



## BALANCE - RECENTRAGE

- > Synergie anti-stress
- > Installe de la détente dans le corps
- > Soulage les tensions du plexus solaire
- > Met à distance les émotions
- > Clarté mentale

Balance est une synergie d'huiles essentielles aux arômes à la fois doux, frais et boisés qui apaisent le corps, le cœur et l'âme. Lorsque vous vous sentez impacté par une émotion, Balance vous permet de revenir dans votre corps et dans l'instant présent. Le bien-être qui s'installe dans votre corps vous aide à lâcher-prise, quoi qu'il puisse se passer à l'extérieur.

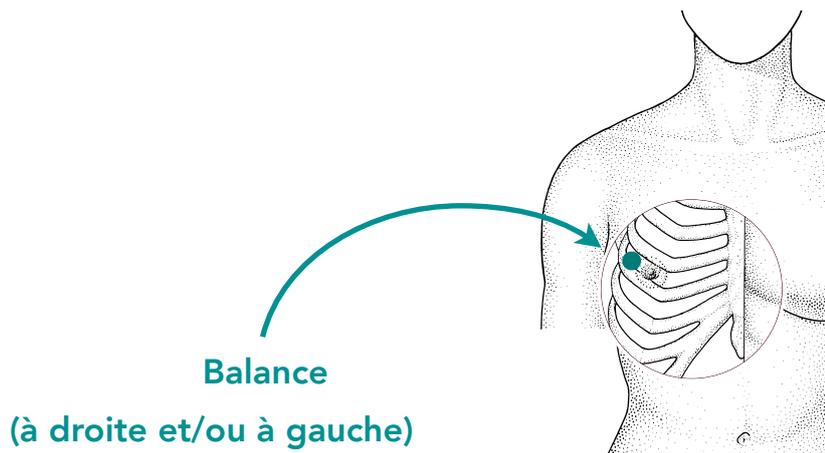
Balance est la synergie anti-stress par excellence de tout ceux qui ont le mental qui toute à toute vitesse dès lors qu'ils éprouvent la moindre contrariété. Elle s'adresse ainsi aux tempéraments « Marronnier blanc » (Fleurs de Bach). Elle installe en quelques secondes seulement une détente dans le corps, qui permet de mettre à distance l'émotion qui contrarie et emporte la personne. Elle permet de se dire « je ressens une émotion, mais je ne suis pas cette émotion ». Cette mise à distance étant faite, les solutions claires et bienveillantes peuvent advenir. C'est en ce sens que Balance aide à la clarté mentale. Elle favorise un endormissement paisible pour les personnes qui ont du mal à dormir du fait de leur ruminant mentale.

*Cette douce onction de recentrage est destinée :*

- à ceux qui sont facilement le "jouet" de leurs émotions,
- à ceux qui recherchent le bien-être tout simplement,
- à ceux qui veulent mettre le mental sur pause,
- à ceux qui ressentent le besoin de se recentrer sur qui ils sont vraiment,
- à ceux qui ont besoin d'équilibre dans leur vie,
- à ceux qui veulent expérimenter le lâcher-prise dans leur corps.

**Mots-clés : bien-être, anti-stress, détente du corps.**

## Point d'application



## Prière de bénédiction

*Dieu Tout-Puissant, c'est de bien-être et de douceur dont j'ai besoin aujourd'hui : je viens à toi pour me trouver, pour me retrouver. Tu connais mon coeur et je sais que je peux compter sur ton regard bienveillant sur tout ce que je vis.*

*Je te demande l'apaisement ici et maintenant, un moment de pause, un moment de bien-être au coeur du tourbillon de la vie, à l'image du calme qui règne dans l'oeil du cyclone.*

*Puisse-tu m'accorder de vivre dès cet instant dans ta Présence, dans le moment qui est, dans la joie simple et immédiate de ta grâce.*

*Aide-moi à considérer tout ce que je vis comme des cadeaux divins, que l'expérience me soit agréable ou désagréable sur le moment, qu'elle m'ébranle ou me rassure.*

*Permets-moi de savoir reconnaître à chaque instant ce qui est bon pour moi et de me créer une vie alignée sur les valeurs qui me caractérisent. Amen.*