

# Witch Diary of Shadows

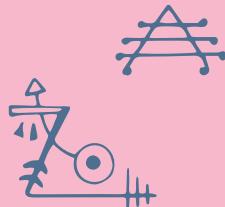


## Witches Box : Rituel d'amour

- Rituel d'amour
- Apprendre s'aimer

pour plus de rituels rdv sur nos sites  
<https://oracle-runes.fr>

<https://witches-box.fr>  
à la rubrique apprenties sorcières.



## Witches Box



modern  
witch

# Witches Box

## Rituel d'amour

Il est grand temps de s'aimer ! Et quand je dis « s'aimer » je veux dire « vous aimer vous même ». Car il existe une règle universelle, si vous vibrez d'amour pour vous et pour votre vie, tout ce qui vous entoure vibrera de cette énergie aussi !

Cette box vous permettra de réaliser un rituel d'amour. L'amour est la base de tout. Plus vous allez vous aimer et plus vous débloquerez des synchronicités qui vous mèneront vers le bonheur ...

Vous êtes parfaites comme vous êtes <3

Avec tout mon amour,  
Jennifer B.Kosner.



## Comment utiliser vos nouveaux objets de sorcière ?

Dans cette Witches Box « Rituel d'amour » vous avez reçu :

- Une box pensées positives
- Une baguette de sélénite accrochée avec de la lavande et du palo santo
- Une bougie verte au patchouli

*Attention, les couleurs et formes des objets reçus peuvent varier d'une box à une autre.*



# Les plantes du placard

## ZOOM sur la menthe verte

La menthe verte possède de nombreuses propriétés bénéfiques.

### Vertus :

- **Source de fer et de manganèse** : elle régule les acides aminés, les glucides et le cholestérol. C'est un nutriment essentiel à la formation des os.

- Très peu calorique

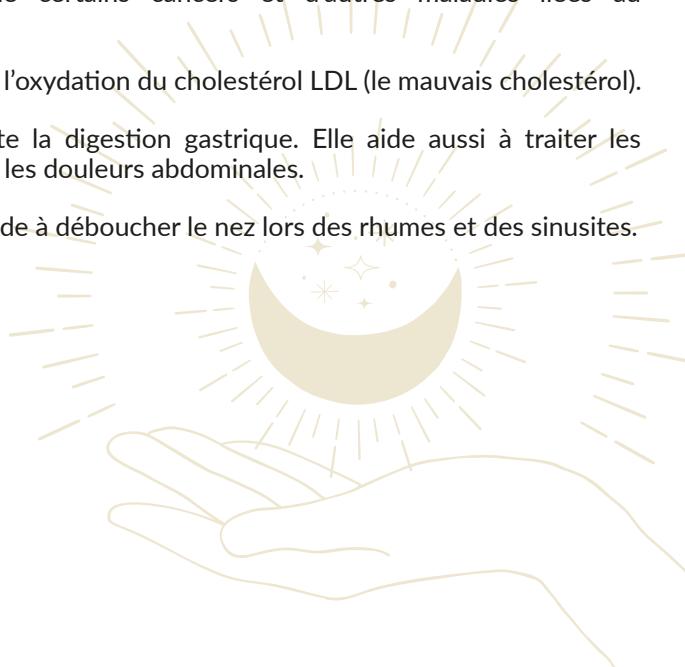


- **Antioxydante** : elle réduit les dommages causés par les radicaux libres dans le corps : ce sont des molécules très réactives qui seraient impliquées dans l'apparition des maladies cardiovasculaires, de certains cancers et d'autres maladies liées au vieillissement.

- **Anti cholestérol** : elle retarde l'oxydation du cholestérol LDL (le mauvais cholestérol).

- **Digestive** : la menthe facilite la digestion gastrique. Elle aide aussi à traiter les vomissements, les diarrhées et les douleurs abdominales.

- **Vaso-dilatateur** : la menthe aide à déboucher le nez lors des rhumes et des sinusites.



# La recette

## Filtre d'amour au champagne

### Ingrédients pour 2 verres :

- 30 cl de champagne bien frais
- 50 g de framboises
- 3 gouttes d'hydrolat de rose

### Préparation :

- Dans un blender, mixez les framboises puis filtrerez à l'aide d'une passoire à coulis.
- Dans un shaker, mélangez le jus de framboise au champagne et à l'eau de rose.
- Servez dans des flûtes à champagne et dégustez votre filtre d'amour aussitôt, décoré d'une brochette de fruits rouges.



L'eau de rose est utilisée depuis l'antiquité pour ses vertus régénérantes et antibactériennes. L'époque étant au retour au naturel, elle revient en force et on aurait tort de s'en priver.

L'eau de rose est un produit miracle qui risque de bouleverser votre quotidien. Ses vertus sont multiples et vont vous permettre de vous débarrasser de nombreux produits composés d'agents chimiques dangereux pour la peau. On vous dit tout.



# Vos outils

## La box pensées positives détachables

Pour changer votre façon de penser, il est nécessaire de vous entraîner chaque jour à la positivité.

Ce n'est pas chose facile, surtout quand on a pas l'habitude !

Pour cette raison, nous vous avons trouvé cette magnifique boîte à pensée positive. Elle est sous forme de rouleau, vous pouvez « tirer » votre pensée positive chaque matin en vous levant pour commencer votre journée du bon pied.

Vous en verrez rapidement les effets !

## Baguette de Palo Santo

Sa fumée est bénéfique pour décharger les lieux des énergies négatives, purifier les personnes ou les événements, pour chasser le "mauvais esprit" et attirer les énergies bénéfiques.

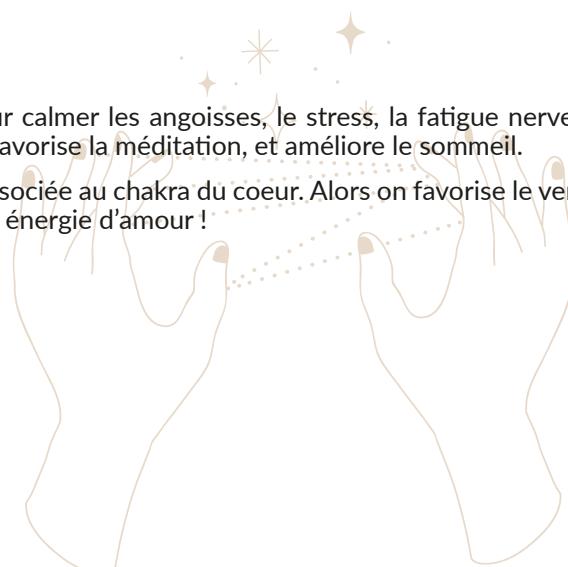
## Baguette de Sélénite

Connues pour leurs propriétés curatives et purifiantes, les cristaux de sélénite sont naturellement translucides, avec leur couleur blanche laiteuse apaisante. C'est un amplificateur d'énergies. Vous pouvez la purifier avec du sel, mais n'utilisez pas d'eau ! La sélénite est soluble dans l'eau. Ensuite, vous pourrez la charger en la laissant sous les rayons de la pleine lune.

## Bougie verte au Patchouli

Le patchouli a des vertus pour calmer les angoisses, le stress, la fatigue nerveuse et/ou physique. Le patchouli favorise la méditation, et améliore le sommeil.

De plus la couleur verte est associée au chakra du coeur. Alors on favorise le vert et le rose pour s'ancrer dans une énergie d'amour !



# Rituel d'amour

L'année 2022 est une année 6 en Numérologie. Le 6 représente l'amour, c'est une année qui sera propice au bien-être. Les mots d'ordre sont : selflove & selfcare. Profitez de cette année pour apprendre la bienveillance envers les autres mais aussi et surtout envers vous-même.

En Astrologie, 2022 est sous le signe du Capricorne : c'est une année lente, qui sera axée sur le travail. Sur le travail en général mais également sur le travail sur nous-même. L'introspection et le développement personnel seront de rigueur.

Nous sommes souvent trop dures avec nous-même, surtout quand nous faisons face à une situation difficile. Une rupture amoureuse, un licenciement, une erreur quelconque et nous sommes les premières à nous fustiger et à nous culpabiliser. Pourtant, si la même chose arrive à notre meilleure amie, nous nous montrons tout de suite bienveillantes ... Alors pourquoi ne faisons-nous pas la même chose pour notre propre personne ?

## Un exercice simple mais efficace :

Quand vous vous sentez mal par rapport à une situation, envoyez-vous un message à vous-même (oui oui c'est possible !).

- Allumez la bougie au patchouli
- Allumez le palo santo et posez la baguette de sélénite devant vous
- Ecrivez un SMS en racontant votre mésaventure et les sentiments que vous avez ressenti, videz votre sac et envoyez ce message à votre propre numéro de téléphone. Respirez un bon coup avant de l'ouvrir et lisez-le comme s'il venait de votre meilleure amie.
- Maintenant, répondez-vous, avec toute la bienveillance que vous auriez eu envers la personne qui vous aurait envoyé ce message. Réconfortez-vous vous-même !
- Eteignez la bougie et détendez-vous quelques instants

Cet exercice est perturbant et étrange à faire au début, mais je vous garanti qu'il fait un bien fou et qu'il est très efficace dans la déculpabilisation.

Petit à petit, vous prendrez ce réflexe et n'aurez même plus besoin de vous écrire un message ...

Aimez-vous, vous êtes suffisante !

Le mantra à répéter aussi souvent que nécessaire : « Je me pardonne, je m'accepte, je me respecte et je m'aime ».

# Les conseils du pro

## Qui es-tu ?

Eric Patuel, 29 ans, je suis entrepreneur dans le marketing sportif et j'ai notamment cofondé une marque de sneakers et je suis médium à mes heures perdues.

## Comment définiras-tu la médiumnité ?

La médiumnité c'est le lien avec l'au-delà et nous. On parle souvent de don mais tout le monde à ce lien, il se développe plus ou moins en fonction de notre curiosité sur le sujet, notre environnement et curiosité.

Tout le monde l'a en soi et ça commence par l'intuition. Par exemple, quand vous rentrez dans une pièce et que vous vous ne sentez pas bien ou quand vous n'avez pas envie de parler à une personne, c'est déjà ça l'intuition,

Ceux qui développent leur intuition sont déjà sur le chemin spirituel et vont chercher à le développer. On reçoit au quotidien des messages visuels, auditifs ou des ressentis, tout le monde peut l'exploiter si on s'ouvre à ça. De plus, c'est évolutif et se manifeste de pleins de façons (grâce à pleins d'outils) mais tout revient au même : c'est une connexion avec nous et l'au-delà et ça tourne toujours autour de l'amour. C'est d'ailleurs un don qui est nourri par l'amour, si on est trop dans l'ego, ça ne peut pas fonctionner.

## Comment être attentif à ces messages ?

Plus on est relâché, plus on a confiance en soi et plus on est dans l'amour de soi et plus il est facile de recevoir les messages. Si le mental est trop présent ça ne marche pas. Les messages sont spontanés, naturels, il ne faut pas réfléchir à les analyser, c'est ce qu'il y a dans le cœur et qui doit sortir.



# Les conseils du pro

## Quels conseils donnerais-tu pour être accueillir son intuition ?

On développe son intuition en laissant rentrer l'amour dans sa vie. Mais attention pas l'amour des autres, l'amour de soi. Plus on s'accepte, s'aime, se respecte et s'écoute et plus on sera nourri d'amour.

Vous avez du mal avec ce sentiment ? Alors demandez-vous pourquoi pas ? Pourquoi je ne m'aimerai pas ? Pourquoi les autres ne m'aimeraient pas ? Il n'y a pas de raison, ouvrez la barrière, soufflez... et puis ensuite demandez-vous, s'ils m'aiment pourquoi je ne m'aimerais pas ?

On doit toujours prouver pourquoi dans notre société, mais le pourquoi pas n'a pas assez de valeur. Une fois qu'on a ce pourquoi pas on a se relâchement pour accueillir son don.

**Pourquoi = rechercher = je m'épuise car je cherche des signes partout**

**Pourquoi pas = accueillir = évidence = lâcher prise**

Mais attention, ce n'est pas parce qu'on a pas de don qu'on a pas d'amour pour soi, tout le monde a le droit à l'amour.

## Un exemple de rituel à pratiquer pour développer son amour de soi ?

Il faut pratiquer la reconnexion avec soi-même en prenant du temps pour soi notamment grâce à la méditation qui permet vraiment d'accueillir ses émotions. Prenez le temps de vous demander : Comment je me sens ? Ressentir et comprendre ce qui vient en termes d'émotion et/ou physique permet de prendre conscience de soi. Plus on le fait et plus on voit l'amour qu'on peut se porter et plus on se considère.

L'exercice peut paraître compliqué car c'est dur de chasser les pensées, mais ce n'est pas grave, on accueille et on se reconnecte à soi. Plus on pratique et plus c'est simple !

**Méditation = un temps pour soi = s'écouter physiquement et moralement**

## Un dernier message ?

Aimez-vous les uns les autres ! Dans l'amour il y a le pardon, la compréhension, la bienveillance. Ce sont toutes ces petites choses positives qui vous tirent vers le haut.

*Pour une guidance en visio, par téléphone ou en physique sur Lyon vous pouvez-contacter Eric au 06 99 30 81 03.*