



## THÉRAPIES SOLAIRES ©

### RESPIRATION CONTEMPLATIVE DU COEUR-D'EAU DE MARIE

21 mars 2020

**Voici ce qui m'a été transmis pour nous Tous, COEUR de l'Humanité :**

*« Avec un fond sonore de vagues, assis ou allongé, fermez les yeux et respirez profondément... laissez-vous doucement bercer par le va et vient de vagues étincelantes, tout en continuant à respirer calmement.*

***A l'inspire** : visualisez l'Eau qui traverse le corps par les pieds, jusqu'au-dessus de la tête.*

***A l'expire** : l'Eau va dissoudre les tensions, Elle vient régénérer, revivifier, purifier et guérir chaque cellule.*

*Continuez ainsi jusqu'à ce que vous sentiez le corps totalement apaisé, jusqu'à ce que vous sentiez que les vagues des répercussions émotionnelles des pensées sont calmes et que la surface de l'eau est lisse... Tout est fusionné dans cet état de bien-Être.*

*Unifiez ensuite vos mains sur votre Cœur et respirez l'énergie de l'EAU de Marie, l'eau de la Grâce, sentez et vivez l'instant béni.*

*Contemplez le calme du Cœur-d'Eau, la substance de Vie. Contemplez la Source profonde qui vous donne Vie et le Souffle divin qui l'Anime.*

*Cet état d'Accueil ne demande rien, ne cherche rien, ne veut rien... Il EST de toute éternité. La porte du Sacré Cœur est cette Essence qui veille... Elle est toujours ouverte... »*

Gratitude infinie

© 2020 - Dominique Allaire - CoeurSoleil

*Exemple de sons de vagues* : <https://www.youtube.com/watch?v=5rOVZDpXdIU>

*Témoignage de mon cheminement spirituel* : <http://coeursoleil.org/detail.php?ID=7>

\*Dans le cas du partage de ce texte, merci d'envoyer directement la publication globale

Depuis plusieurs années, je partage régulièrement des séances sur LA JOIE DE RESPIRER ou CONTEMPLATION de la *Respiration en Conscience*. En effet, je vis aujourd'hui le Souffle comme une Grâce divine et ces derniers mois, les groupes que j'anime ont été guidés vers une respiration en position allongée, pour un apaisement plus profond, afin d'accueillir des va et vient de vagues d'énergies d'eau dans les corps (dans une ambiance sonore de vagues d'océan). Chaque être présent a senti une grande PAIX l'envahir, une Régénérescence, une Purification. Même le dernier groupe d'adolescents était dans un état d'émerveillement des sensations...

Cette nuit du 21 mars 2020, j'ai vécu cette nouvelle Communion de Lumière éveillée et c'est l'énergie de Marie que j'ai sentie m'envahir, j'en ai pleuré de Joie... Le Symbolisme de l'Eau est lié à l'énergie de Marie, l'Essence de la Vie.

Dominique Allaire



Messagère spirituelle

Coaching d'épanouissement

**Email pour prendre RDV : [thesmilingpower@gmail.com](mailto:thesmilingpower@gmail.com)**

Tel: +32 472 444 851 (WhatsApp, FB Messenger, Instagram)

Facebook : <https://www.facebook.com/allaire.dominique>

*Ces thérapies ne se substituent à aucun traitement médical,  
elles accompagnent chacun-e sur un plan holistique.*

**THÉRAPIES SOLAIRES © 2019**

[www.coeursoleil.org](http://www.coeursoleil.org)

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