

## SERENITY - CALME INTÉRIEUR ET DOUCES NUITS



- > Relaxation, cocooning, ressourcement
- > Se créer un espace-temps de détente
- > Se donner de la douceur
- > Prendre soin de soi
- > Aide à s'accepter pleinement

Serenity est un mélange d'huiles essentielles qui aide à trouver le calme : lavande, marjolaine, camomille romaine, bois de santal et ce qui lui donne sa douceur et sentiment d'évasion, ylang-ylang et absolu de vanille.

Cette onction de relaxation est destinée :

- à ceux qui ont du mal à dormir, qui ont un sommeil agité.
- à ceux qui vivent des moments de stress importants (changement professionnel, challenge personnel, situation aux enjeux émotionnels forts).
- à ceux qui se sentent généralement stressés.
- à ceux qui ont envie de se donner des moments de relaxation, de douceur, d'évasion.

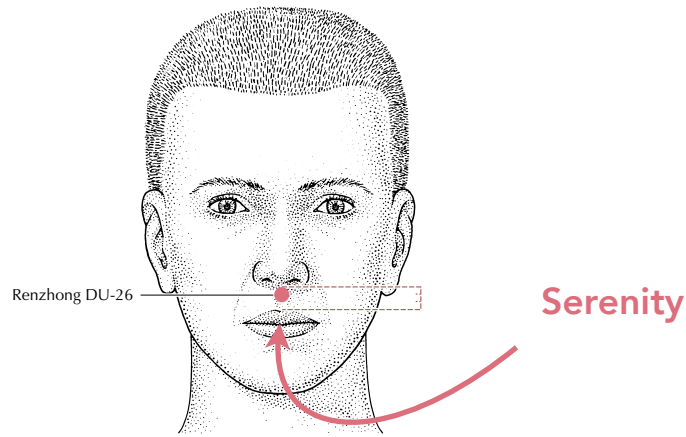
Serenity est la synergie du cocooning par excellence. Elle permet de se donner de la douceur afin de retrouver le bien-être et la détente. Elle apporte une sensation de calme intérieur, de sérénité et de satisfaction.

*L'auto-onction Serenity apportera du bien-être aux personnes qui :*

- *ont un quotidien fatiguant et stressant et qui retrouvent chaque soir leur maison avec beaucoup d'attente, tant elles ont besoin de se ressourcer dans un endroit sécurisant*
- *ont du mal à se détendre, notamment au niveau du corps (tensions dans la nuque par exemple)*
- *sont très exigeantes avec elles-mêmes et de ce fait, ne baissent jamais la garde car elles ont l'impression qu'elles n'en font jamais assez.*

**Mots-clés : détente, douceur, cocooning, relaxation.**

## Point d'application



## Prière de bénédiction

*Ô toi qui est tout amour, je viens vers toi aujourd'hui avec mon souhait d'accéder à la sérénité : aide-moi à savourer la vie comme le nectar divin qu'elle est en réalité, mais dont je suis trop souvent coupé.e.*

*Permits-moi de m'émerveiller à chaque instant.*

*Permits-moi d'éprouver de la satisfaction, là où j'ai l'impression de ne jamais en faire assez ou de ne pas être à la hauteur.*

*Aide-moi à me donner la douceur dont j'ai tant besoin.*

*Accueille-moi dans tes bras chaque fois que j'en ressens le besoin.*

*Rappelle-moi de te demander de l'aide lorsque mon chemin devient trop ardu.*

*Rappelle-moi aussi de partager avec toi mes moments de bonheur et de joie.*

*Aide-moi à prendre soin de moi dans mon quotidien.*

*Aide-moi à voir le monde à travers tes yeux, même lorsque les choses échappent à ma compréhension.*

*Nourris en moi la foi en la perfection de ton plan divin.*

*Qu'il en soit ainsi, maintenant et à jamais. Amen.*