



L'utilisation des Huiles Essentielles doTerra dans la pratique du Reiki

*par Charlotte Maury,
@la.maison.de.lily*

Sommaire

L'UTILISATION DES HUILES ESSENTIELLES DOTERRA DANS LA PRATIQUE DU REIKI

- Bienvenue
- Qu'est ce que doTerra?
- Qui suis-je ?
- Ma petite histoire avec le Reiki.
- Les différentes utilisations des huiles essentielles doTerra. Partie 1
- Les différentes utilisations des huiles essentielles doTerra. Partie 2
- Warning
- Pourquoi utiliser les huiles essentielles en énergétique ?
- Fort pouvoir vibratoire ?
- Taux vibratoire de quelques huiles essentielles doTerra .
- Les huiles essentielles pour équilibrer vos Chakras.
- Quelles huiles essentielles pour quel Chakra ?
- Quelle synergie pour quel Chakra ?
- Les huiles essentielles qui favorisent l'ancrage ?
- Utilisation des huiles essentielles pour calmer l'esprit et se centrer ?

- Méditation
- Comment utiliser les huiles essentielles pour la méditation ?
- Quelles huiles essentielles pour purifier ?
- Huiles essentielles pour la protection énergétique.
- Huiles essentielles et principes Reiki
- Mon rituel pour mes auto-soins Reiki.
- Mon rituel pour soutenir les soins sur autrui.
- Techniques d'application des huiles essentielles lors des soins Reiki.
- Offres Exceptionnelles
- L'Aventure te tente et tu veux rejoindre mon équipe ?
- Devenir Ambassadrice C'est :
- Tu auras accès à une formation.
- Tu as des questions ?
- Contact



Bienvenue dans cet ebook dédié à l'utilisation des huiles essentielles doTERRA dans la pratique du Reiki Usui.

Le Reiki est une forme de guérison énergétique qui vise à harmoniser le corps, l'esprit et l'âme. Lorsqu'il est combiné avec les huiles essentielles pures et puissantes de doTERRA, il devient une expérience encore plus profonde et transformative.

Dans ce guide, nous explorerons comment intégrer les huiles essentielles doTERRA dans différents aspects de la pratique du Reiki Usui.

Nous aborderons leurs utilisations pour l'auto-soin, les soins sur autrui, les 7 chakras, la méditation, l'ancrage, la protection et la purification.

Tu découvriras comment les huiles essentielles peuvent soutenir et amplifier ta pratique du Reiki, en apportant une dimension supplémentaire de guérison, de détente et d'élévation spirituelle.

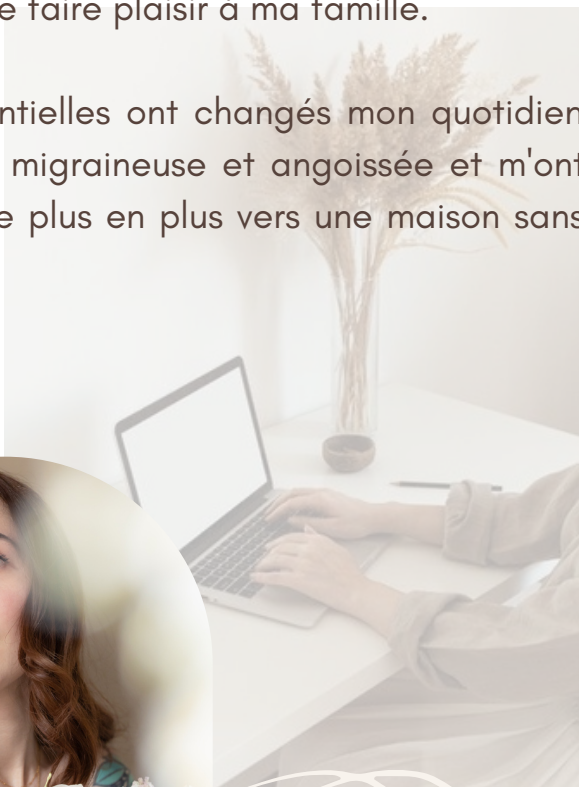
Qui suis-je ?

Je m'appelle Charlotte, j'ai 30 ans, Maman de ma petite Elizabeth qui à 2 ans.

Depuis quelques temps, je suis également conseillère en aromathérapie pour le laboratoire d'huiles essentielles Doterra.

C'est une activité de coeur qui me permet de me faire plaisir et de faire plaisir à ma famille.

Ces huiles essentielles ont changés mon quotidien d'hypersensible, migraineuse et angoissée et m'ont permis d'aller de plus en plus vers une maison sans toxine.



Ma petite histoire

AVEC LE REÏKI

En fin d'année dernière, j'ai découvert le Reïki, je n'y connaissais rien, du coup, je me suis renseigné, j'ai lu une paire de livres et j'ai également découvert Angélique, ses ouvrages et ses orcales.

En janvier, j'ai décidé de me faire initier au 1er niveau, mais fin Mars, à la suite de ma période d'auto soin et après quelques soins sur mes proches, j'ai eu besoin de renforcer mes connaissances et je me suis lancé dans la formation de Reïki contemporain d'Angélique.

J'ai, depuis, commencé le second module.

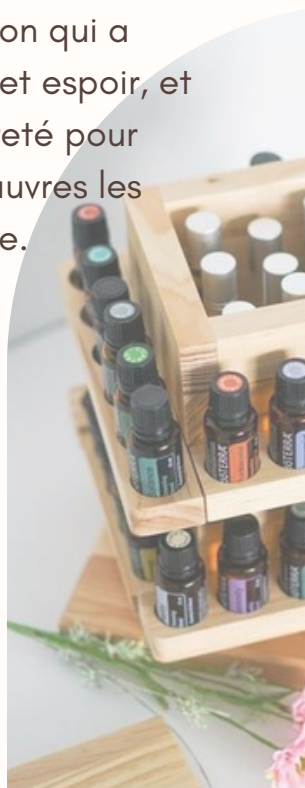
Mais j'ai surtout pris plaisir et l'habitude de lier ma pratique du Reïki, à l'utilisation des huiles essentielles doTerra.



Qu'est ce que doTerra?

LE MEILLEUR DE LA NATURE

- Ce sont des huiles essentielles sans produits de substitution.
- Huiles 100% pures et de grade thérapeutique (CPTG), de nombreux tests sont effectués.
- Commerce équitable : DoTERRA va chercher la plante dans son lieu d'origine pour favoriser ses vertus et de ce fait l'efficacité de ses huiles essentielles.
- Fondation healing hands : fondation qui a pour objectif d'apporter guérison et espoir, et d'éliminer les maladies et la pauvreté pour ainsi donner aux communautés pauvres les outils nécessaires à leur autonomie.



Les différentes utilisations des huiles essentielles



Topique

- 30 secondes pour atteindre la circulation sanguine
- Pas avant l'âge 3 mois (certaines HE pas avant 6 ans)
- 30 minutes pour faire le tour complet du corps

DoTerra ?



Aromatique

- Diffuseur à vapeur d'eau :
2 gouttes par heure de diffusion
- Inhalation :
1 goutte d'HE dans le creux des mains puis inspirer

Les différentes utilisations d'une huile essentielle

DoTerra ?



Interne

- Sous la langue / dans de l'eau ou du jus / dans du miel ou une compote / dans une capsule végétale
- Seulement si les HE sont pures et certifiées de grade thérapeutique
- Pas avant l'âge de 12 ans & pas pendant la grossesse

Energétique

- Equilibrage énergétique et des chakras
- Détente / Relaxation / Méditation
- Ancrage / Alignement
- Lithothérapie (avec les pierres)
- Taux vibratoire des HE (énergie)

Warning

Mes recettes et conseils sont valables uniquement avec les huiles essentielles doTERRA CPTG® « Certified Pure Tested Grade® » Huiles essentielles 100% pures et naturelles avec le grade thérapeutique.

Toujours demander l'avis d'un professionnel de santé avant utilisation.



Pourquoi utiliser les huiles essentielles en

énergétique ?



Les huiles essentielles donnent des messages à notre système elles vont aider à calmer et réguler la colère, la peur, la tristesse pour apporter la joie, la confiance en soi et un bien être général.

Des synergies ont été élaborées afin de fournir des bienfaits ciblés pour retrouver son équilibre émotionnel.

DoTerra

FORT POUVOIR VIBRATOIRE ?

L'utilisation des huiles essentielles sur une base quotidienne nous aide à élever la fréquence énergétique et électromagnétique de notre corps.

Diffuser, prendre un bain, ou se parfumer avec les huiles essentielles favorise l'augmentation de notre taux vibratoire.

Plus le taux vibratoire est élevé, meilleure est notre santé.



Taux vibratoire de quelques huiles essentielles

DoTerra ?

78 MHz

HUILE ESSENTIELLE
DE MENTHE POIVRÉE

96 MHz

HUILE ESSENTIELLE
DE BOIS DE SANTAL

105 MHz

HUILE ESSENTIELLE
DE MYRRHE

108 à 138 MHz

HUILE ESSENTIELLE
DE CAMOMILLE

147 MHz

HUILE ESSENTIELLE
D'ENCENS

118 à 150 MHz

HUILE ESSENTIELLE
DE LAVANDE

181 à 192 MHz

HUILE ESSENTIELLE
D'HÉLICHRYSE

300 à 350 MHz

HUILE ESSENTIELLE
DE ROSE DE DAMAS

Les huiles essentielles pour équilibrer vos

Chakras ?

Les huiles essentielles peuvent aussi permettre de venir équilibrer tes énergies et notamment tes chakras.



Quelles huiles essentielles pour quel

Chakra ?

Coronal

LAVANDE,
CYPRÈS,
ENCENS



3e Oeil

MENTHE POIVRÉE,
ENCENS,
HELICRYSE

Gorge

SAUGE, MYRRE,
EUCALYPTUS,
ENCENS



Coeur

LEMONGRASS,
MELISSE, BASILIC,
ROSE

Plexus Solaire

LAVANDE,
PAMPLEMOUSSE,
CITRON, FENOUIL,
PETIT GRAIN



Sacré

GINGEMBRE, YLANG
YLANG, ORANGE,
CITRUS BLISS

Racine

CANNELLE,
ORIGAN,
ANCOR



Quelle synergie pour quel Chakra ?



Console

RÉCONFORTANT
APAISANT



Peace

PAIX
RECONNECTION



Cheer

JOIE
EPANOUISSEMENT



Passion

PASSION
ENERGIE



Peace ou Console

FOI ET
ESPOIR, CONNEXION
AU DIVIN,
TRANSFORMATION
SPIRITUELLE



Forgive

SÉRÉNITÉ
APAISEMENT



Motivate

INSPIRATION
CRÉATIVITÉ

Les huiles essentielles qui favorisent l'ancrage ?



Mes 3 huiles préférées pour favoriser l'ancrage :

- Balance:

Ce mélange est une combinaison d'huiles "racines" et d'arbres (Epicéa, Bois de Hô, Encens, Tanaïsie Bleue et camomille bleue). Tout ce qui dans la nature représente la stabilité.

Ce mélange renforce la connexion à la terre, à la nature, c'est une bouffée de plein air, de vert, de nature...

Balance est une synergie qui s'associe à merveille avec le travail du chakra racine. Travaille sur l'enracinement, la stabilité, les besoins physiques et premiers, la sécurité (y compris matérielle).

A utiliser en massage sur la voute plantaire ou en inhalation aux creux des mains.

- Encens:

Permet de s'ancrer et s'aligner avec discipline et engagement. Une goutte sur le sommet du crâne et sous la plante des pieds.

- Anchor :

Dans une base d'huile de coco fractionnée, le mélange d'Anchor contient les huiles essentielles suivantes: lavande, bois de cèdre, bois de santal, cannelle, encens, poivre noir et patchouli.

Tout cela offre un mélange avec un arôme très riche. Utilise le pour faire des pauses, te reconnecter avec toi-même et restaurer ton harmonie émotionnelle.

Utilisation des huiles essentielles pour calmer l'esprit et se centrer ?



Mes 3 huiles préférées pour favoriser la détente et l'alignement:

- Serenity:

Apaise tous les cœurs fatigués, aide en cas d'angoisses de stress et favorise le sommeil et l'apaisement de l'esprit.

- Adaptiv :

Apporte clarté d'esprit, rassure et calme. Il apporte confiance, acceptation de soi et gentillesse envers son âme.

- Align :

Procure un sentiment d'acceptation de soi, de confiance et de fluidité.

Favorise l'harmonie et le calme en aidant l'utilisateur à améliorer son environnement et son bien-être.

Utilisations:

- Diffusion pour favoriser une ambiance calme et reposante.
- Appliquer en topique avec dilution adaptée au niveau du plexus solaire.

Méditation



Mes huiles préférées pour la méditation :

- Peace :

En diffusion pour favoriser une ambiance apaisante et relaxante.

- Balance :

Pour te donner un peu d'élan, applique quelques gouttes de mélange d'huiles Balance sur ton cou, tes poignets ou la plante de tes pieds pour dégager un arôme apaisant et propice au ressourcement .

- Arise :

Stabilité et liberté.
Pamplemousse, citron, Osmanthus, mélisse et sapin de Sibérie. Atteint votre plus haut potentiel. Joie et clarté.

- Copaliba :

Permet de lâcher prise, retrouver calme, apaisement et sérénité tout en douceur. C'est un superbe outil de gestion du stress, favorise les états méditatifs et l'élévation spirituelle.

Comment utiliser

LES HUILES ESSENTIELLES POUR LA MÉDITATION



- En diffusion sèche :

Une goutte sur un mouchoir ou sur ton foulard suffit à détendre et à créer une ambiance inspirante ou motivante.

- En diffusion :

L'utilisation d'un diffuseur reste néanmoins le meilleur choix pour la méditation aux huiles essentielles.

On choisit 1 à 3 huiles essentielles ou simplement une synergie qu'on ajoute une à une dans les proportions choisies dans son diffuseur.

Attention, la plupart des diffuseurs vendus dans le commerce chauffent les huiles essentielles et elles perdent toutes leurs propriétés.

Chez doTerra, les diffuseurs diffusent des micro gouttelettes, vous ne perdez aucunes de leurs propriétés.

- En topique :

Pour une utilisation par voie cutanée, n'hésite pas à me contacter, on verra la dilution et le mélange qui te convient le mieux.

Quelles huiles essentielles pour purifier ?



- Géranium
- Bergamote
- Encens
- Bois de Ga iac

Parmi leurs nombreuses utilisations, ces merveilles peuvent être utilis es pour leurs propriétés de purification énergétique des lieux.

Elles sont associ es à la purification et à la protection. Elles peuvent aider à se protéger et éliminer les énergies négatives, contre les influences extérieures nocives et à renforcer les barrières énergétiques.

A utiliser dans un diffuseur, tu n'auras pas les désagréments de l'utilisation de sauge, Palo Santo ou béton d'encens et la fumée en moins.

Huiles essentielles pour la protection énergétique.

Ces deux huiles essentielles possèdent des propriétés magnifiques et nombreuses, mais elles possèdent également différentes propriétés énergétiques, notamment :

Clou de Girofle ;

- Protection : l'huile de clou de girofle est utilisée pour créer un bouclier protecteur contre les énergies négatives et les influences indésirables.
- Purification : elle peut être utilisée pour purifier un lieu ou un objet, en éliminant les énergies négatives et en favorisant un état de paix et d'harmonie.

Tu pourras donc l'utiliser en 2 en 1 ... et même plus au vu de toutes ces autres propriétés.

On guard ;

- Attire des énergies positives, à renforcer les relations et à encourager l'expression de l'amour.
- Protéger une maison, une personne ou un objet.
- Purifier un espace ou un objet avant un rituel.
- Eliminer les énergies négatives et à protéger contre les influences extérieures nocives.



Huiles essentielles et les 5 Principes Reiki

JUSTE POUR AUJOURD'HUI...

Je ne me fais
pas de soucis

LAVANDE,
GERANIUM, SERENITY
. PEACE

Je vis ma vie
honnêtement

GERANIUM,
LAVANDE, ALIGN,
ONGUARD

Je suis bon-ne
envers chaque être
vivant

ROSE, FORGIVE,

Je ne me mets pas
en colère

YLANG-YLANG,
FORGIVE, BALANCE,
ADAPTIV

J'exprime de la
Gratitude

ORANGE DOUCE,
MAGNOLIA,
BEAUTYFUL

Mon rituel pour mes auto-soins Reiki.

**LES HUILES ESSENTIELLES
QUI M'ACCOMPAGNENT**



Que ce soit pour mes méditations, mes Auto soin reiki ou même mes tirages de cartes, depuis que j'ai découvert les huiles essentielles doTerra, elles sont venues compléter un rituel déjà présent, pour en faire un moment de bien-être cocooning, où je me sens bien, je me sens dans le moment présent, protégée, alignée et surtout apaisée.

Peu importe le moment, je commence toujours par allumer mon diffuseur.

Ça permet de se mettre dans une ambiance et de profiter des propriétés des huiles essentielles.

Selon mes ressentis et mes envies, j'utilise toujours des huiles essentielles différentes mais, en général, pour mes autos soins, je choisis des Synergies.

Mes préférés sont :

- Balance et Serenity (les deux ensemble sont exceptionnelles !) ou seulement l'une ou l'autre.
- Le kit yoga, le mélange des 3 donne un parfum magique avec de supers propriétés, parfaites pour un auto soin.
- Adaptiv (que j'ai découvert dernièrement) quand je me sens un peu exténuée et au bout du rouleau.
- Et ma toute dernière découverte la Synergie Coast, inspirée des sables blanc et des marées de l'océan. Un voyage imminent en vacances !
Ça ressource non ?



Ensuite je viens systématiquement utiliser le kit yoga en topique. Vous pouvez utiliser chaque huile du kit directement sur la peau car elles sont déjà diluées, mais j'ai fabriqué mes petits Roll-on pour en profiter plus longtemps.

Mon petit rituel :

- Anchor, que je viens appliquer et masser sur le point de pulsation à côté de la malléole et sous la voûte plantaire, un point suffit à se sentir plus ancré. Ça aide bien avant un soin ou un auto soin.
- Arise, je l'applique au niveau du plexus solaire, elle permet de se sentir centré.
- Align, que je viens masser dans la paume des mains, et on se sent directement plus aligné.

Ensuite, je viens faire mon Kenyoku et ma position Gassho.

Ceci est mon rituel d'auto soin principal et systématique.

Si je rajoute un équilibrage des chakras à mon auto soin, il y a plusieurs options d'utilisations. Mais je conseille de tout préparer avant le soin.

- Tu peux venir, appliquer l'HE directement sur le chakras (un peu compliqué pour le chakras racine et coronal).
- Appliquer l'HE sur les paumes de tes mains avant de procéder sur chaque chakra.
- Mettre une goutte d'HE sur un coton que tu viens déposer au niveau du chakra que tu vas travailler.

A toi de voir ce qui te va le mieux et ce que tu préfères.



Mon rituel pour soutenir les soins sur autrui.

**LES HUILES ESSENTIELLES
QUI M'ACCOMPAGNENT**



Il n'y a pas vraiment de différences entre mon rituel pour un soin sur moi ou sur une autre personne.

On peut très bien faire un soin Reiki à une autre personne sans huiles essentielles ou autre, mais j'aime compléter mes soins Reiki avec un tirage de cartes selon si la personne est ouverte et ajouter mes huiles essentielles.

Tout comme pour moi, je trouve que cela va créer une ambiance, jouer sur l'émotionnel de la personne, et étant esthéticienne de formation de base, j'aime créer tout un espace de bien-être, la personne se sent mieux, en confiance et détendue. Ça permet également de mettre du matériel dans une pratique énergétique pour les personnes moins "ouvertes et réceptives".

Je commence donc par demander à la personne comment elle se sent en ce moment, ou si une émotion est plus présente ou qui la dérange.

Ça permet de mieux me guider dans le choix de ce que je vais diffuser.

En général, comme pour moi, je vais rester dans les synergies apaisantes, rassurantes et équilibrantes ;

- Balance
- Serenity
- Adaptiv
- Coast
- ou les synergies du kit émotion et chakras

Vous pouvez également les faire sentir à la personne et diffuser celle qui l'attire le plus et y mélanger une goutte de celle qui l'attire le moins (il y à quelque chose à travailler au niveau émotionnel dans les 2 cas).



En travaillant sur nous, on peut venir travailler directement avec les huiles en application topique, mais dans un soin sur autrui, sauf si tu as une formation de reflexologue, masseur ou autre, tu n'as pas le droit de les utiliser en massage ou topique sur autrui.

Du coup, je te recommande de travailler avec l'astuce des petits cotons imbibés d'huiles essentielles, un par chakra. Soit tu laisses les petits cotons tout le long de la séance de Reiki, soit juste si tu fais un rééquilibrage.



Tu peux, si tu es formé en aromathérapie, ou si tu es ambassadeur-riche doTerra, prendre le temps, à la fin de la séance, de conseiller la personne sur les huiles essentielles.

Tu pourras, comme ça, continuer à l'accompagner en dehors du soin Reiki, pour que la personne puisse venir travailler sur ses émotions ou maux du quotidien sur du plus long terme.



Offres Exceptionnelles

Aujourd'hui, grâce à cet ebook et cette conférence à l'école de Reiki contemporain d'Angélique, je t'offre,

Pour toute commande de:

- 50pv, je t'offre -25% sur ta première commande, et un coaching personnalisé de 30 minutes.
- 150pv minimum, en plus de ces premiers avantages, la carte membre te sera offerte, elle te fait bénéficier de ces -25% pendant 1 an (carte membre 24 €)
- 200pv minimum, en plus de tout ça, un Roll on BALANCE te sera offert.
- 250pv minimum, cerise sur le gâteau, un roll on d'encens fait main te sera offert (valeur : 78€)



L'Aventure te tente et tu veux rejoindre mon équipe ?

JE RECHERCHE

des personnes



Sensibles au bien
être



Qui veulent se former
gratuitement



Qui ressentent le
besoin d'aider les gens



Qui veulent
travailler avec une
super équipe



Devenir Ambassadrice

C'EST :

Formation
offerte

Complément de
revenu ou salaire

S'offrir des huiles
essentielles

PDF, Ebooks,
vidéos

Travailler en
équipe

Accompagnement
personnalisé

Travailler dans un job

DE RÊVE ET
DE CHEZ SOI

Réunions
Séminaires

TU AURAS ACCÈS
à une formation



9 modules en e-learning



Des e-books à personnaliser



Du développement personnel



Un accompagnement personnalisé



Tu as des questions ?

Peu importe les questions que tu as,

- si tu souhaites en savoir plus sur des huiles essentielles et leurs utilisations
- si tu souhaites qu'on discute ensemble d'une problématique qui te touche au quotidien
- si tu as des maux physiques ou émotionnel dont tu aimerais me parler afin de recevoir un conseil personnalisé
- si tu te poses des questions sur la marque doTerra

ou même encore

- si l'aventure te tente et que tu souhaites rejoindre mon équipe, écris-moi et on se fixe un petit rendez-vous, c'est gratuit et ça sera avec grand plaisir.



ECRIS - MOI



07 49 45 76 17



charlotte-maury@hotmail.fr



@la.maison.de.lily

AMBASSADRICE

dōTERRA®