



ANNE DABIBERT

Un fil d'or sur son chemin : la reliance à la nature et au divin, la connexion avec le tao et la Médecine Traditionnelle Chinoise. Les huiles essentielles sont les amies d'Anne depuis ses 20 ans. Elles l'accompagnent au quotidien, mais aussi dans ses ateliers et séances. Tombée en amour des huiles essentielles Doterra, elle est conseillère depuis 2019.

Formée en médecine traditionnelle chinoise, Anne est également certifiée au Tao de la Femme Lune® ». Associer l'âme des plantes avec ces merveilleuses pratiques énergétiques lui permettent de faire chaque jour davantage d'espace pour la joie, le plaisir et la paix.

Anne sur FB : [L'art de la médecine Taoïste | Facebook](#)
Anne sur Medoucine : [Cliquez ici](#)

J'ai rencontré l'ylang ylang au cœur de l'île de Mayotte. En randonnée, au détour d'un col, une vague de parfum suave et sucré m'a enveloppé. C'était doux, et puissant ; je me sentais attirée et en même temps il y avait "un quelque chose" d'entêtant qui résonnait avec une résistance en moi...

J'ai questionné ma cousine qui me souriait. Elle me proposa d'avancer sur le chemin et me montra des champs d'arbres tropicaux à flanc des collines : je te présente l'ylang ylang et ses fleurs...ce sont elles qui émanent ce puissant parfum !

Une rencontre qui m'a ouverte à découvrir l'huile essentielle des fleurs de cet arbre...qui vient
laisse toi aller dans mes douces effluves et ma chaleureuse lumière, je te montre le chemin de ta sensualité et de ta joie »



murmurer «

[Vous voulez mieux la connaître ?](#)

L'huile essentielle dont je parle ici est celle de doTerra.

Voici sa « carte d'identité » et son histoire

Nom latin : *Cananga odorata*

Origine : Madagascar

Organe : Fleurs

Chémotype : D-germacrene

Mode d'obtention : Distillation à la vapeur d'eau des fleurs.

Chaque terre où pousse l'ylang ylang nous parle de sensualité : En Philippines, l'ylang-ylang "alang-alang" évoque les fleurs qui dansent dans la brise. En Indonésie, l'ylang-ylang est "fleur des fleurs" dont le parfum joyeux, sensuel et exotique ne ressemble à aucune autre fleur.

Sa distillation réside dans sa richesse aromatique unique : la distillation des fleurs fraîches peut durer jusqu'à 18 heures, les meilleures fractions recueillies étant celles des deux premières heures. A l'issue de la deuxième heure, est recueillie l'Extra, plus riche en molécules aromatiques, tandis qu'entre la sixième heure et la treizième heure est retirée l'huile essentielle d'Ylang-ylang II, et qu'entre la treizième et la dix-huitième heure, est collectée l'huile essentielle d'Ylang-ylang III. Cette dernière plus fine et plus sucrée, est très recherchée en tant que telle, même si elle n'égale pas l'usage qui est fait de l'huile essentielle d'Ylang-ylang complète, qui, plus équilibrée, est obtenue du mélange de toutes les fractions.

Au service du féminin divin : ses propriétés et modes d'utilisation privilégiés

L'huile essentielle d'Ylang-ylang complète est reconnue pour le lâcher prise et la sensualité.

D'un parfum puissant et voluptueux, elle nous guide vers la légèreté, la joie, la sensualité, l'envie de jouir de la vie.

Si nous en avons besoin, l'ylang ylang va en priorité nous envelopper de douceur, va calmer l'agitation et le stress. Elle nous relie au moment présent, à notre corps et renforce le sentiment de calme et de sécurité intérieure.

De cet espace de calme, nous nous aimons, la passion se réveille, l'intuition et la créativité peuvent se développer.

Son action sensuelle agit sur tout le corps, et elle est également l'une des plus réputées pour les soins des cheveux, auxquels elle apporte force et brillance.

Quand l'utiliser ?

Pour déconnecter du mental, se laisser aller au calme et à ses sens,

Pour se sentir dans le moment présent, en disant oui à toutes ses propres facettes comme à la vie

Pour lâcher prise dans les moments d'intimité,

Pour le plaisir

En olfaction, plusieurs fois dans la journée

En massage sur les poignets, le bas ventre (chaudron de notre utérus),...et tout le corps

En diffusion

Pendant 40 jours pour vous relier à votre ventre, à votre sensualité et votre créativité : 1 goutte d'Ylang et 1 goutte d'encens avec de l'huile végétale. Prenez le temps de respirer vos mains avant de masser la zone sous votre nombril et la zone correspondante au niveau de votre creux lombaire.

Mon rituel de transformation : sourire intérieur, sourire cosmique

S'offrir une voie de tendresse et de beauté...et permettre à la magie de l'amour de soi d'agir....

Le sourire intérieur...cette rencontre rime dans ma vie avec « un avant et un après ». Le sourire intérieur est dans les enseignements taoïstes une fondation, un préalable, un essentiel

Le sourire intérieur est une méditation qui permet de se relier et d'activer une puissante énergie d'amour, de guérison, de vitalité puis de venir inonder chaque organe, chaque espace, chaque cellule de notre corps et de notre être.

Le sourire intérieur est cosmique car il prend sa source dans la lumière des étoiles et de l'univers, et il grandit dans nos ancrages à la terre.

Concrètement, je vous propose une première pratique pour cette méditation transmise par Maître Mantak Chia.

Un temps pour se poser, se déposer tout d'abord : bien assise, les ischions bien posés sur l'avant de la chaise, les pieds bien ancrés au sol, le dos dans sa verticalité sans forcer, le sommet de la tête relié aux étoiles, les mains posées sur votre ventre, ou sur vos cuisses. (moi j'aime poser une main sur mon cœur et l'autre sur mon ventre). Les yeux clos, vous vous laissez au fil des inspirations et des expirations vous poser, venir même respirer dans vos points d'appui. Déjà vous laissez vos yeux rejoindre votre souffle, vous activez la tendresse de votre regard qui se tourne vers l'intérieur.

Vous pouvez vous dire, j'inspire le souffle de vie (et/ou j'inspire la lumière dorée), j'expire les résistances (ou les tensions).

Ensuite, toujours les yeux clos vous amenez votre souffle, la lumière dorée et vos yeux, votre regard de plus en plus dans votre cœur. Vous venez respirer et sourire dans votre cœur.

Pour activer votre sourire intérieur, vous pouvez imaginer une magnifique rose illuminée de lumière dorée dans votre cœur ; une rose à laquelle vous souriez, une rose que vous venez délicatement respirer...et plus vous lui souriez, plus elle s'ouvre et plus elle rayonne de lumière dorée. Vous pouvez aussi expérimenter ce qui vous soutient le plus : l'image dans votre cœur d'un enfant, votre paysage le plus inspirant...

Vous pouvez vous détendre, vous faire confiance, l'activation de vos connexions demande de la patience, de la douceur et de la régularité (- :

Vous continuez à sourire et à respirer dans votre cœur. Votre cœur reçoit la lumière dorée des étoiles, comme un nectar. Votre cœur est votre soleil intérieur qui rayonne d'une lumière dorée dans toute votre poitrine.

Plus vous souriez à votre cœur, plus il rayonne...et réciproquement.

Vous accompagnez ensuite la lumière de votre cœur et votre sourire intérieur à inonder tout votre corps, tendrement, généreusement : vers le bas, en spiralant dans tout votre ventre, votre dos, votre bassin, vos hanches, chacune de vos jambes, jusqu'à chacun de vos pieds et tel un arbre vous souriez à ces rayons qui viennent éclairer vos racines.

Vers le haut en spiralant dans votre gorge, votre cou, votre visage, votre cerveau, votre crâne, jusqu'au sommet de votre tête et au-delà.

Vers les côtés de votre corps, en spiralant dans chacune de vos épaules et de vos bras, jusqu'au bout de chacun de vos doigts et au-delà.

Quand des pensées émergent, vous leur souriez et revenez à votre corps, à votre souffle, à votre sourire intérieur..

Vous restez quelques minutes les yeux clos, laissant tout votre corps respirer dans ce bain de sourire intérieur de lumière dorée.

Vous terminez en mettant vos deux mains sous votre nombril et vous concentrez sous vos mains, dans votre centre votre sourire intérieur de lumière dorée. Et vous respirez sous vos mains, vous souriez abondamment à votre centre, votre chaudron alchimique ! Avant de vous lever, vous frottez votre ventre, votre bassin, et tout endroit de votre corps qui vous appelle.