



## PATRICIA BECK

Patricia est thérapeute, hypnothérapeute, énergéticienne : elle accompagne les personnes en symbiose corps âme esprit. Durant son parcours, elle a pu constater l'efficacité des huiles essentielles tant sur le plan physique que psychique. Elle propose des ateliers afin de découvrir les huiles essentielles répondant aux besoins de tous, facilement, simplement...

[www.lesmotsens.fr](http://www.lesmotsens.fr)

« Il y a une 10<sup>e</sup> d'année à une soirée d'anniversaire d'une amie, je fais la connaissance d'une personne qui me parle spiritualité. Un domaine encore assez inconnu pour moi. Elle me prête les livres le jeu de la vérité et la porte secrète menant à la réussite. Ces écrits sont devenus une évidence pour moi et me suis sentie en parfait miroir avec l'introduction ; J'en ai fait mes livres de chevet. Les moments où je les laisse de côté je replonge dans mon auto sabotage jusqu'au jour où je les reprends ; j'ouvre une page au « hasard » (parfois même en pleine nuit) et là wouaww la lumière s'allume et les portes s'ouvrent. J'ai continué à m'intéresser au pouvoir des mots qui sont devenus mes rituels magiques et ses résultats tout aussi magiques. »



Whisper est l'huile parfaite de la féminité : dans une huile, une crème, un bijou, elle remplace un parfum. Elle permet de :

- rétablir la confiance
- effacer la culpabilité
- libérer peurs, colères
- apporte la prospérité
- apporte un équilibre émotionnel et hormonal
- booster ma libido

Elle se compose des huiles essentielles suivantes, qui apportent chacune leur qualité :

**Patchouli** : anti-dépresseur, efficace contre l'anxiété, la peur, la compulsion, tonique, relaxant, sédatif, il est aussi aphrodisiaque.

**Bergamote** : efficace contre l'anxiété, le stress de la dépression, les tensions, les déséquilibres émotionnels, le découragement, la négativité, l'obsession, le regret, la timidité.

**Santal** : efficace contre les rêves récurrents, l'insécurité, l'irritabilité, l'apathie, la nervosité, la procrastination, l'anxiété, les tensions, les sautes d'humeur, l'auto-critique et favorise l'intuition, la persévérance, la sécurité, l'estime de soi. Aide à créer un meilleur équilibre, équilibrant hormonal, relaxant, tonique, aphrodisiaque masculin

**Rose** : contre l'attachement, le deuil, le chagrin, l'envie, l'irritabilité, le regret, la tristesse, l'anxiété, la frigidité, la dépression, l'insomnie et la fatigue mentale.

Favorise la conscience de soi. C'est aussi un aphrodisiaque féminin, régulateur hormonal, traite l'infertilité, est relaxante, apaisante, anti-dépresseur et sédative

**Jasmin** : contre l'apathie, le manque de concentration, le détachement, les débordements émotionnels, la jalousie, la rigidité, la tristesse, la dissimulation, la timidité, la dépression, la faiblesse nerveuse, l'anxiété. C'est un tonique, astringent, apaisant, relaxant, traite la léthargie, et un aphrodisiaque. Il réchauffe sur le plan émotionnel,

**Cannelle** : contre la rancune, l'incapacité à pardonner, la faiblesse, la dépression, un stimulant, un aphrodisiaque,

**Extraits d'agrumes** : contre l'anxiété, la faiblesse, l'insomnie, l'amertume, la dépression, la frustration.

**Vétiver** : contre les troubles de l'attention et l'hyperactivité. Aide à calmer l'esprit, aphrodisiaque, Cette huile est très efficace pour soulager le stress et les tensions.

**Ylang Ylang** : contre la colère, le détachement, la culpabilité, l'hostilité, l'impatience, les comportements irrationnels, l'irritabilité, la jalousie, l'entêtement, l'anxiété, la dépression, la frigidité, l'impuissance, la tension, la dépression post-natale, la respiration rapide, le choc, la peur. Il est antispasmodique, équilibrant, est un tonique nerveux, un aphrodisiaque, sédatif, stimulant immunitaire, relaxant, antidépresseur, soulage les hypertendus et calme les palpitations. Très efficace avec la sauge sclérée pour l'équilibre hormonal, l'accouchement, pour stimuler les contractions utérines.

## Mon rituel de transformation

Je pose mes mains en cœur sur mon bas ventre

J'inspire une lumière, une couleur dont j'ai besoin maintenant

Je forme un cœur que je rempli, j'accepte de vivre pleinement ma vie, de me respecter, j'accepte les plaisirs qui me donnent satisfaction.



## NATHALIE RITLEWSKI

Nathalie est musicienne, sonothérapeute (thérapie par le son et la vibration) profondément connectée à la Nature : chamane à ma façon.

Elle aide les gens à se connecter à leur nature profonde, à leur vibration originelle afin qu'ils osent prendre le pouvoir sur leur vie.

nathaliegoodvibes@gmail.com

www.good-vibes.ch

## Rituel de connexion à son identité originelle et aux 5 éléments

Pour te connecter à ton identité originelle, ton féminin sauvage, ton âme etc... avec la synergie Whisper de DoTerra, je te propose de te réserver un moment par jour durant 6 jours (pourquoi pas en les notant dans ton agenda).

1er JOUR : CONNEXION AVEC LA TERRE MÈRE



Je te propose de prendre quelques minutes dans un endroit cocoon avec quelques bougies pour te connecter à la Terre et diffuser Whisper, ou tout simplement la respirer en te déposant dans une position confortable.

Tu peux aussi aller dans la Nature et te connecter vraiment à la Terre tout en respirant Whisper.

Reste quelques minutes ainsi et sois réceptive à ce que tu ressens.

Peut-être que quelques images, ou mots, ou ressentis te viennent : sois à l'écoute, tout simplement.

Puis médite sur le sujet "je suis en train d'être ce que je suis en train d'être"

C'est la manifestation divine de ce que je suis.

Je me respecte et je m'aime en osant vibrer qui je suis véritablement.

## 2ème JOUR : CONNEXION AVEC L'ETHER



Se relier à plus haut, à plus vaste, se relier à la Source en respirant Whisper, ou en la diffusant.

On peut aussi en mettre une goutte sur l'intérieur des poignets et sur l'échine (les cervicales).

Faire une méditation "je m'ouvre à la dimension de mon Je Suis Véritable, je m'ouvre à l'Unité, je m'ouvre à mon Grand Coeur Universel, et ma Puissance qui se manifeste jusque dans la matière, et j'invite la graine de mon Être originel à imprégner tout mon corps, tout mon être, afin que je manifeste dans la matière cet Être originel que je suis.

### 3ème JOUR : CONNEXION AU FEU



Je me relie au Feu de ma Conscience, en allumant une bougie ou en m'installant auprès de ma cheminée et je prends un temps pour moi en diffusant ma synergie Whisper, et/ou en mettant une goutte à l'intérieur des poignets et sur l'échine.

Je sens l'intensité de mon Feu originel, et je m'ouvre à recevoir toute la joie, toute la puissance de Vie.

Le feu est le seul élément qui ne peut pas être pollué ou altéré.

Il reste toujours intègre.

S'il n'y a pas les éléments qui lui permettent de vivre en tant que feu, il s'éteint.

Donc, soit je suis ce que je suis, soit je ne le suis pas...

Regarder en moi ce qui n'est pas moi, et en prendre conscience.

L'Archange Michaël peut vraiment m'aider à regarder ce qui n'est pas moi en moi.

### 4ème JOUR : CONNEXION À L'AIR



Prendre un moment de méditation pour se relier à l'élément Air avec la synergie Whsiper (la diffuser, la respirer et/ou en mettre une goutte sur l'intérieur des poignets et sur l'échine).

Je me tourne vers mes pensées, et plus particulièrement vers le type de pensée "je suis" ou "je ne suis pas", jusqu'à percevoir de façon assez claire comment je m'identifie, et à quoi je ne m'identifie pas.

Quand je me présente à quelqu'un, qu'est-ce que je dis de moi, comment je me présente ? Quelle est l'identité que j'aime montrer ? Est-ce vraiment mon identité ? C'est en effet difficile de s'affirmer en dehors des codes que nos parents et la société nous ont collé... Car nous avons besoin d'être aimé et nous avons ce besoin d'appartenance fort.

Si on me propose une carte d'identité vierge et que je regarde dans ma vérité, dans mon essence : qui je suis réellement ? au-delà de ce que tu perçois de moi ?

Qu'est-ce que je suis dans ma source ?

Qu'est-ce que je choisis de manifester ?

Je peux redéfinir tout ce que je me sens être, chaque jour.

## 5ème JOUR : CONNEXION À L'EAU



Je prends un temps de méditation en me reliant à l'élément Eau en relation avec Whsiper (diffuser, ou respirer, en mettre une goutte sur l'intérieur des poignets et l'échine).

Je peux me relier à l'Eau chez moi par la méditation, ou dans la Nature, au bord d'un cours d'eau, d'un lac, d'une cascade etc...

Je m'immerge dans le ressenti de qui je suis au quotidien.

Très souvent, je fais, je fais... je suis dans une course en avant qui m'aide à ressentir l'intensité de la vie. Je ne me laisse pas traverser par la vie...

Prendre un temps pour soi et juste être dans la perception pure de qui je suis, en cet instant.

durant ce petit temps où on rentre en soi, on peut refaire rapidement les étapes précédentes, c'est à dire :

- se relier à plus grand
- se relier à ce feu originel que je suis
- se relier à l'identité unique de qui je suis, là, en tant qu'individu à cet instant
- se relier à la matrice de mon être, et me laisser percevoir mon existence, mon goût, qui je suis

Ressentir ma présence, ressentir la vibration de mon corps, et on reste avec soi, tout simplement.

On peut aussi percevoir ce "je suis" non manifesté encore, et on s'envoie de l'Amour.

## 6ème JOUR, BILAN : NAÎTRE À SON FÉMININ SAUVAGE

Il s'agit de percevoir que je suis une partie du Tout, et que j'y suis relié.

Qui est cet enfant unique qui naît de cette pratique, aujourd'hui ?

Qui est cette création unique, qui est cette demeure du divin ?

Qu'est-ce qui est naissant, neuf en moi aujourd'hui ?

Qu'est-ce que je permets comme nouveauté ?

Quelle joie pure je manifeste aujourd'hui dans toute chose ?

Et... comment je peux être un cadeau pour les autres aujourd'hui ?

Et qu'est-ce que j'aimerais recevoir comme cadeau ? (demandez et vous recevrez)