QUELLE HUILE ESSENTIELLE

pour votre signe astrologique ?



EMMANUELLEGRENON.COM

LES SIGNES DU ZODIAQUE

& leurs huiles essentielles



Bélier
P.3



Taureau
P.4



Gémeaux
P.5



Cancer
P.6



Lion
P.7



Vierge
P.8



Balance
P.9



Scorpion
P.10



Sagittaire
P.11



Capricorne
P.12



Verseau
P.13



Poisson
P.14

MES AUTRES E-BOOKS : P.15

Bélier

ROMARIN

Rosmarinus officinalis



CARACTÉRISTIQUES :

- Le romarin est le symbole des mémoires anciennes, il permet de s'élever vers la sagesse et les mondes supérieurs.
- C'est aussi un grand nettoyeur de l'organisme et de l'esprit.
- Il agit à la fois sur la digestion, les reins et les voies respiratoires.
- Il est utile en cas de fatigue mentale et soulage de l'épuisement.
- Il stimule la mémoire, clarifie les idées et aide à se concentrer.
- Il agit positivement, à long terme, sur l'humeur.

21 mars au 20 avril - Élément Feu

Vous possédez une intelligence très vive ainsi que beaucoup de courage et de combativité sous toutes leurs formes, aussi bien mentale que physique.

Vous avez beaucoup d'assurance et aimez suivre votre propre route.

Vous êtes une personne énergique, franche mais de temps à autre colérique ou impulsive.

Votre vie est parfois mouvementée, vous pouvez connaître des alternances de succès et de revers. Vous aimez et vous recherchez les défis.

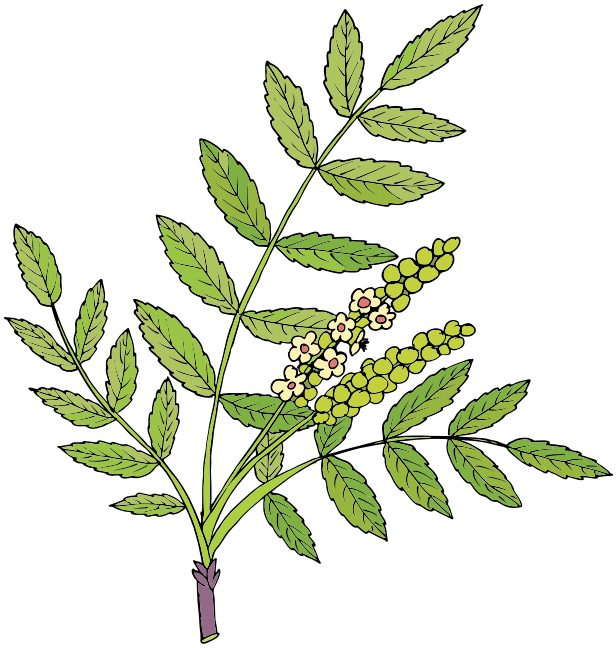
L'organe influencé par le signe du bélier est le cerveau.

Le bélier doit apprendre à réfléchir avant d'agir

Taureau

ENCENS D'OLIBAN

Boswellia carterii



CARACTÉRISTIQUES :

- Substance sacrée entre toutes, l'encens d'Oliban symbolise la purification.
- Il apporte calme et sommeil réparateur.
- Il purifie les atmosphères à tous les niveaux et élève la vibration des lieux.
- Respirer de l'huile essentielle d'Encens d'Oliban constitue une magnifique préparation à la méditation.
- Il stimule la spiritualité et soutient les buts spirituels.
- Il assouplit les esprits trop rigides.
- Il aide à vivre l'instant présent, apporte la sérénité et stimule le sentiment d'unité.

21 avril au 21 mai - Élément Terre

Vous êtes dotée d'une intelligence plutôt analytique, votre sens pratique est très développé et vous êtes plutôt terre à terre.

Vous êtes une personne calme, fidèle et dévouée. Vous êtes aussi sensuelle, épicurienne et créative. De plus, vous avez une prédisposition pour les situations stables.

Vous avez une grande résistance et beaucoup de ténacité, vous ne cédez pas facilement.

Vous pouvez être lente à vous émouvoir, mais lorsque cela arrive, vous partez totalement dans vos émotions.

L'organe influencé par le signe du taureau est la thyroïde.

Le taureau doit élever et rééquilibrer son esprit

Gémeaux



PATCHOULI

Pogostemon cablin



CARACTÉRISTIQUES :

- Le patchouli favorise la symbiose avec la Terre et l'équilibre psychique.
- Il clarifie les idées et aide à définir facilement ses objectifs.
- Il combat les peurs, le manque de confiance en soi et apporte stabilité et enracinement.
- Il ouvre l'esprit pour affronter l'avenir sereinement, donne le courage de choisir son propre chemin et de dépasser ses limites.
- Il aide à affirmer sa singularité et permet d'exprimer son plein potentiel.
- Il aide à respecter la vitesse naturelle des évènements de la vie.

22 mai au 21 juin - Élément Air

Vous êtes une personne adaptable, très communicante et souvent bavarde. Votre esprit est vif, ouvert et curieux.

Vous avez cependant tendance à vous disperser et à papillonner, vous avez souvent du mal à vous concentrer. Vous vous intéressez à plusieurs choses en même temps, mais vous devez faire attention à ne pas trop vous éparpiller.

Votre adaptabilité et votre agilité aussi bien physique que mentale vous aident à vous sortir de toutes les situations !

Vous aimez vous projeter dans le futur mais n'êtes pas toujours dans le moment présent.

L'organe influencé par le signe du gémeaux est le poumon.

Le gémeaux a besoin de revenir au moment présent



Cancer

BENJOIN

Styrax tonkinensis



CARACTÉRISTIQUES :

- Le benjoin est capable de mettre un tampon entre soi et le monde : il déstresse et calme les esprits tourmentés en les enveloppant d'une douce énergie.
- Il facilite le lâcher-prise et le laisser-venir et permet à l'âme de s'exprimer.
- Il fait remonter en douceur les émotions enfouies pour qu'elles puissent être enfin conscientisées et digérées.
- Il aide à développer de la compassion envers soi-même.
- Il balaye les résistances au changement et aide à reconnaître et accepter ce qui a changé dans notre vie.

22 juin au 21 juillet - Élément Eau

Vous êtes une personne rêveuse, sensible et intuitive. Votre imagination est très vive, vos sentiments profonds et vous avez une vie intérieure intense. Vous êtes plutôt introvertie.

Vous êtes dévouée à votre famille et aimez les traditions chaleureuses. Vous avez parfois tendance à la nostalgie.

Vous avez une tendance conformiste et ne prenez pas toujours facilement des initiatives.

Vous n'êtes pas très attirée par l'activité physique et le sport.

Le monde extérieur vous effraie parfois, mais votre capacité de résistance vous en protège.

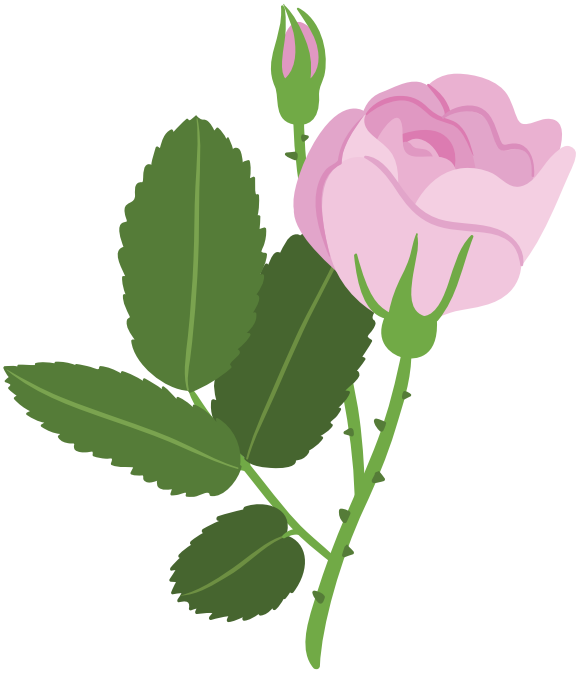
L'organe influencé par le signe du cancer est l'estomac.

Le cancer aurait besoin d'écoute et de lâcher prise

Lion

ROSE DE DAMAS

Rosa damascena



CARACTÉRISTIQUES :

- La rose de Damas est le symbole de l'amour inconditionnel, c'est la Reine des fleurs !
- Elle nous aide à aimer et à plonger dans notre cœur et dans celui d'autrui.
- Elle ouvre à l'amour universel, à la compassion et à la tendresse.
- Elle restaure la confiance.
- C'est également un puissant harmonisant psycho-émotionnel en cas d'anxiété, de pensées négatives ou encore de choc.
- Elle dissout les blocages au niveau des corps subtils, protège psychiquement et apporte détachement et lâcher-prise.

22 juillet au 22 août - Élément Feu

Vous êtes volontaire, fière, généreuse et droite. Vos sentiments sont stables et fidèles. Votre personnalité rayonnante et charismatique entraîne les autres dans votre sillage.

Vous êtes dotée d'une intelligence synthétique avec parfois des traits de génie !

Vous êtes remplie de courage, vous ne vous ménagez pas et vos aspirations sont nobles.

Cependant, vous avez parfois tendance à être centrée sur vous-même et à rechercher l'amour dans le regard des autres.

L'organe influencé par le signe du lion est le cœur.

Le lion a besoin d'amour inconditionnel et de sérénité

Vierge

DAMIANA

Turnera aphrodisiaca



CARACTÉRISTIQUES :

- La damiana donne de l'audace, clarifie les idées et redonne une perspective.
- Elle apporte force intérieure et optimisme.
- Elle soulage de l'épuisement nerveux en nourrissant et en régénérant les cellules nerveuses.
- C'est un très bon antistress chronique, utile aussi en cas d'anxiété ou de dépression.
- C'est aussi l'huile des femmes en pleine pré-ménopause ou ménopause car elle est une grande régulatrice du système endocrinien.
- Elle est parfois aphrodisiaque.

23 août au 22 septembre - Élément Terre

Vous raisonnez de manière très logique et analysez bien les situations, mais vous avez parfois tendance à vous perdre dans les détails.

Vous êtes anxieuse de bien faire et de plaire à votre entourage. Attention à ne pas tomber dans le perfectionnisme trop poussé !

Vous aimez tout ce qui est pratique et concret.

Votre sens critique est très développé, vous êtes souvent sceptique. En revanche, votre gentillesse et votre intelligence font de vous une personne très appréciée.

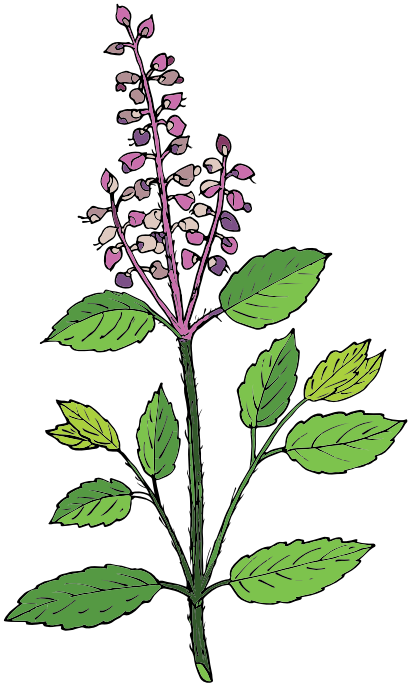
L'organe influencé par le signe de la vierge est l'intestin.

La vierge a besoin de laisser place à plus de spontanéité

Balance

BASILIC SACRÉ

Ocimum tenuiflorum



CARACTÉRISTIQUES :

- Le basilic sacré, ou Tulsi, nous permet de voir notre propre unicité. Il nous aide lorsque l'on s'est perdu à trop vouloir aider les autres.
- Il aide à penser à soi et redonne de la force à l'ego.
- Il dynamise et rend actif, sans être agressif.
- Il donne persévérance, courage et volonté pour atteindre ses buts, sans pour autant opprimer les autres.
- Il permet de découvrir son propre potentiel et sa mission de vie sur cette Terre.
- Il aide à retrouver une façon d'agir plus intuitive.

23 septembre au 22 octobre - Élément Air

Vous êtes remplie de douceur et d'altruisme, et êtes une personne équilibrée sur tous les plans.

Vous avez des aptitudes pour les sciences grâce à une intelligence vaste. Votre jugement est sûr.

Vous êtes une personne posée, très sociable et diplomate.

Gracieuse et élégante, vous aimez le confort, parfois le luxe et vous êtes attirée par les amusements et les spectacles.

Vous êtes parfois indécise et avez de la difficulté à prendre une décision tranchée.

L'organe influencé par le signe de la balance est le rein.

La balance a besoin de trouver sa boussole intérieure

Scorpion

GÉRANIUM

Pelargonium asperum



CARACTÉRISTIQUES :

- Le géranium est un grand rééquilibrant psychique et endocrinien.
- Il parfume, apaise, répare et soutient grâce à son parfum qui nous transporte. Il apporte un bien-être global.
- Il stimule la réceptivité et l'énergie féminine qu'il aide à s'exprimer.
- Il aide à se libérer quand on se sent mal dans sa peau.
- Il aide à trouver son équilibre et à rester centré.
- Il nous aide à construire un environnement positif : il attire les choses positives et éloigne le négatif.

23 octobre au 22 novembre - Élément Eau

Vous êtes une personne passionnée dotée d'un bon esprit de contradiction et d'un grand sens critique.

Vous aimez la discussion. Votre activité intellectuelle est très intense, vous réfléchissez beaucoup.

Vous avez une grande compassion et une bonne compréhension des autres. Vous êtes dotée d'une sensibilité aiguë mais vous devez faire attention de ne pas tomber dans l'agressivité ou l'impulsivité.

Vous aimez parfois détruire pour reconstruire.

L'organe influencé par ce signe du scorpion est l'appareil génital.

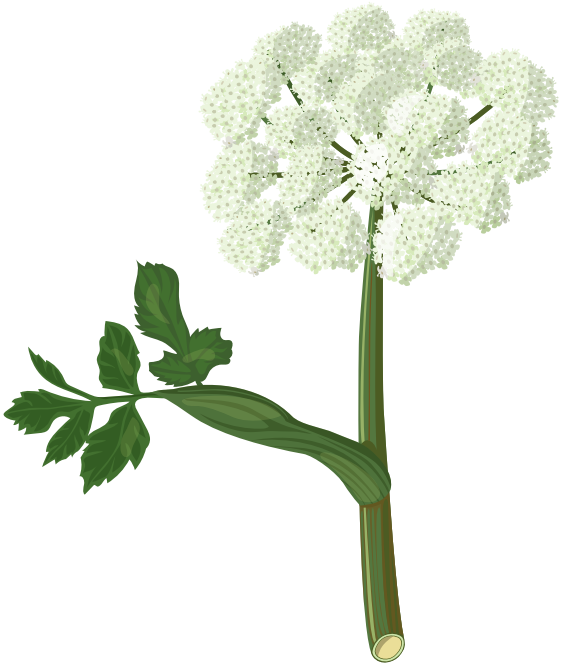
Le scorpion a besoin d'apaisement et de réconfort



Sagittaire

ANGÉLIQUE RACINE

Angelica archangelica



CARACTÉRISTIQUES :

- Comme son nom l'indique, la racine d'angélique enracine de manière très puissante.
- Elle aide à retrouver son espace intérieur et à avoir confiance en la vie.
- Elle aide à se reconnecter avec son ange gardien.
- Elle permet d'accepter son incarnation.
- Elle développe courage, force intérieure et volonté.
- Elle aide à prendre des décisions en renforçant le mental et à aller au bout des choses.

23 novembre au 21 décembre - Élément Feu

Vous inspirez la sympathie car vous êtes une personne joviale, optimiste et généreuse. Votre bienveillance et votre sincérité vous honorent. Vous êtes d'ailleurs souvent une source d'inspiration pour les autres.

Votre jugement est rapide et précis et vous avez des aptitudes pour la philosophie, la sociologie et la spiritualité.

Vous possédez une vision globale des buts que vous souhaitez atteindre et vous savez vous entourer des bonnes personnes pour gérer les détails pratiques.

Vous aimez voyager et découvrir de nouveaux horizons.

L'organe influencé par le signe du sagittaire est le foie.

Le sagittaire doit apprendre à se recentrer sur le concret

Capricorne

NÉROLI

Citrus aurantium



CARACTÉRISTIQUES :

- Le néroli est un grand tonique nerveux : il équilibre et calme le système nerveux.
- Il redonne vitalité, courage et confiance en soi tout en apaisant les angoisses.
- Il soulage les hauts et bas émotionnels et redonne le moral.
- Il apaise les tensions nerveuses et relâche l'esprit.
- Il nous reconnecte avec notre moi intérieur.
- Il apaise les chocs, peurs et dépressions issues de blessures physiques et surtout psychiques.
- Il nettoie l'ensemble des chakras et leur redonne de la vitalité.

22 décembre au 20 janvier - Élément Terre

Vous êtes constante dans vos affections et vos opinions. Vous êtes douée pour la réflexion et la concentration, mais vous avez tendance à cacher vos sentiments. Cela peut vous donner une apparence froide et distante.

Vous êtes persévérante et souvent très sérieuse. Votre volonté et votre notion du temps vous permettent d'atteindre vos buts.

Attention cependant à ne pas vous mettre trop de pression, car même si vous supportez bien le stress, vous vous sentez souvent sous tension.

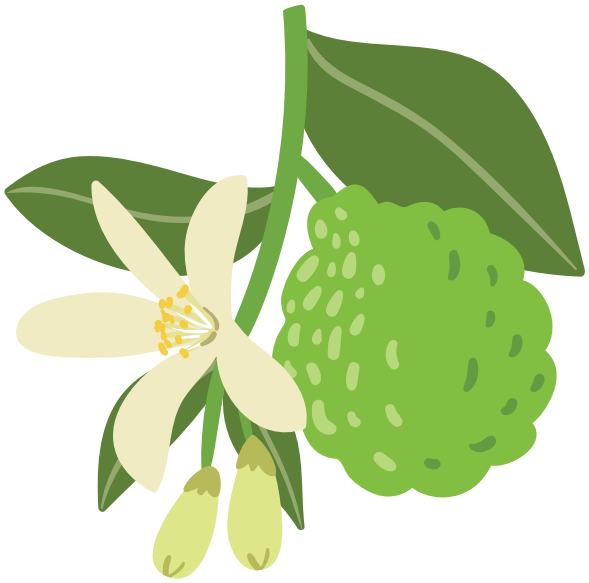
La partie du corps influencée par ce signe du capricorne est le système osseux.

Le capricorne a grand besoin de joie et de détente

Verseau

BERGAMOTE

Citrus bergamia



CARACTÉRISTIQUES :

- La bergamote stimule la capacité de vivre ses émotions, tout en les adoucissant.
- Elle agit physiologiquement et émotionnellement sur l'immunité.
- Elle aide à s'aimer en apportant estime, confiance et acceptation de soi.
- Elle permet de sortir de la peur de ne pas être assez bien ou assez compétente. Elle aide à lâcher le besoin d'approbation.
- Elle nous aide à accepter notre authenticité, sans nous soucier des opinions des autres.
- Elle nous ancre dans le réel et nous apporte joie et légèreté.

21 janvier au 18 février - Élément Air

Votre grande curiosité intellectuelle vous donne une attirance pour les théories innovantes.

Vous êtes une personne discrète et amicale mais peu expansive : vous écoutez plus que vous ne parlez.

Vous êtes très indépendante d'esprit et plutôt solitaire. Anticonformiste, vous n'aimez pas les contraintes et l'autorité et vous vous rebellez parfois contre la société que vous percevez avec hauteur. Vous avez un idéal de liberté qui vous donne envie de faire bouger les choses tout en vivant avec votre temps.

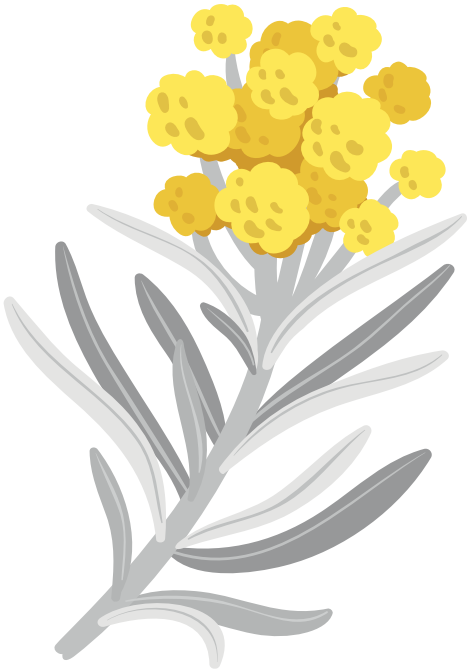
Les parties du corps influencées par le signe du verseau sont les jambes.

Le verseau a besoin de s'ancrer à son cœur

Poisson

IMMORTELLE

Helichrysum italicum



CARACTÉRISTIQUES :

- L'immortelle, ou hélichryse italienne, est une plante à la fois forte et subtile.
- Elle calme les émotions et soigne les bleus physiques comme ceux de l'âme.
- Elle combat la nervosité et la dispersion spirituelle, en amenant la paix intérieure.
- Elle nous relie à notre subconscient tout en nous ancrant aux forces de la Terre.
- Elle dissout les blocages situés dans la région du bassin, détend et réactive la circulation sanguine.
- Elle nous aide à trouver un but dans la vie.

19 février au 20 mars - Élément Eau

Vous avez une personnalité complexe, toute en force et en subtilité ! Vous possédez une grande intuition dans tous les domaines, et peut-être même un don de clairvoyance. Vous êtes aussi dotée d'une grande imagination.

Vous êtes une personne sensible, émotive, sincère et dévouée. Votre sens de l'hospitalité vous rend très sociable et toujours prête à rendre service.

Vous pouvez cependant être fragilisée par votre très grande sensibilité.

La partie du corps influencée par le signe du poisson est le système lymphatique.

Le poisson a besoin de se renforcer de l'intérieur



MES AUTRES E-BOOKS



Un e-book interactif de 33 pages pour comprendre et pratiquer de vraies respirations conscientes !

L'objectif : Remettre en place de bonnes habitudes tout en rééduquant votre respiration et votre diaphragme.

- Avec 14 exercices de respirations expliqués pas à pas.
- 6 pratiques guidées en audio téléchargeables pour pratiquer où et quand vous voulez.
- Vous apprendrez comment adopter une bonne respiration.
- Vous saurez comment trouver le temps de pratiquer.

EN SAVOIR PLUS

Ce petit livre numérique est conçu pour vous donner des idées saines de petits déjeuners salés ou sucrés et pour vous permettre de mettre en place une alimentation gourmande et nutritive dès le début de la journée ! Vous trouverez dans cet e-book :

- Des conseils pour vous organiser et sortir de votre routine.
- Les boissons à consommer absolument pour un petit déjeuner plein de vitalité !
- Les aliments à éviter et ceux à adopter.
- 7 recettes de bases
- 10 recettes salées
- 13 recettes sucrées

EN SAVOIR PLUS

