DOMINIQUE MARINE

Et si alimenter notre âme allégeait notre corps ?

C'est mon point de vue de nutritionniste bioénergétique

C'est à l'orée du XVIIe siècle que tout bascule… Jusque-là, la période facilitait la relation avec notre âme. En parler était tout à fait naturel. Une certaine conscience de vie intérieure en relation avec le Divin habitait les humains de cette portion d'histoire. Un schisme scinde cette période pour affirmer un ordre rigoureux et matérialiste.

Celui-ci s'installe et bouleverse le fonctionnement des institutions créant ainsi la séparation des opposés. L'astronomie se coupe de l'astrologie, la chimie se coupe de l'alchimie, l'humain s'éloigne de son âme…

Et pourtant …

A l'image des poupées russes, ne sommes-nous pas constitués de différents corps terrestres et célestes emboîtés les uns dans les autres ?
En ce sens le corps humain est comme un courant qui circule entre deux pôles : un pôle positif, tendu vers le ciel, captant l'énergie de l'esprit et un pôle négatif, ancré dans la terre, nourri par la matière. Entre ces deux électrodes, la vie jaillit comme une étincelle vibrante.

Et si nous étions des êtres de jonction entre ciel et terre ?
Ce qui laisse entrevoir, que pour fonctionner avec justesse une réunification des contraires est essentielle. Dès lors, l'alliance entre notre double origine qui est cosmo-tellurique, demande à être renforcée.
C'est la densité vibratoire qui différencie les différents corps qui nous constituent. Plus un corps est condensé plus il est lourd et plus un corps est subtil plus il est léger et transparent. Tout au long de notre parcours terrestre, pour évoluer consciemment et consciencieusement nos trois corps qui sont le corps de l'âme, le corps d'énergie et le corps physique, jouent un rôle fondamental.

Le corps de l'âme est comme une brume légère, une vapeur infiniment subtile. Sa densité est si fine qu'elle échappe à la gravité, flottant au-delà des lois matérielles, imperceptible au toucher, mais perceptible lorsque que l'on est touché. Il est l'invisible compagnon de chaque souffle, chaque pensée. Il n'a pas de poids tangible, mais sa présence imprègne l'essence même de l'être.

Pourquoi notre âme a-t-elle besoin de s'alimenter ?

D'un point de vue matière, l'âme ne pèse presque rien, 21 grammes selon une étude faite par des scientifiques. Par contre, elle requiert une alimentation énorme pour survivre au poids de la condensation dans laquelle elle est enfermée. Pour mieux comprendre, considérons le soutien alimentaire énorme requis par un tout petit nourrisson, qui ne vit pas plus de quelques heures en l'absence de toute nourriture. Il en va de même pour notre âme : elle s'épanouit lorsqu'elle est nourrie en permanence de substances subtiles.
La carte des menus à la table céleste est un vaste éventail paradisiaque offrant des saveurs de saison unique.

Quelques menus de l'âme à picorer sur le chemin…
Savourez en votre être intérieur la lumière pure qui illumine amoureusement la conscience et élève l'esprit vers la subtilité.

> *« La propreté énergétique permet la libre circulation de l'énergie vitale.*

Ou… dégustez le goût cristallin que donne la clairvoyance aux décisions justes.
Ou… écoutez une mélodie sublime qui résonne dans l'âme et éveille les sens à des dimensions supérieures. Elle vous donne le la de l'au-delà, et crée un élan d'adoration.
Ou… enchantez-vous devant le silencieux miracle florale qui invite à l'harmonie. Chaque pétale éthéré est une prière muette.
Ou encore, délectez-vous de la beauté infinie que la nature nous offre généreusement, elle sollicite l'âme à s'élever vers les cimes célestes et à infuser notre corps terrestre.

Le corps d'énergie se consacre prioritairement à notre état vibratoire. Ce poste devient essentiel quand on sait que notre altitude détermine notre attitude. C'est aussi en redimensionnant son environnement que l'on crée des conditions de vie qui soutiennent notre corps d'énergie.

Notre corps d'énergie a tant besoin d'être purifié

La propreté énergétique permet la libre circulation de l'énergie vitale, tout comme un fleuve qui serait nettoyé de ses impuretés peut à nouveau nourrir les terres qu'il traverse. Ainsi, la purification énergétique ouvre la voie à une meilleure absorption de l'énergie cosmique ou de la force vitale, et nourrit l'âme en permettant une régénération continue.

Dans une assiette propre et scintillante, la composition favorite du corps d'énergie est : la délimitation pour que circule la beauté, la bonté, la grâce et la vérité.

Comment protéger le corps d'énergie de toute intoxication ?

En installant un double filtre, corps physique et corps énergétique. On crée un espace délimité autour de soi, empêchant les énergies lourdes de pénétrer notre sphère et d'encombrer notre inconscient. Ainsi, nous sélectionnons ce qui peut entrer et laissons à notre porte ce qui peut nuire et perturber notre équilibre interne.

A notre insu, nous sommes si souvent le lieu d'excrétion d'un plan plus lourd

Certaines personnes, en raison de leur sensibilité ou ouverture naïve peuvent inconsciemment servir de lieux de décharge pour les énergies de plans puissants et lourds.
Cela m'est arrivé en voyage au Pakistan. Mon ouverture pour découvrir ce pays n'a pas été délimitée et réévaluée dans les situations. Cela m'a conduite à absorber un peu stupidement des énergies lourdes. J'ai été attirée par la détresse émotionnelle des réfugiés Afghans qui portaient des charges de souffrance. Comme je ne pouvais rien pour eux, j'aurais dû les honorer en interne dans mon cœur, alors que j'ai eu la mauvaise idée de soutenir leur regard. Intoxiquée par cette charge prise inconsciemment, j'ai dû quitter le pays en 48 heures.
Un autre exemple ; mon compagnon, qui ne maîtrisait pas vraiment son ouverture, rentrait le soir de son travail. Il absorbait souvent les énergies des personnes et du lieu. C'est à peine si je pouvais le reconnaître tellement il était chargé.
Certains couples ou amis ou voisins ou frères et sœurs, se livrent à un véritable dum-

ping émotionnel. Ils déchargent leur lourdeur sans avertir, ni demander, ni mesurer la conséquence de ces éclaboussures. L'autre est pris en otage dans une décharge pas publique mais tacite ou domestique. Rien ne se perd dans l'Univers. Tout va à quelque part. À nous de faire le tri et de transmuter ce qui doit l'être.
Une assiette émotionnelle chargée est très très indigeste.

Comment évacuer nos toxines et déchets ?
Notre corps physique élimine ses toxines par des voies naturelles. Nos corps subtils, émotionnels, mentaux ou cordiaux, requièrent un processus plus subtil par une démarche consciente. Il revient à chacun de nous d'installer un système de purification pour nettoyer et équilibrer nos corps.

Le corps physique est composé d'atomes et de molécules, incarnant la forme la plus dense de notre être. Il puise ses racines dans la matière terrestre, guidé par des instincts profonds et soumis à la loi inaltérable de la gravité et de l'inconscient. En effet, personne ne gère la repousse de ses ongles et cheveux, ni la cicatrisation, ni la digestion, ni les milliards d'échanges qui se font dans le corps.
L'attraction de la pesanteur gravitationnelle est si intense qu'il nous faut parfois adopter des stratégies pour nous en libérer. L'alimentation, à cet égard, joue un rôle en matière et énergie. Choisie en pleine conscience elle pourra résonner positivement sur l'ensemble de nos différents corps.
Chaque être est un ensemble de plusieurs véhicules. Lorsque nous choisissons notre nourriture, il est judicieux de se référer à l'ensemble de nos corps, pour privilégier ainsi l'harmonie collective de ceux-ci.

Comment s'élever et devenir de la matière 100% Grâce ?
En établissant une vigilance double, telle une sentinelle éclairée veillant à la fois sur la demeure du corps et la sphère délicate de l'âme. Ainsi, le choix des aliments transcende leur simple matérialité. Cette attention consciente prend en compte un plan d'énergie essentiel pour ceux qui aspirent à s'alléger et à évoluer.

Au fil de mes entretiens, j'ai observé que les déséquilibres de poids ont souvent un élément déclencheur : un choc ou un événement marquant, qu'il soit physique ou psychologique, générationnel et bien souvent lié à la perte d'un être cher ou d'un repère précieux. La personne mange en quelque sorte ses émotions non traitées.
Je vois parfois des âmes englouties dans le poids du corps physique, alors qu'elles étaient destinées à rayonner la grâce.
Mon approche de nutritionniste bioénergétique consiste à réajuster trois de nos différents corps afin de s'envoler vers la légèreté et la fluidité.

L'essence même de mon approche s'ouvre sur cette proposition : « *Nourrir le subtil et affiner la matière* », d'où l'image en contre balance, « **Le Poids de l'Envol** ».

En conclusion, je vous offre l'ingrédient secret que m'a soufflé le Grand Chef : chaque décision attire notre futur. Nous en sommes donc responsables. Dès lors, si nous avons fait le choix conscient, suspendu dans l'infini des temps se dévoile la clé de notre voyage évolutif vers la légèreté.

> *« Notre âme : elle s'épanouit lorsqu'elle est nourrie en permanence de substances subtiles.*

+ d'infos

Dominique Marine
Nutritionniste bioénergétique
www.lepoidsdelenvol.ch