



Parfum d'Éveil
PARFUMERIE HOLISTIQUE

RITUEL PARFUMÉ

LIBÉRER LES TENSIONS

rituel de soin corporel | Huile Calmessence

Ce rituel parfumé favorise la détente et le relâchement des tensions sur le plan physique, émotionnel et subtil. Idéal pour prendre soin des douleurs musculaires et calmer un mental hyperactif, il invite à connecter sa source d'autorégulation afin d'en libérer les énergies de guérison.

 **auto-soin**  **5 minutes**  **ponctuel**

CALMESSENCE

Pouvoir alchimique

Équilibrante et relaxante, Calmessence amène sérénité et légèreté. Elle favorise la relaxation musculaire et articulaire. Elle aide à calmer le mental et à retrouver son centre. Elle insuffle une douce énergie de renouveau. Huile de bien-être et de détente, Calmessence s'adresse aussi bien aux grands qu'aux petits.

Fréquence

Calme
Équilibre
Fluidité

Quintessence

Agreste et herbacée, l'huile Calmessence est évocatrice de calme et de légèreté. Sa subtile énergie s'alchimise dans la rencontre du laurier, du genévrier des montagnes, de l'épinette noire, de l'eucalyptus citronné et de l'encens oliban.

1. Debout, les deux pieds bien ancrés au sol, fermez les yeux quelques instants pour vous recentrer. Respirez profondément.
2. Appliquez une goutte de Calmessence sur vos tempes et massez délicatement avec des petits mouvements circulaires pendant 15 à 20 secondes.
3. Relâchez les bras, tournez votre regard vers l'intérieur et prenez conscience de votre posture et de la circulation de l'énergie dans votre corps.
4. Déposez vos mains sur la partie de votre corps qui appelle à être relâchée. Peut-être vos épaules, votre nuque, le bas de votre dos, un genou, ...
5. Appliquez localement quelques gouttes de Calmessence et massez généreusement. Mettez de la conscience dans vos gestes et offrez votre pleine présence à cette partie de votre corps. Accompagnez ce massage en visualisant une lumière blanche qui rayonne du centre de vos mains et qui enveloppe la partie de votre corps que vous êtes en train de masser pour la purifier, la décristalliser.
Continuez autant que nécessaire.
6. Terminez doucement le massage et déposez les mains sur votre cœur. Visualisez que la lumière blanche remplit votre cœur et qu'elle se propage par rayonnement dans tout votre corps.
7. Sentez-vous totalement rempli(e) et enveloppé(e) par la lumière blanche. Délectez-vous de ce bain de lumière qui dissout les tensions et les pensées parasites.
8. Remerciez.

