



## Pack spécial février 2025



**Pack disponible jusqu'au jeudi 30 janvier, au-delà de cette date, vous n'aurez pas le temps de recevoir les encens pour les dates importantes.**

Chaque mois est une période durant laquelle des configurations énergétiques et astrologiques sont là pour nous permettre d'avancer sur le chemin et rendent plus propices et accessibles certains axes de travail. On me pose souvent la question de comment vit un initié, qu'est-ce qu'il fait au quotidien. Ainsi, je vous présente une partie accessible et très importante de ce qu'un initié ferait ce mois de février 2025.

Voici ce que je ferais, et donc ce que je recommande. Pour tous les thèmes cités dans le programme, il est nécessaire de travailler en parallèle avec les outils du Développement intérieur et de l'Équilibrage Énergétique, pour un résultat optimal il est possible, mais non nécessaire d'utiliser les articles présents.

**Thème du mois :** ce mois de février est associé à l'amour et à l'attachement. Il est également un moment pour se concentrer sur l'amour inconditionnel, l'amour de soi, et l'amour des autres. Certaines traditions spirituelles considèrent également février comme un moment pour se concentrer sur la purification et le renouveau, en préparation pour le printemps à venir. C'est un temps pour célébrer la renaissance de la lumière et le renouveau de la vie après l'hiver. C'est donc un moment pour se concentrer sur la lumière intérieure et l'illumination spirituelle, en lien avec l'idée de réalisation de soi et l'éveil de la conscience. L'objectif est de se libérer des choses qui nous maintiennent dans les bas plans et de faire place à la croissance et à la transformation personnelle. Le dernier aspect qui fait suite au thème de la purification et qui est la continuité du travail sur l'amour et la dévotion, est de communier avec le divin. Le début d'année est souvent chargé, et c'est le rôle du mois de février d'impulser un changement d'atmosphère par la purification afin de profiter des nouvelles énergies positives des mois suivants.

Je ne peux pas commencer avec les dates sans vous parler de Fête de l'Eau lustrale qui **début le 01/02 et prend fin le 03/02**. Cette fête est importante, car elle met une première ligne directive aux thèmes de février. La Fête de l'Eau lustrale est une cérémonie qui consiste à se purifier, ou à se sanctifier à l'aide d'eau pendant une initiation complexe (la sanctification est un processus spirituel qui consiste à rendre quelque chose sacré ou connecté au divin. Cela peut s'appliquer à un objet, un lieu ou une personne, qui est alors imprégné d'une énergie spirituelle plus élevée). Par le passé, elle fut pratiquée dans de nombreuses traditions.

Dans la tradition chrétienne, la Fête de l'Eau lustrale a été remplacée par le jour de la Chandeleur, où l'eau bénite est utilisée pour bénir les maisons et les familles pour protéger contre les forces maléfiques. Dans la religion juive, l'Eau lustrale est utilisée lors de la cérémonie de la circoncision. Dans la religion bouddhique, la Fête de l'Eau lustrale est célébrée lors de la fête de la naissance de Bouddha, où les gens se baignent dans l'eau pour se purifier. Les Celtes et Chamanes pratiquent également des rites de purification en lien avec l'eau (bain, méditation sous les cascades, etc.) Ici, le but est de se purifier suffisamment pour que notre aura puisse accueillir et refléter du mieux possible la Lumière Divine.



## Pack spécial février 2025



Vous l'avez compris, du 01/02 jusqu'à 03/02 est une période très propice pour la purification et la pratique de l'équilibrage. L'utilisation de l'élément eau (bain dans des rivières, fleuves, méditation sous des cascades, et utilisation d'élixir sont à privilégier.)

**Le 03/02** : est le pic d'intensité des énergies de purification. C'est donc ce jour que nous proposerons une méditation publiée sur le site Hanka en lien notamment avec Mère Divine sur la purification du plan éthérique, émotionnel, et Bouddhique.

### **Pour ces trois journées, pour vous aider, je peux vous recommander :**

Le 01/02 et le 02/02 : allumer un encens padmasambhva.

Le 03/02 : allumer un encens padmasambhava + une bougie émotionnelle bouddhique.

Les deux premiers jours, vous pourrez méditer avec l'encens et aussi en profiter pour pratiquer l'équilibrage énergétique. Le troisième jour, l'ajout de la bougie émotionnelle bouddhique accentuera les purifications profondes allant jusqu'au plan bouddhique pour apporter des libérations profondes notamment au niveau de l'âme.

Du **06/02 au 09/02** : les énergies célestes, sont très propices au travail sur les émotions pour s'orienter vers l'amour inconditionnel. De travailler sur les émotions et terrains faibles d'abandon, d'aversion, de colère, de haine, de jalousie et de mépris. Tous ces points bloquent le 4eme chakra, et votre regard sur vous-même peut dans ce cas, bloquer la circulation des énergies d'amour !

L'enseignement central de ce passage est une invitation à transformer les énergies émotionnelles bloquées pour ouvrir pleinement le **chakra du cœur**, la porte de l'amour inconditionnel. Ce travail n'est pas seulement spirituel, mais profondément humain, car il implique de se libérer des schémas émotionnels négatifs qui entravent notre capacité à donner et à recevoir de l'amour.

Les émotions citées plus haut ne sont pas des ennemis à combattre, mais des révélateurs de notre état d'être intérieur. Elles signalent des blessures profondes ou des besoins non comblés. Cependant, lorsqu'elles ne sont pas traitées, elles deviennent des obstacles, non seulement dans nos relations avec les autres, mais aussi dans notre relation avec nous-mêmes. Ces émotions bloquent le **4<sup>e</sup> chakra**, empêchant la circulation fluide des énergies d'Amour, qui est une énergie universelle à laquelle nous avons la chance d'être reliés et qui est bien loin de l'émotion d'amour romantique que la plupart des humains touchent par moment.

L'enseignement ici est clair : pour ouvrir le cœur à l'amour inconditionnel, il est essentiel de se réconcilier avec ses émotions. Cela implique de les accueillir, de les reconnaître sans jugement, et de les transformer. Ce processus est au cœur du développement personnel. Pour nos élèves, vous travaillez directement sur les plans spirituels qui composent l'humain, ainsi que sur les causes plus profondes, qu'elles soient karmiques ou ancestrales, dans le but d'accéder à des états d'être, des niveaux de conscience, ou des énergies spirituelles : c'est le développement spirituel.

Pour accéder à l'énergie d'amour, l'une des premières étapes est de tendre vers l'amour inconditionnel, un amour qui ne dépend ni des circonstances extérieures, ni des mérites perçus d'une personne. C'est un **état d'être** dans lequel nous reconnaissons et chérissons la lumière en toute chose, y compris en nous-mêmes. L'amour inconditionnel n'est pas une destination finale, mais le début d'un chemin de transformation



## Pack spécial février 2025



intérieure. En travaillant sur nos émotions et en adoptant ces pratiques spirituelles, nous nous ouvrons à une connexion plus profonde avec le Divin et avec les autres.

Je me permets de vous conseiller quelques étapes à expérimenter ce mois de février, qui vous aideront à aller vers l'amour inconditionnel :

1. **Méditation** - la méditation peut aider à développer la capacité à ressentir de l'amour inconditionnel des Présences. Une fois que vous êtes dans les énergies du Cœur, vous pouvez poursuivre avec la :
2. **Pratique de l'écoute bienveillante** - il est important d'écouter les autres sans jugement ni préjugé pour pouvoir les aimer inconditionnellement, leur poser des questions pour en savoir plus et arriver à exprimer de la compassion et ensuite :
3. **Pratique de l'empathie** - cela permet de conscientiser les sentiments, les peines et les expériences des autres, ce qui facilite la transition des énergies du Cœur vers l'amour inconditionnel, mais il est important de :
4. **Pratiquer l'acceptation** - accepter les autres comme ils sont, avec leurs qualités et leurs défauts, est essentiel/impératif pour aimer inconditionnellement.
5. **Pratique de la gratitude** - consiste à prendre conscience des choses pour lesquelles vous êtes reconnaissant et à les apprécier. En exprimant de la gratitude pour ces choses, vous pouvez augmenter votre satisfaction de la vie et votre bonheur, et ainsi faire évoluer la fréquence de votre énergie du Cœur, faire évoluer l'intensité de votre Amour. Pour finir, il est essentiel de :
6. **Pratiquer la bienveillance** - se souhaiter à soi-même et aux autres des pensées et des actions positives est un moyen de finaliser cette étape menant vers l'amour inconditionnel.

*\*Les étapes 2 à 6 sont bien évidemment à mettre en pratique au quotidien.*

*\*\* Une méditation sera proposée sur le site de l'école Hanka.*

**Les outils donnés en formation de "développement intérieur et spirituel" sont les plus adaptés, mais je peux vous recommander, pour vous aider et vous soutenir :**

06/02 : allumer un encens Kuru kulle + une bougie flamme Amour.

07/02 : allumer un encens Kuru kulle.

08/02 : allumer un encens Kuru kulle + une bougie flamme Amour.

09/02 : allumer un encens Kuru kulle.

**Le 15/02** : vient ensuite la deuxième date la plus importante, autrefois connue sous la fête de la Lupercalia (avant d'être repris par les chrétiens sous la fête de St valentin qui célèbre l'amour romantique). La Lupercalia, est une fête de purification intérieure et du renouveau encore une fois étroitement lié à l'élément de l'eau, se baigner dans les eaux sacrées et de se frotter le corps avec de la boue sacrée. C'est un jour sacré qui permet de recevoir de forte purification, et des traitements de pollutions lourdes et parfois inaccessibles... Une méditation sera proposée sur le site Hanka sur le thème de la purification du plan éthérique, mental, et causal.

La **Lupercalia** nous enseigne que la purification intérieure est une étape essentielle sur le chemin spirituel et personnel. Cette fête, autrefois liée à l'élément de l'eau, symbolise le renouveau et la capacité de l'être à se libérer des fardeaux énergétiques qui entravent son évolution. Cela nous rappelle que pour accueillir de



## Pack spécial février 2025



nouvelles énergies, il est nécessaire de laisser partir l'ancien. Ce processus va au-delà du nettoyage superficiel ; il touche les couches profondes de notre être, les attachements mentaux et les pollutions émotionnelles. La purification n'est pas uniquement un acte de libération, mais aussi une préparation : en nettoyant nos énergies, nous créons un espace sacré pour recevoir la lumière, la clarté et la guidance divine.

Ce thème nous invite à prendre un moment pour introspecter, lâcher prise et accueillir un nouveau souffle d'énergie avec confiance et gratitude.

### Je peux vous recommander :

- Pour les plus courageux - aller méditer et se baigner dans un lac, rivière, étang, mer, océan pour se purifier et se reconnecter à la nature à l'aide de l'élément eau.
- Pour ceux qui ne veulent pas braver le froid de l'hémisphère nord et qui aime le confort de la méditation dans sa salle de pratique - allumer un encens Padmashambhva et une bougie purification.
- Dans les deux cas, je vous conseille en cette journée de boire une eau de source de qualité et la faire retravailler par votre ange pour vous aider dans ce processus de purification.

**Du 17/02 au 19/02 :** les énergies terrestres seront propices au travail sur notre plan mental. Plus précisément, sur les pensées et les schémas mentaux programmant qui sont des modèles de pensées répétitifs et automatiques qui ont été développés à partir de nos expériences passées. Ces schémas peuvent être conscients ou inconscients, et ils peuvent influencer notre comportement, nos émotions et nos croyances. Ils peuvent également être limitants, car ils peuvent nous empêcher de voir les choses de manière objective et de nous empêcher de réaliser nos objectifs. Les schémas mentaux limitants peuvent souvent causer de la souffrance émotionnelle, car ils proviennent souvent de la frustration et de l'insatisfaction. Certains exemples de schémas mentaux limitants sont : « les autres ne m'aiment pas », « je ne suis pas capable de réussir », etc. Ils deviennent programmant en évoluant : « cette année sera pourrie, car je ne peux pas réussir ce que mon chef attend de moi », « je serais stressé jusqu'aux vacances à cause de mon travail », « lui de toute manière il ne m'aime pas donc jamais ça ne sera agréable de travailler », etc.

Je vous conseille également d'essayer de fixer des « jours de bonheur » dans un calendrier, des jours pour prendre soin de soi ou faire des activités qui nous font plaisir. En faisant ça, vous mettez des balises positives votre chemin plutôt que des négatives. Ça participe au renouveau, et à la préparation pour les projets à venir. Au lieu de vivre selon des schémas programmés négatifs, vous casserez la routine, et ajouterez des doses de positif !

Ces schémas mentaux limitants peuvent être travaillés et transformés pour devenir des pensées plus positives grâce à des techniques de développement personnel.

### Je peux vous recommander, pour vous aider :

17/02 : allumer un encens Kalachakra + une bougie purification.

18/02 : allumer un encens Kalachakra + une bougie amour.

19/02 : allumer un encens Kalachakra + une bougie harmonie.



## Pack spécial février 2025



L'association de l'encens kalachakra et de la bougie purification permettra d'accentuer les purifications des perturbations énergétiques qui impactent le mental et aidera aussi à ramener de la pureté à l'intérieur. Puis l'association de l'encens kalachakra et de la bougie amour (qui peut paraître surprenant à la première lecture) va aider à apaiser les schémas mentaux de dévalorisation tout en ramenant de l'amour déjà pour vous-même. Enfin, l'association de l'encens kalachakra et de la bougie harmonie aidera à apaiser les derniers petits troubles du mental (pour dépoussiérer les derniers recoins) qui pourrait essayer de résister en vous faisant croire que ces vieux schémas vous veulent du bien ; mais non ! Cette association vous aidera à ancrer l'harmonie aussi au niveau du mental afin que ce soit un excellent tremplin pour monter sur le plan causal.

**Du 21/02 au 23/02** : les énergies cosmiques créent une période propice pour communier avec le Divin. Ceci inclus la conscientisation du divin qui est en vous, et la communication avec les Présences. C'est un moment pour se concentrer sur l'amour de Dieu et de son prochain, et ainsi se préparer aux étapes à venir dans notre vie spirituelle. Il existe différentes façons de communier avec le divin... Certaines personnes pratiquent la prière, la méditation, la contemplation, la lecture de textes sacrés, la participation à des formations ou cérémonies, etc. D'autres personnes pratiquent des activités spirituelles qui les connectent à la nature, à leur propre corps, à leur intuition ou à leur partie divine. Il est important de noter que la communion avec le Divin peut prendre des formes variées, pour certains cela peut être une expérience extatique, pour d'autres cela peut être plus subtil, une sensation de paix intérieure, un sentiment d'amour, de compassion, un sentiment d'unité avec tout ce qui existe. Il est important de respecter sa propre expérience et celle des autres, de ne pas s'imposer.

Pour ce thème, nous allons plutôt vous proposer de la méditation avec vos guides ou toutes Présences positives vous accompagnant. Commencer par fermer les yeux et prenez une profonde inspiration par le nez, en remplissant vos poumons d'air. Expirez lentement par la bouche en relâchant toute tension dans votre corps. La Présence en général vous enverra une énergie remplie d'amour et de paix. Vous pourrez ensuite mieux sentir la présence spirituelle qui vous accompagne. Profitez-en pour communiquer avec elle par le clair senti ou par la pensée, vous pouvez demander à la Présence de vous guider et de vous aider. Vous pouvez également lui poser des questions ou lui faire des demandes. Écoutez attentivement les réponses que vous recevez, qu'elles soient sous forme de mots, de sensations ou d'images ou par le clair senti. Si vous ne recevez pas de réponse immédiatement, soyez patient et faites-vous confiance. Restez dans cet état de paix et de calme pendant quelques minutes, profitez de la Présence et de sa sagesse. Plus vous ferez cette méditation, plus ça sera fluide.

### **Pour vous aider, je peux vous recommander :**

21/02 : allumer un encens spiritual home + une bougie offrande.

22/02 : allumer un encens spiritual home + une bougie lumière.

23/02 : allumer un encens spiritual home + une bougie offrande.

Pendant, ces 3 jours, le fait d'alterner avec une fois une bougie offrande puis une bougie lumière, puis une bougie offrande va vous aider et vous faire travailler la reliance au divin au travers d'offrande, cela est un mouvement vers l'extérieur, le fait de donner pour se rapprocher des Présences, du Divin. Et avec la bougie





## Pack spécial février 2025



lumière, cela vous aidera à vous rapprocher de la lumière, mais aussi à conscientiser la lumière et le divin qui est en vous.

Le 26 février marque **Mahashivaratri**, lié à Shiva, un moment sacré qui nous rappelle les cycles universels de création, de préservation et de destruction. Shiva ne se limite pas à ces trois étapes cosmiques, mais incarne aussi le renouvellement de l'âme et la transformation spirituelle.

Cette date s'inscrit dans la continuité des énergies de purification et d'éveil développées au cours du mois de février, tout en allant plus loin. Après avoir travaillé sur les dimensions émotionnelles, mentales et les blocages principaux entravant notre **capacité à aimer** et à véhiculer l'énergie de l'amour, ce jour met l'accent sur les blocages plus profonds — ceux qui sont karmiques ou liés aux attachements subtils qui nous limitent encore dans l'expression de l'amour inconditionnel.

Dans ce contexte, deux types de blocages peuvent encore entraver votre progression spirituelle :

**Le premier concerne les illusions** : vous pourriez être limité ou bloqué, dû à des **schémas mentaux ou émotionnels erronés** auxquels vous croyez tellement qu'ils font partie de vous, et qui passent inaperçus. C'est là qu'intervient le **thème des illusions**. Ces illusions représentent des croyances ou des états d'être profonds, souvent enracinés dans des peurs, des conditionnements passés, ou influencés par des empreintes karmiques.

Par exemple, vous pourriez croire que certaines choses sont immuables :

- « *Je ne peux pas changer ceci, c'est comme ça que je suis.* »
- « *Les autres ne changeront jamais ceci, car c'est leur nature.* »
- « *Cette situation est hors de mon contrôle, rien ne peut la transformer.* »
- « *Je ne mérite pas l'amour ou le bonheur, cela ne m'est pas destiné.* »
- « *Si je m'ouvre aux autres, cela me blessera.* »
- « *Si je suis dans l'amour, cela me rendra vulnérable et je souffrirai.* »

Ces pensées, bien qu'elles semblent réelles, sont des projections illusoire qui maintiennent un état figé et bloquent l'évolution. Elles voilent votre lumière intérieure et restreignent votre capacité à percevoir et exprimer pleinement l'amour et le divin en vous. **Shiva nous enseigne** que ces illusions sont des entraves invisibles, mais puissantes, qui nous éloignent de notre essence divine. Shiva nous invite à les observer avec lucidité, à en reconnaître la nature illusoire, et à les dépasser. Ce travail de reconnaissance et de libération amorce une transformation profonde et ouvre la voie vers une lumière intérieure plus pure et alignée.

**Le second est lié au dépassement de l'égo** : Il s'agit de travailler sur la dissolution des structures mentales ou émotionnelles rigides, souvent ancrées dans des peurs ou des attachements. Cet égo, parfois subtilement déguisé, peut nous empêcher de lâcher prise ou de permettre les transformations profondes nécessaires à notre évolution. Cette étape ouvre la voie à une transformation authentique.

*\*Une méditation sera publiée sur le site Hanka.*

En ce jour, je vous recommande d'utiliser pendant vos pratiques : une bougie lumière + un encens kalachakra.



## Pack spécial février 2025



Vous l'aurez compris, tous ces évènements et thèmes peuvent être vécus sans recourir aux bougies et encens, cependant si vous avez envie de maximiser et optimiser ces expériences, c'est possible.

**Jean-Loup LIST et Marie JANNIN**

[jean-loup.list@sfr.fr](mailto:jean-loup.list@sfr.fr)

[info.marie.hanka@pm.me](mailto:info.marie.hanka@pm.me)

<https://boutique.hanka.fr/>