

4 – CALME (NERVEUSE)

Cette essence aide à relâcher les « patterns » énergétiques et émotionnels fréquemment associés avec le système nerveux (cerveau, nerfs, plexus solaire, colonne vertébrale et système électrique du corps...). Grâce à cette essence nous retrouvons l'équilibre. Nos sens sont plus éveillés et une clarté d'esprit se manifeste dans notre façon de communiquer.

SENTIMENTS DE:

Excitabilité, névrose
Nerfs à fleur de peau, angoisse
Nervosité et surexcitation
Sensibilité aux environnements intérieurs et extérieurs
Tension, incapacité de relaxer
Colère, irritabilité, tourments
Éparpillement, déchirement

HABITUDES ET COMPORTEMENTS:

Nerveux, bouge sans cesse ou essoufflé
Insomnie, manque de sommeil, ne se couche plus
Hypersensible et agité
Parle vite, boit trop de café et s'adonne aux stimulants
Mains peuvent trembler ou faire renverser des choses
Pensées très actives, (gramophone)
Trop absorbé dans ses pensées, manque le moment présent et la perception des 5 sens Paraît nonchalant, tourmenté intérieurement
Dissociation émotionnelle

INQUIÉTUDES ET AFFIRMATIONS:

Les choses lui tombent facilement sur les nerfs
J'ai trop à faire
Tendance à renier les sentiments
Parle contre ce qui est perçu comme autorité, rebelle
Je ne ressens rien

COMMENT UTILISER CETTE ESSENCE:

Usage normal: prendre 5 à 7 gouttes 3 à 5 fois par jour. En situation aiguë, l'essence Calme peut être prise à chaque heure - ou plus fréquemment - jusqu'à ce que l'équilibre soit rétabli.

ESSENCES COMPLÉMENTAIRES:

Secrets de la Forêt - mentalement hyperactif
Harmonie no. 3 - ne pas être synchro
Relaxation -Bouleau Jaune - préoccupé

Contient: essences d'Avocat (*Persea americana*), de Ginkgo bilobé (*Ginkgo biloba*), d'Hamamélis de Virginie (*Hamamelis virginiana*), de Pin Tordu (*Pinus contorta*) et de Tilleul d'Amérique (*Tilia americana*), eau de source et d'alcool à 9.5%.