



#6 – AVRIL 2022

# ENTRE NOUS...

## Le billet d'humeur de Florence

Le printemps, malgré les frimas, voit la nature renaître progressivement. Passer à l'heure d'été, même s'il est agréable d'avoir de longues soirées, nous éloigne de notre véritable rythme biologique. Ainsi, c'est à 2h de l'après-midi que brille à son zénith le plein soleil de midi !

En publiant une de ses pensées, je souhaite rendre hommage à Thich Nhat Hanh, moine bouddhiste, maître zen et homme de paix, décédé fin janvier à 95 ans. Chercher à l'extérieur la joie qui est notre état naturel est une illusion.

Le 16 mai aura lieu la Pleine Lune du Wezak (Pleine Lune en Taureau) : la Terre recevra la Bénédiction des énergies bouddhique (Sagesse) et christique (Amour) apportant l'Amour Universel et la Compassion à tous les êtres. Elle nous invite à ouvrir notre cœur et à prendre conscience du divin en nous.

Le travail de traduction de la sagesse des Gene Keys avance régulièrement et nous sommes en phase de relecture. J'ai décidé de vous faire découvrir régulièrement une partie de nos traductions sur ma page Facebook.

*Florence*



*Quelquefois, votre joie est la source de votre sourire, mais quelquefois votre sourire est la source de votre joie.*

*(Thich Nhat Hanh)*

Reiki Holy Fire® III

Expérience  
de guérison

Gene Keys®

en français

La  
Chromobiologie®

Bain de lumière

Respirer pour  
changer d'attitude

TAKAIRIA

14 rue des Chaprais  
25000 Besançon

06 89 64 91 00

[www.takairia.com](http://www.takairia.com)



@takairia

## Reiki Holy Fire® III et Expérience de guérison

L'Expérience de Guérison Holy Fire® peut être vécue comme une expérience intense.

Elle peut être menée de façons différentes :

- ✓ Exclusivement (se suffisant à elle-même) ou au cours d'un soin Reiki ;
- ✓ en présentiel ou à distance (par téléphone ou visio-conférence) ;
- ✓ en individuel ou en groupe.

Elle permet :

- ♥ de substituer aux énergies négatives des énergies positives de vie et d'amour :

Pour atteindre la libération souhaitée, il est nécessaire d'avoir consciemment le profond désir de se libérer du blocage qui entrave notre vie. Il est important de se focaliser sur celui-ci avec l'intention de le laisser partir tout en restant ouvert aux intuitions et messages qui peuvent nous parvenir d'une façon ou d'une autre, au cours de la session ou dans les semaines qui suivent. Ceux-ci pourront nous conduire à d'importants changements dans notre manière d'aborder notre vie.

Les énergies négatives ont une influence au niveau du corps physique, de l'aura et des chakras et créent des blocages énergétiques (nœuds) qui empêchent l'énergie de circuler et de baigner harmonieusement toutes les cellules, glandes endocrines et organes du corps physiques, sans oublier nos différents corps subtils.

L'aura correspond aux 7 corps subtils qui constituent notre être : physique, astral, mental, causal, bouddhique, atmique et monadique. Ce sont des champs de force qui contrôlent notre bien-être physique, notre stabilité émotionnelle et notre lucidité mentale.

Les chakras, mot provenant de l'ancien sanscrit et signifiant « roues de lumière », sont des vortex d'énergie où se combinent les énergies célestes et terrestres qui vont stimuler les glandes endocrines. Les chakras ont un existence énergétique et non physique. Nous évoquons généralement les 7 chakras « principaux » du corps physique.

Un blocage énergétique cause toujours un sentiment d'inconfort, qu'il soit au niveau de la santé, du mental ou des émotions. Parmi les manifestations les plus courantes, on trouve souvent le « sentiment de ne pas avancer, d'être coincé » et également (liste non exhaustive) :



- 1<sup>er</sup> chakra (racine) : anxiété, manque de confiance en soi ;
- 2<sup>ème</sup> chakra (sacré) : relations dysfonctionnelles, sentiment d'isolement renforcé ;
- 3<sup>ème</sup> chakra (plexus solaire) : manque ou baisse d'estime de soi ;
- 4<sup>ème</sup> chakra (cœur) : colère, haine, intolérance, repli sur soi, isolement total ;
- 5<sup>ème</sup> chakra (gorge) : difficultés de communication, bégaiement soudain, incapacité à écouter ses proches, sentiment d'être incompris ;
- 6<sup>ème</sup> chakra (3<sup>ème</sup> Œil) : sentiment d'être sans but, d'être perdu, dans le flou ;
- 7<sup>ème</sup> chakra (couronne) : confusion profonde, manque de clarté mentale, de foi (en soi, en les autres, en l'avenir, en la vie).

Les différentes causes de blocages peuvent être :

- la santé émotionnelle : par exemple, des émotions que l'on ne s'autorise pas ou trop douloureuses et que l'on réprime ;
- le corps physique : positions non alignées (ex colonne vertébrale non verticale) qui bloquent la circulation d'énergie ;
- la sexualité : l'énergie sexuelle que l'on s'interdit peut perturber l'équilibre hormonal ;
- la spiritualité : le manque de connexion avec ce qui est plus grand que nous, à la nature, à l'univers créent des inhibitions au niveau de l'esprit ;
- la créativité : êtres créatifs par nature, nous avons besoin de l'exprimer pour nourrir notre joie ;
- l'environnement dans lequel on vit : l'énergie circule-t-elle dans notre lieu de vie ? Est-il propre et rangé ? Quelle est la qualité de la lumière ?
- la vocation : sommes-nous alignés avec ce qui fait sens pour nous ? Sommes-nous clairs avec notre objectif de vie ? Nous donnons-nous les moyens de l'atteindre ?
- le repos : la durée et la qualité de notre sommeil sont-elles suffisantes pour permettre un véritable repos ?



- l'argent : être stressé par ses finances impacte fortement le niveau d'énergie ;
- la communauté : en tant qu'animaux sociaux, nous avons besoin d'appartenir à une tribu avec laquelle nous sommes en lien 1 à 2 fois par semaine ;
- la diète : Hippocrate affirmait « Que l'alimentation soit ta première médecine. » Chaque être est unique et différent et doit trouver ce qui lui convient : la seule solution, tester et faire confiance à son intuition !
- la santé mentale : avoir des pensées et des croyances négatives affectent notre santé et notre énergie (cf. l'épigénétique) et ont une incidence sur notre clarté d'esprit (voir également le dernier article « Respirer pour changer d'attitude »).

♥ de renforcer un objectif :

Parfois, la réalisation de nos objectifs est entravée par des sentiments « négatifs » inconscients comme la peur de l'échec ou de la réussite : nous provoquons alors des auto-sabotages !

Exemple : la croyance que « l'argent est mauvais » freine la prospérité.

Au cours de l'Expérience, il est essentiel de se focaliser sur l'objectif avec la volonté de prendre la responsabilité de faire ce qui est nécessaire pour l'atteindre et de lâcher prise sur ses attitudes inconscientes négatives, tout en restant ouvert aux nouvelles idées et attitudes qui peuvent émerger au cours de la séance ou par la suite.

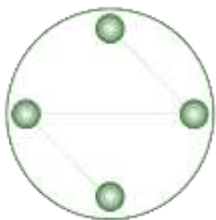
Je l'ai expérimentée moi-même à plusieurs reprises ; par ailleurs, j'ai reçu des retours plus que positifs de clients. Je vous invite donc à l'essayer pour vous faire votre propre opinion !



## Gene Keys® en français

Nous avons commencé ce travail de traduction pharaonique par une première étape : la traduction du profil hologénétique gratuit mis à votre disposition sur le site des Gene Keys® (<https://bit.ly/37NCToV>) et qui est la carte de navigation de votre parcours.

Le descriptif en cours de traduction concerne les 4 Dons Primordiaux (*Genius – Séquence d'Activation*) qui correspondent à 4 sphères :



- l'Œuvre de Vie : ce que je suis venu faire sur Terre, mon travail vis-à-vis du monde ;
- l'Évolution : ce que je suis venu apprendre sur Terre, mon plus grand défi ;
- le Rayonnement : ce qui me maintient en pleine forme, en équilibre (santé physique, mentale, émotionnelle) ;
- la Destination : ce qui me comble intensément lorsque je crois en mes rêves et ai le courage de les manifester.

Pour résumer, chaque Sphère contient une Clé Génétique et une Ligne. Les Clés, au nombre de 64, correspondent aux archétypes du Yi King (le Tarot de la Transformation né en Chine il y a plus de 3000 ans) et sont déterminées par la position des planètes dans votre ciel de naissance et au moment de votre incarnation. Cette transmission s'inspire également du Human Design. Les Lignes révèlent des vérités et des thèmes universels.

Chaque Clé se décline sur 3 bandes de fréquence :

- l'Ombre : mon défi, ce qui tend à se passer lorsque je perds ma connexion à mon véritable Moi ;
- le Don : ce qui se passe lorsque je donne jour à ma créativité ;
- le Siddhi (le plus haut potentiel) : la façon dont je peux vivre lorsque je suis connecté à mon essence.

J'ai décidé de mettre à votre disposition la traduction de la Sphère de l'Œuvre de Vie en suivant le Pulse, le calendrier des Gene Keys®. Le Pulse suit le transit des Clés, activées par les coordonnées astrologiques du Soleil. Ainsi, une fois par semaine environ, vous pourrez découvrir la Clé active et sa signification dans la Sphère de l'Œuvre de Vie sur ma page Facebook @Takairia. J'envisage également de les ajouter sur mon site : patience !

## La Chromobiologie® - Bain de lumière

Après des années de théories, d'expérimentation, de pratique et d'expériences, Le Dr Dominique Bourdin a créé « la chromobiologie® », une utilisation thérapeutique des couleurs et de leur pouvoir vibratoire sur les enveloppes énergétiques. Les couleurs nous permettent de nous soigner mais aussi de mieux nous connaître et elles fonctionnent en parfaite synergie avec d'autres outils.

En Égypte ancienne, des cristaux placés dans les fenêtres des temples permettaient aux prêtres d'officier dans des chambres de guérison par les couleurs (par exemple, l'améthyste dispensait une lumière violette pour améliorer le sommeil et la concentration). Originaire de l'Inde, le système des couleurs correspondant aux différents chakras s'est largement répandu en Occident.

La lumière est un vecteur d'informations, à la fois matière et vibration (onde). Chaque fréquence de vibration correspond à une couleur de l'arc-en-ciel. Dans le spectre visible, ces fréquences varient continûment.

Les couleurs sont classées en deux catégories principales :

- Les couleurs lumière : bleu, rouge et vert (que l'on retrouve sur les écrans de TV) qui projetées ensemble donnent le blanc ;
- Les couleurs matière : jaune, magenta, cyan (cartouches d'encre des imprimantes) qui, ensemble, créent le noir.

Il existe également des binômes de couleurs complémentaires utilisés au cours des soins (écarlate – turquoise ; rouge – cyan ; orange – indigo ; jaune – bleu ; citron – violet et vert – magenta) en fonction des besoins.

Le corps humain se comporte comme un prisme qui décompose la lumière du soleil en une multitude de couleurs : chacune des parties du corps et chaque organe correspondent à une couleur et remplissent une fonction. Ainsi la symbolique des couleurs s'applique à tous les domaines de la vie. Comme le corps fonctionne comme un hologramme, chaque partie représente la totalité (voir la réflexologie plantaire, l'iridologie, l'auriculothérapie...).



Après avoir suivi cette formation, j'ai acheté deux lampes de chromobiologie®. Conçues par la société Arc-en-Ciel Innovation, elles génèrent des cycles de couleurs à haute fréquence, basés sur Nombre d'Or et la géométrie sacrée (ondes de formes). L'utilisation de ces lampes permet de réaliser, avec précision et sans risque, des équilibrages énergétiques. Elle permet aux personnes de se ressourcer et de s'harmoniser et est très complémentaire au Reiki.



## Respirer pour changer d'attitude

Notre attitude face à la vie crée toute une palette d'émotions qui ont une influence sur notre santé : notre corps fabrique des substances chimiques bénéfiques ou toxiques à long terme qui impactent la façon dont nous nous sentons dans nos relations.

La technique de respiration du changement d'attitude « Attitude breathing » de Hearthmath, expliquée ci-après, aide à instaurer des attitudes de remplacement plus efficaces et qui préservent notre énergie.

1. J'observe sans jugement les ressentis, les schémas émotionnels et les attitudes que j'expérimente et que je souhaite changer (légère frustration ? anxiété ? pessimisme ?...);
2. J'identifie une attitude ou un sentiment de remplacement : qu'est-ce que je souhaite vivre ? (stress → calme, surcharge → bien-être, critique → gentillesse et compassion...);
3. Je focalise mon attention sur la région du cœur ; j'imagine ma respiration qui entre et sort par mon cœur, un peu plus lente et plus profonde qu'habituellement, en trouvant un rythme confortable pour moi ;
4. Lors de chaque inspiration, j'augmente le ressenti de ma nouvelle attitude de remplacement et je reste focalisé dessus jusqu'à ressentir le début du changement ;
5. Je continue à maintenir cette nouvelle attitude et ancre en moi les perceptions associées.



Pratiquer cette technique une fois par jour pendant 6 semaines transformer la vie : cette pratique aide à ouvrir le cœur.

Cela permet à l'intelligence intuitive du cœur de nous révéler une vue d'ensemble de la situation, ce qui conduit à la guérison mentale et émotionnelle.