Préparez vos examens !

En conjuguant l'assurance paisible du Bleu à la faculté d'assimilation et au centrage apporté par l'Orange ou encore à l'Indigo qui favorise la concentration…

Ne confondez pas « bleu » et « turquoise » : autant le turquoise vous aidera à « déconnecter » pendant vos périodes de repos et de vacances, autant, avant un examen, privilégiez l'action paisible et vivifiante du bleu ou de l' « argent/rescue » pour les états de stress !

BLEU

Symbolique : paix, communication, expression, échange, tranquillité, silence et parole juste.

Composition : Menthe poivrée, Citron, Orange douce, Eucalyptus, Patchouli, Géranium, Cèdre.

Les huiles essentielles qui composent cette fragrance fraîche, piquante et citronnée amènent immédiatement un sentiment d'apaisement et de tonicité qui pose et recentre.

Son huile essentielle majeure est la menthe poivrée.

Au niveau énergétique, il y a régulation des niveaux d'énergie dans le corps, soutien des fonctions de la gorge : cordes vocales, larynx, extinctions de voix .

> *Le bleu favorise la communication et calme les tempéraments sanguins*

Cette couleur apporte un bien-être émotionnel : elle aide les personnes à s'exprimer davantage sur leurs ressentis.
Elle favorise la communication, calme les tempéraments sanguins, explosifs, colériques, clarifie.
Elle permet de rencontrer la paix au fond de soi, de pardonner, de se libérer de la culpabilité.
Utile en préparation d'un examen, d'une conversation importante, d'un entretien d'embauche, d'une conférence, d'un cours…

INDIGO

Symbolique : univers, cosmos, éternité, vision, clarté et transparence du mental, conscience, autorité, lois, identité, intuition, intériorisation.

Composition : Géranium, Citron, Cèdre, Eucalyptus, Orange douce, Patchouli.

Les huiles essentielles qui composent cette fragrance provocante et camphrée, comme une bouffée d'oxygène dans notre tête, clarifient les idées, développent en nous une perception plus subtile, une vision profonde.

Son huile essentielle majeure est le géranium.

Au niveau énergétique : elle favorise la production de mélatonine qui permet de débrancher le cerveau du niveau conscient, pour plonger et se réparer au travers du sommeil dans l'inconscient.

Au niveau du bien-être émotionnel : elle permet d'élever sa conscience et favorise la clarté mentale et l'objectivité.
Elle aide à prendre de la distance, de la hauteur face à une situation.
De développer et écouter son intuition, son inspiration créatrice.
De comprendre le sens profond, voir clair et agir en conséquence.
Les couleurs « bleu » et « indigo » sont disponibles en parfums de soins, huiles de soins et concentrés roll'on 5 ml en boutiques bio spécialisées et en instituts : liste sur demande. Formats professionnels et formations exclusives Belgique/Luxembourg : contacter carac'Terre Distribution.

Bio Info 171 - 64 - aroma-cosmeto.indd 64 23/05/17 12:06

Voici un mémo pour chaque couleur

Pourpre : Régénération, reconnexion profonde avec son corps, à la vie, accueil de soi, être totalement présent.

Rouge : Déployer sa force de vie pour matérialiser ses aspirations. Le rouge crée l'action, le mouvement, la dynamique de vie, les désirs.

Orange : Calme, sérénité, concentration, énergie créative, maternelle, sécurisante. Développe l'écoute de soi, le ressenti, la confiance.

Or : Conscience, confiance en soi, rayonnement, équilibre, retour à soi, sagesse, détente nerveuse.

Jaune : Joie, note acidulée et pétillante, expression, extériorisation, recharge nerveuse, libération émotionnelle.

Vert : Ouverture, procure un sentiment de liberté, de spontanéité et de fraîcheur. Accueil de soi, détente, libération et détente de la respiration.

émeraude : Oxygénation profonde, calme, amplifie la respiration, calme l'esprit, ouverture aux autres, amour.

Turquoise : Lâcher-prise mental et physique, relaxation, couleur anti-stress par excellence, communication, relation.

Rose : Amour, tendresse, réparation affective, réconfort, douceur.

Bleu : Apporte du calme, de la paix au plus profond de soi, libère la parole, expression de ses sentiments et de sa créativité.

Indigo : Clarté mentale, calme mental, recul, vision globale, intuition, détend et fait entrer profondément en soi. Agir selon ses convictions profondes.
:

Violet : Harmonie, équilibre corps-esprit, développe la conscience dans le corps.
Aide à se détacher de son passé paisiblement.

Blanc : Purification, nettoyage, vitalisation de l'énergie et des couleurs, intégration.

Argent : Restructure, rassemble, répare après des chocs de tous ordres.

Sylvia Joris

Dates de formations et liste des points de vente proches de chez vous en contactant le distributeur : Carac'Terre Distribution : contact@caracterre.eu 0496/62 84 85

Vous retrouverez plus d'informations sur la marque Altearah et ses bienfaits sur le site www.altearah.com

NOUVEAU : *Stage de ressourcement en couleurs à Malmedy dans les Ardennes belges. Offrez durant ces 3 jours en gîte (390 €) une cure de jouvence à vos cellules : ateliers (méditation, respiration, olfaction), soins, jacuzzi, massage, « cuisine couleurs » et logement compris du 21 au 23 juillet 2017. Infos et réservations : 0496/62 84 85 Attention : 8 inscriptions maximum. Clôture des inscriptions : 01/07/02017.*

Bio Info 171 - 64 - aroma-cosmeto.indd 65 23/05/17 12:06