battre lorsque je les enlaçais, ressentant l'épanouissement des petites fleurs en pleine éclosion, la délicatesse d'un parfum s'imposant à votre être et invitant votre âme à chanter.

Nous ignorons souvent toutes les richesses que la terre et la nature renferment en elles. Mais, lorsque l'on vit en parfaite harmonie avec elle et qu'on sait l'écouter, elle vous dévoile alors tous ses secrets.

La nature communique par fréquences vibratoires. Les fleurs d'une même famille communiquent entre elles par vibrations, elles forment un ensemble, un tout. Elles se reconnaissent entre elles, car elles vibrent sur la même fréquence. Si l'une d'elle est en souffrance, en difficulté, elles vont alors vibrer sur une certaine fréquence de façon à guérir et survivre en s'adaptant à leur environnement. Elles vont capter et chercher pourquoi certaines d'entre elles souffrent et ainsi s'harmoniser par vibration pour la survie de leur groupe.



Il en va de même pour tout le règne végétal, les plantes, les arbres...

C'est ainsi que la nature et les plantes se sont naturellement invitées lors de mes soins.

Je suis loin des « praticiens conventionnels » qui prescrivent une fleur ou une plante en écoutant seulement l'analyse du patient sur ses propres émotions. Je ne dénigre par leur travail, loin de là, les travaux du Dr Bach sont formidables, mais avec le temps et l'expérience, j'ai pu développer une autre façon de pratiquer.

Je travaille bien sûr avec les fleurs de Bach qui sont très connus et utilisées mais pas seulement.

Le monde végétal est très riche en guérisseurs

Je travaille autrement, je préfère faire confiance à la nature et lui demander de m'accompagner lors de mes soins énergétiques.

Je me mets entièrement à l'écoute de la personne que je reçois en soin, ce qu'elle ressent, ce qu'elle vit, comment elle voit sa situation, ressent ses émotions et comment elle me les décrit.

J'utilise ensuite mon empathie et travaille en ressentant ses émotions enfouies. Ce qu'elle cache, ce qu'elle ne sait formuler, ce que ressent son âme. Les blessures que les vibrations des fleurs me montrent que la personne ne peut percevoir. Je travaille en globalité sur plusieurs niveaux émotionnels.

Je demande ensuite aux fleurs (au monde floral) et au plan végétal de se présenter à moi et de m'expliquer pourquoi elles se présentent et comment elles peuvent aider cette personne.



Parfois une seule fleur se présente, parfois s'en présentent plusieurs.

J'explique ensuite à la personne qui consulte, comment elle doit travailler avec la ou les fleurs.

Je demande ensuite à la fleur d'émettre une vibration que je canaliserai afin de la transmettre directement à la personne soit par un soin énergétique, soit sous forme d'art-thérapie.

La personne peut également méditer en se mettant en réception du soin de la fleur. Pour cela elle pourra utiliser une photo ce qui lui permettra de se mettre en fréquence avec la plante elle-même.

Elle pourra également utiliser la visualisation ou la projection astrale dans un champs de cette fleur pour en recevoir le soin.

Par l'énergie des fleurs et du monde végétal, je peux vous expliquer d'où viennent vos émotions et comment en guérir.

Ce que votre âme a pu vivre, un traumatisme enfoui, des blessures émotionnelles anciennes, je peux vous aider à les comprendre, les mettre en mot pour vous aider ensuite à guérir.

Je ne traite pas uniquement les symptômes, je vais à la racine du problème pour vous en libérer.

Le plan végétal sera votre thérapeute pour vous aider à vous libérer de vos souffrances.

Matéana





Les fleurs nous accompagnent dans les moments difficiles de notre vie

A certains moments de notre vie, nous pouvons être confrontés à des situations qui nous dépassent totalement. Des situations qui vont provoquer en nous des peurs qui vont nous rendre beaucoup plus vulnérable face aux influences et énergies extérieures.

Ces fleurs vont vous aider à surmonter vos épreuves.



L'ail sauvage

On va chercher la force au fond de soi pour faire face à ses peurs. On repousse les énergies vampirisantes et paralysantes.



Bouton d'or

On retrouve confiance en Soi. On fait jaillir ce que l'on est réellement. On retrouve l'estime de Soi.



Le buis

On reprend notre liberté face à l'influence néfaste des autres. On retrouve notre indépendance vers sa propre réalisation.



Menthe pouliot

On se protège des énergies et pensées négatives des autres. On retrouve ainsi clarté mentale et équilibre.



Centaurée

On reprend confiance en Soi. On retrouve sa personnalité. On fait face au monde et on passe au-delà de ses peurs. On affirme ce que l'on est.

www.aucoeurdelalumiere.com

« Ecoute la nature, elle souhaite te parler... »

Elle sait comment t'aider à retrouver la paix en toi...

Ecoute ce qu'il y a en toi...

Ecoute ce qu'elle a pour toi...





COMMENT TRAVAILLER AVEC L'ÉNERGIE DES FLEURS

Par la méditation



Vous pouvez utiliser une photo qui vous servira de support pour canaliser l'énergie de la fleur. Choisissez la photo qui vous interpelle le plus. Celle qui vous inspire la confiance et la sérénité.

Regardez la photo, essayez de ressentir ce qu'elle émane, ce qu'elle vous invoque. Essayez de comprendre sa forme, sa couleur, son essence.

Ensuite, laissez-vous guider par elle.

Fermez les yeux et visualisez-vous dans la nature, entouré de cette fleur. Essayez de ressentir son parfum.

Touchez délicatement comme une caresse ses pétales.

Laissez-vous imprégner de son essence.

Laissez-vous envelopper dans un tourbillon floral.

La fleur va changer votre vibration. Elle va l'harmoniser et l'aligner sur sa propre vibration.

La magie de la guérison va s'opérer en vous.

Passivement en laissant votre inconscient s'harmoniser avec l'énergie de la fleur



Pour se soigner, vous utiliserez également une photo de la fleur que vous choisirez de la même façon que cité plus haut.

Vous pouvez évidemment méditer avec la fleur, mais si vous ressentez des difficultés à la canaliser, vous pouvez tout simplement le soir avant de vous endormir, vous imprégner de la photo de la fleur. Ensuite, vous la placerez sous votre oreiller. L'énergie de la fleur imprégnée dans votre inconscient va agir toute la nuit durant votre sommeil.

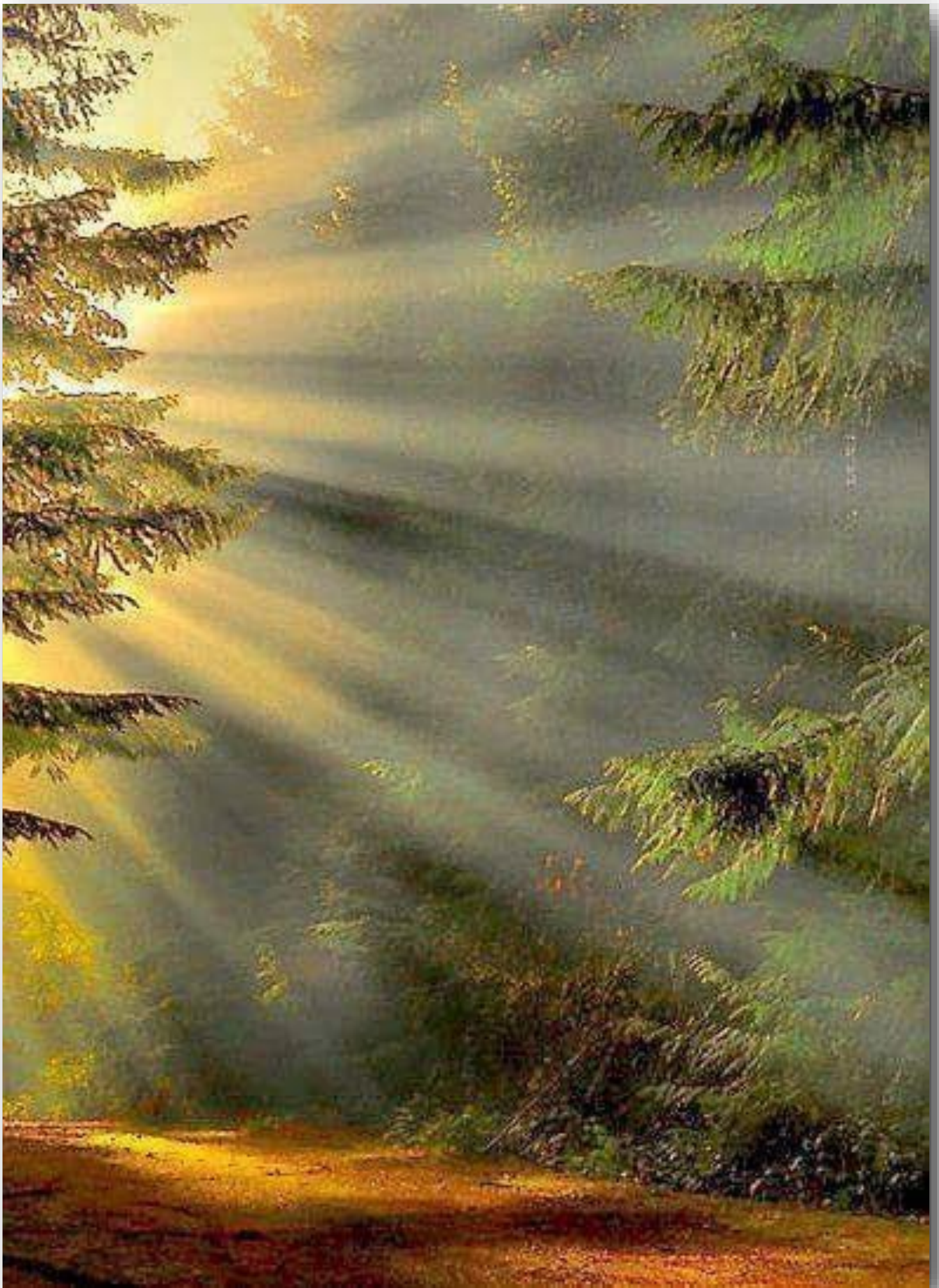
A votre réveil, vous pourrez éventuellement noter sur un cahier ce que vous ressentez, les rêves et messages que vous aurez eu pendant votre sommeil. Durant votre sommeil, la fleur peut avoir débloqué certains souvenirs enfouis ou émotions refoulées. Elle peut vous apprendre des choses sur vous-même que vous ne soupçonniez pas.

Il est ainsi important de suivre l'évolution du soin floral.

Surtout, ne vous laissez pas envahir par les émotions sans être accompagné par un thérapeute floral. Les fleurs guérissent mais elles peuvent également révéler certains aspects de votre personnalité, d'autres émotions refoulées à guérir qui peuvent vite vous dépasser.

N'hésitez pas à demander conseil auprès d'un professionnel en florithérapie.

Matéana



Prends du temps pour toi !

Ecoute toi...

Respire profondément...

Ecoute les besoins de ton corps, de ton cœur,

Entoure-toi de tout ce qui nourrit ton cœur,

Entoure-toi de nature, de fraîcheur, de douceur...

Respire profondément...

Envole-toi !

Tu es aussi léger qu'un papillon,

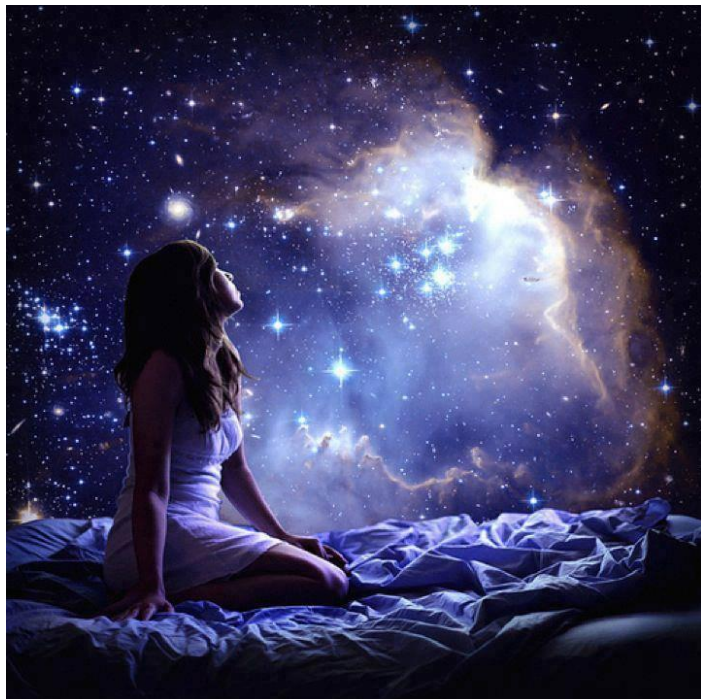
Aussi léger qu'une plume portée par le vent.

Apaise ton cœur

Et Relie-toi au vivant !

Respire et vole !

Je réponds à vos questions...



*SI VOUS SOUHAITEZ QUE JE
REPONDE A VOS QUESTIONS
DANS CETTE RUBRIQUE.*

*ENVOYEZ-MOI VOTRE QUESTION
PAR MAIL*

lafleurdelame@hotmail.com



QU'EST-CE QUE LA CHARGE EMOTIONNELLE OU AFFECTIVE ?

La charge émotionnelle c'est tout ce que l'on prend sur soi comme étant de notre responsabilité. On se charge de multiples tâches et de responsabilités qui pourtant bien souvent ne nous appartiennent pas et qui de ce fait nous entraînent vers des émotions négatives... On prend sur nous, on n'exprime pas notre mal être, on a peur de refuser, on a peur de s'exprimer devant l'autre... On accorde beaucoup trop d'importance et de valeurs qu'il ne faudrait. Tout autant de choses qui vont nous accabler un peu plus et provoquer en nous un mal être général qui va s'accumuler au fil du temps. Plus nous allons prendre sur nous cette charge, plus nous allons accumuler des émotions et des énergies qui vont agir comme une bombe à retardement. Cette accumulation peut s'orienter rapidement vers une colère explosive, vers un burn-out ou vers la maladie, parfois même jusqu'au suicide dans les cas les plus grave....

Il ne faut surtout pas traiter ce genre de chose à la légère car la charge émotionnelle est sournoise, on ne se rend compte de sa présence que lorsqu'il est trop tard. Combien d'entre nous avons déjà dit : « je prends sur moi... » Qui ne s'est pas soucié pour d'autres personnes au point de se retrouver dans un mal être affectif ? « Je me fais du souci pour cette personne et cela me chagrine énormément car elle se trompe et ne fait rien pour changer... » Vous ne pouvez pas changer les autres, mais il en va de votre responsabilité et de votre bien être de veiller à ne pas prendre sur vous le « mal des autres ». Il faut savoir dire non, il faut savoir dire stop, il faut savoir lâcher prise quand c'est nécessaire.

Vous ne pouvez pas prendre le poids du monde sur vos épaules, mais seulement ce qui dépend uniquement de votre propre responsabilité.

Matéana



LES MANTRAS SONT-ILS VRAIMENT UTILES POUR MEDITER ?

Un mantra est une syllabe, un mot, un son répété plusieurs fois lors d'une méditation. Les sons possèdent une identité vibratoire, nos différents corps énergétiques vont s'aligner sur cette vibration jusqu'à ce que nous éprouvions en nous l'émotion ou l'état d'esprit véhiculé par cette énergie. Le mantra va agir comme une porte qui s'ouvrira en nous et nous permettra alors de nous évader vers cette sphère vibratoire.

Si l'on souhaite utiliser les mantras pour méditer, il vaut mieux en connaître son origine et surtout sa véritable signification afin d'obtenir un effet positif et surtout utile. Et surtout veiller à ne pas utiliser un mantra d'une vibration inférieure à votre âme, ce qui aurait alors un effet perturbateur pour votre être tout entier.

Le mantra peut aussi bien être une série de mots ou d'affirmation positive qui aura pour but de vous aligner sur une affirmation positive de votre être. Ex : Je vis, je m'ouvre à la vie, j'aime ce que je suis, je suis en paix, je suis de lumière et dans la lumière...

Matéana

Matéana Au cœur de la lumière vers ma guérison intérieure

Cette vibra-lettre est réservée à la vente par Matéana. Tous les droits sont réservés à Matéana, il est interdit de copier, publier ou transmettre à un tiers sans son autorisation.

Vous pouvez vous abonner si vous le souhaitez à la vibra-lettre directement sur le site www.ooniaterra.fr



Dans le prochain numéro vous trouverez : un article sur le féminin et le masculin sacré, un article de guérison vibratoire, l'importance de se relier au vivant, à la nature, des soins en florithérapie, des recettes vibratoires...