

## ELIXIR DE MINERAU

**Aigue marine** : tranquillité, sérénité, équilibre acido-basique

**Amazonite** : favorise la communication, aide à avancer sereinement dans l'âge

**Améthyste** : rééquilibrant nerveux, aide à supprimer les mauvaises habitudes

**Axinite** : épuisement mental, nervosité angoissante

**Baryte** : aide à l'assainissement général, force d'auto-guérissons, élimine les pensées destructrices

**Chalcopyrite** : renforce la résistance générale, encourage la réalisation de soi, évolution

**Citrine** : participe au bon fonctionnement général, vie intellectuelle

**Cristal de roche** : potentialise toute action, tonique, énergétique, dynamisme, clarté mentale

**Emeraude** : élixir énergétique de secours contre les chocs émotionnels, le stress

**Fluorite** : favorise l'utilisation des minéraux, pour ceux qui se noient dans les détails

**Grenat** : grande fatigue, sexualité harmonieuse, renforce la personnalité, volonté puissante

**Hémimorphite** : favorise les réponses positives à toutes attaques extérieures, contre les somatisations, sautes d'humeur

**Kunzite** : irrigation optimale de la tête, hyper émotivité, souffrances psychologiques, vie affective.

**Labradorite** : permet de donner tout en étant protégé

**Lapis-lazuli** : nuit paisible, fatigue mentale, timidité, trac, facilite la communication

**Magnétite** : élixir des soignants, apporte la force intérieure, protection

**Malachite** : problèmes de l'hiver, fatigue intellectuelle, émotions oppressantes

**Quartz rose** : favorise les flux internes, pour le bien des enfants, apaisant

**Quartz rutile** : ventilation saine et suffisantes, aide à la résistance générale, affirmation de la personnalité.

**Rhodochrosite** : pollen, femmes et hommes à la 50aine, réveils nocturnes, problèmes d'humeur

**Saphir** : irrigation optimale de la tête, perception plus nette des objets, anti-cauchemars, états d'excitabilité intense

**Tourmaline noire** : protection, favorise la force vitale

**Tourmaline verte** : harmonise l'irrigation générale de l'individu, rupture relationnelle ou lors de la perte d'un être cher

**Zéolite** : alimentation mieux acceptée, atténue les pensées négatives

**Zircon** : contre les grandes lassitudes, boosteur puissant de la relation homme femme

## HUILES ESSENTIELLES

**Basilic** : stress, crispations, spasmes nerveux, ou encore pour le confort intestinal. Tonique et revigorante, elle lutte contre la fatigue.

**Camomille romaine** : améliorer le confort digestif et faciliter l'endormissement. Calmante puissante, stress et les troubles du sommeil.

**Citron** : Fortifiante, purifiante et assainissante, stimule l'organisme.

**Curcuma** : antioxydantes. En cuisine, c'est un arôme exotique et original, à utiliser à petite dose.

**Cyprès toujours vert** : tonique et circulatoire exceptionnelle. Régule les transpirations excessives et calme les toussotements.

**Estragon** : purifiante et apaisante et a la réputation d'être efficace contre le hoquet.

**Eucalyptus citronné** : apaisante exceptionnelle, apaise les inconforts articulaires ou les problèmes des sportifs.

**Eucalyptus radiata** : Rafraîchissante, désencombre les voies respiratoires et lutter contre les inconforts hivernaux. Energisante et tonique, elle est également connue pour revigorer l'esprit.

**Gaulthérie odorante** : vertus apaisantes, contribue au confort articulaire et musculaire et pour les soins des sportifs.

**Géranium bourbon** : Astringente et tonique, effets purifiants et assainissants

**Gingembre** : aphrodisiaque et tonique général, excellente pour le mal des transports, respirée sur un mouchoir.

**Girofle clou** : Stimulant général, cette huile vivifiante est réputée en cas de grande fatigue physique ou intellectuelle. Le clou de girofle est traditionnellement utilisé en cas de caries et douleurs dentaires.

**Hélichryse** : Connue pour ses vertus en cas de bleus et bosses, soins des petits bobos. Propriétés apaisantes puissantes.

**Laurier noble**: Purifiante puissante, dégage la respiration et assainir la bouche. Apaisantes en cas d'inconfort articulaire et réputée pour apporter force et courage.

**Lavande aspic** : stabilise les émotions, relaxe et rafraîchit. calmantes et réparatrices, coups de soleil, piqûres d'insectes et petits problèmes cutanés.

**Lavande vrai** : vertus réparatrices et apaisantes, relaxantes et calmantes puissantes sur le système nerveux. Une alliée contre le stress ou les insomnies !

**Menthe poivrée** : Tonique puissante et équilibrante, coup de pompe, de fatigue physique ou sexuelle. Elle s'utilise aussi en tant qu'harmonisant nerveux et tonique de l'organisme

**Myrrhe** : Mystique, se distingue par sa puissante action calmante et réconfortante sur l'âme et l'esprit. La Myrrhe est également connue depuis l'Antiquité pour ses propriétés régénérantes et purifiantes.

**Niaouli** : énergisante et purifiante, stimule les défenses naturelles et s'utilise en accompagnement en cas d'infections hivernales. Elle est utile pour favoriser le confort circulatoire et les jambes légères.

**Orange douce** : Positivante et rééquilibrante, calme les tensions et véhicule bonne humeur et optimisme.

Petit grain bigarade : Calmante et relaxante, apaise l'esprit et dissipe les tensions quotidiennes. C'est l'une des meilleures huiles pour lutter contre le stress et réconforter les coeurs blessés.

**Pin sylvestre** : Dynamisante et tonique, revigore le corps et stimule l'esprit. Réputée pour dégager la respiration.

**Ravinstara** : utilisée en accompagnement des infections hivernales. Calmante, elle est prisée en cas d'insomnie.

**Tea tree**: Purifiante à large spectre et très douce, c'est une incontournable de l'aromathérapie. Elle est notamment recommandée en accompagnement lors des épisodes infectieux. Tonique, assainissante, protectrice, elle est appréciée pour de nombreuses vertus.

**Ylang ylang** : agit contre le stress et l'agitation et réputée comme aphrodisiaque. Incontournable, utilisée pour ses effets toniques, régulateurs et régénérants.

Les huiles essentielles sont à utiliser avec beaucoup de précaution. Ce sont des produits qui peuvent être dangereux si mal utilisés. Beaucoup sont interdites aux enfants, femme enceinte..