

« Je me demande si un arbre sait lorsque quelqu'un pose sa main sur lui. Est-ce que c'est un peu chaud, comme un échange d'électricité? Cet acte de contact est un petit geste, mais il est rempli d'une magnifique intention. J'essaie tout simplement de dire bonjour à travers les barrières de la forme et du langage. Je crois que les mains communiquent cette intention de la façon la plus honnête. La voix et l'esprit ne sont pas suffisamment directs. Ou peut-être sont-ils trop complexes pour la première étape de la prise de contact. Et puis, l'arbre et moi avons de telles différences d'esprit et de voix. Je ne connais pas du tout le langage des aulnes. Je ne peux que deviner la forme de l'esprit d'un arbre et ce qu'il connaît de la vie au bord d'un étang. Comment cette eau goûte-t-elle pour un aulne? Comment sent-il le soleil matinal sur ses nouvelles feuilles? Comment sent-il le vent filer à travers ses branches? »

Stephanie Kaza
The Attentive Heart - Conversations with Trees

BONNE HUMEUR (*Alnus rubra*)

Nom anglais: Good Humor
Bétulacées, famille du bouleau

Idées-forces: Légèreté et esprit ludique. Montrer son charme. Invitation. Innocence. Toucher. Abandonner son attitude sérieuse.

Arbre à feuilles caduques, de taille moyenne, natif de la côte ouest, qui habite des canyons de montagnes, des rives et des forêts côtières. Il tolère mal l'ombre, et c'est l'un des premiers arbres à se rétablir dans des zones dépouillées après une perturbation de la forêt, comme un incendie. Bizarrement, on l'a jadis considéré comme un fléau, mais c'est moins souvent le cas depuis qu'on a découvert qu'il était d'un apport considérable à la forêt en protégeant les ruisseaux, en enrichissant le sol, et par conséquent en aidant la croissance d'autres arbres. Il a un charme léger et ludique. Les chatons mâles, d'une vive teinte rougeâtre orangé, forment une mosaïque colorée dans la forêt au printemps ; les fleurs femelles sont de courts cônes d'un brun ligneux.



Les peuples autochtones utilisaient l'écorce pour la teinture, pour camoufler les paniers de pêche, pour les matières premières des vêtements et des cosmétiques. C'est un bon bois pour fumer de la viande. La décoction de l'écorce servait à une large gamme d'utilisations médicinales, dont la diarrhée, les douleurs de l'enfantement, les plaies buccales, les démangeaisons de la peau et les enflures. En phytothérapie moderne, il a une multitude d'usages, dont le traitement de la syphilis.

Nourrit et développe: Le brillant étalement des chatons me rappelle les paons que je voyais en Inde, étalant leurs plumes de queue d'une façon spectaculaire. Il y a une qualité ludique dans l'aulne rouge qui parle de se laisser voir, du plaisir d'être attirant et de flirter. Le rire et l'innocence jaillissent, et il y a une invitation à toucher et à jouer d'une façon sensuelle et innocente.

Apporte conscience et résolution à: Nous avons peut-être tendance à nous présenter d'une façon terne ou sérieuse, ou à dissimuler notre charme, à nous-mêmes et aux autres. Nous pouvons nous retirer et nous retenir lorsque nous voulons communiquer et toucher, ou lorsque nous touchons et que cela paraît malhabile et sérieux. Il peut y avoir des blessures associées aux périodes de croissance de l'adolescence, lorsque nous expérimentons avec le toucher et les relations, tâtant le terrain de la sensualité et de la sexualité. L'essence Bonne Humeur peut apporter la guérison aux gens qui ont sauté l'adolescence, du point de vue expérientiel, soit parce qu'ils sont trop sérieux ou timides, ou pour d'autres causes. L'essence Bonne Humeur nous aide à nous ouvrir au pouvoir de guérison du rire et à abandonner notre perspective sérieuse sur la vie.



Amour/tantra: L'appréciation de l'exploration du corps de notre amant, apprécier les jeux sexuels. Les lèvres et le baiser. Le flirt léger et ludique.

BONNE HUMEUR

Aide à atténuer les tendances à être trop sérieux et terne. L'essence est efficace pour les gens qui se sentent affectés par le manque de lumière et les changements des saisons. L'essence aide à surmonter notre gêne, nos tendances à camoufler notre charme ou à se replier sur soi-même. Légèreté d'être, humour et enjouement sont les qualités qui en ressortent. L'essence nous aide à nous réjouir davantage et à laisser tomber notre tendance à prendre la vie trop au sérieux.

SENTIMENTS DE:

Austérité
Manque de lumière
Que rien n'est drôle!
Ne pas se sentir séduisant
Gaucherie
Accablement et désenchantement
Gêne, ennui
Indifférence, (s'en foutre)!

HABITUDES ET COMPORTEMENTS:

Solitaire
Toute tâche semble demander un effort
Incapable d'être spontané
Tendance à porter des vêtements fades
Veut toujours dormir
Avoir la 'face longue'
Ne peux ni badiner, ni taquiner
Influencé par le côté sombre des choses
Vit dans un environnement lugubre, morose
Ne supporte pas la lumière, porte des lunettes de soleil en tout temps

INQUIÉTUDES ET AFFIRMATIONS:

Je ne suis pas attirant
J'aimerais mieux être ailleurs
Cela me semble impossible
Je suis amorti
Je suis maladroit
Je ne suis pas matinal

COMMENT UTILISER CETTE ESSENCE:

Prendre 5 à 7 gouttes, 3 à 5 fois par jour.
L'essence Bonne Humeur peut être utilisée seule ou afin d'aider à résoudre les questions pouvant émerger lorsque nous prenons une combinaison d'essences. Dans ce cas prenez les deux simultanément.

ESSENCES COMPLÉMENTAIRES:

Essence Harmonie: influencé par le manque de lumière
Bonheur de Vivre: Vivre le moment présent.

Pluie de bien-être complémentaire: Protection Énergétique

Contient: essence d'Aulne Rouge (*Alnus rubra*) diluée dans une base d'eau de source et d'alcool à 9.5%.