



In quali di queste situazioni ti rispecchi?

In questo periodo non mi piaccio: mi sento trascurata, non mi sento in ordine, non mi sento a posto con me stessa.

La sera quando torno a casa ho sempre una sensazione di “sporco” addosso. Avrei voglia di “ripulirmi” dentro e fuori.

Rimedio: Crab Apple

Non ho abbastanza stima di me, spesso non mi sento all'altezza delle situazioni. Penso sempre che gli altri siano meglio, temo i confronti. Non mi piaccio abbastanza.

Rimedio: Larch



I Messaggi e i Consigli dei Fiori per te

CRAB APPLE

Non concentrarti sulle tue imperfezioni, sui tuoi piccoli difetti, sulla precisione e ordine ad ogni costo. In natura la perfezione non esiste ed è bello così. Concentrati piuttosto sulla tua personalità e sulle tue qualità.

Sottoporti a massaggi e trattamenti che lavorano sulla depurazione (es. riflessologia, linfodrenaggio).

Prima di dormire fai un bagno rilassante mettendo 3 gc (Crab Apple) nell'acqua. Se proprio non riesci a immergerti nella vasca da bagno, concediti almeno un pediluvio – sempre con 3 gocce da aggiungere all'acqua.

Tutti i rituali di bellezza che vorrai fare ti aiuteranno! Cerca di inserirli nel tuo tempo libero.

LARCH

Punta sulle tue doti e falle emergere al massimo. Non tenere lo sguardo rivolto sempre e solo sui tuoi punti deboli. E soprattutto non continuare a confrontarti con gli altri per essere sicura di te: finché lo farai non sarai mai con te ma sempre con gli altri! Ti disperdi e ti allontani dal tuo centro e di conseguenza dalla tua sicurezza interiore.

Chiedi ad almeno 4 persone intorno a te di elencarti 3 aggettivi positivi per definirti. Ne rimarrai sorpresa. E cerca poi di focalizzarti anche tu su queste doti.

Mettiti in gioco con nuove esperienze (corsi, hobby, conoscenze...)



Ogni giorno fai un elenco scrivendo le cose di te di cui sei soddisfatta (come ti sei comportata, quello che hai realizzato nella giornata, come ti sei vestita, ecc.). Metti tutta l'attenzione sul tuo positivo e sul tuo potenziale!

I Messaggi delle Essenze Aromatiche per te:

Lavanda

“Con il mio effetto di lavaggio energetico, emotivo e mentale ti sentirai rigenerata, purificata, come nuova!”

Rosa

“Con me puoi far risplendere tutta la tua bellezza, il tuo fascino, la tua capacità di seduzione. Sarai perfettamente connessa alla tua femminilità”