



LES ENCENS

Voici les 6 parfums d'encens qui seront parfaits
pour vous relaxer quotidiennement





Bois de Santal

C'est à la fois un excellent parfum d'encens pour favoriser un environnement calme tout parfumant très agréablement votre maison, il procure un sentiment de bien-être et de sérénité. Vous pouvez conséquemment brûler différents types d'encens au Bois de Santal pour créer un univers de détente tout autour de vous. L'encens de santal exacerbe les sens et les éveille pour une pleine conscience de son corps.



Jasmin

Le Jasmin peut littéralement rendre une personne joyeuse et lui donner le sourire aux lèvres juste en sentant une magnifique bouquet de ces petites fleurs ! De plus, le Jasmin possède également des propriétés calmantes et aide même à éviter une dépression ou à en sortir. Bien que, ce parfum contribue efficacement à la relaxation et à la détente, il fournit également un faible niveau de vigilance, ce qui vous empêche de tomber dans un sentiment de complaisance. Dès lors, brûler de l'encens au Jasmin vous aidera à vous sentir mieux et détendu.





Lavande

Lorsque vous avez réellement besoin de soulager votre stress, la Lavande est la plupart du temps le meilleur choix ! Et oui , cette douce et jolie fleur est bien connue pour ses effets apaisants et calmants sur le corps et l'esprit. Par ailleurs, sentir l'odeur de la Lavande peut vous aider à plonger dans un doux sommeil profond de plusieurs heures. Par conséquent, la Lavande vous aidera également à vaincre l'insomnie et à retrouver un mode de vie plus sain. Il sera suffisant de ne brûler qu'un seul cône pu bâton d'encens à la fois en raison de la puissance de la Lavande, chasse les vibrations négatives.



Camomille

Une petite fleur qui ressemble à une Marguerite, la Camomille est souvent consommé sous forme de tisane. Sous forme d'encens, à base de plantes, elle possède les mêmes sensations que celle d'une tasse de thé. Comme le thé, la Camomille sous forme d'encens provoque un sentiment de bien-être et de protection.



Citronnelle

La plupart du temps les parfums d'agrumes inspirent souvent la vivacité et l'énergie, cependant, la Citronnelle à l'odeur fraîche et douce, soulage le stress et l'angoisse. Nous vous conseillons de respirer l'odeur de la Citronnelle si vous souhaitez vous remonter le moral et vous aider à mieux vous sentir dans votre peau. Un parfum aux divers pouvoirs, la Citronnelle peut aussi vous aider à méditer ou pratiquer le Yoga !



Imaginez-vous un instant dans une forêt calme et ombragée, une promenade comme celle-ci pourrait faire disparaître votre stress comme le fait de brûler de l'encens au Pin. **L'odeur du pin** aide à réduire l'anxiété et tuer les sentiments de dépression, et bien évidemment d'améliorer les sentiments de détente. Il n'y a jamais de mauvais moments pour brûler de l'encens au Pin, bien qu'il soit parfois considéré comme un parfum hivernal, il procure ses effets calmants tout au long de l'année.

Les pensées négatives sont fugaces et temporaires ; elles n'ont pas de réel pouvoir propre, mais elles peuvent faire beaucoup de mal si on leur donne l'opportunité de grandir. Une pensée n'a pas d'autre pouvoir que celui que vous lui donnez. Les pensées négatives gagnent une impulsion quand elles s'activent. Les désactiver après est une tâche difficile : ce n'est alors plus une pensée, nous vous parlons bel et bien ici d'une action dynamique.

Astuce pour vous libérer d'une pensées négative, d'une colère, d'un sentiment de tristesse, écrivez le sur un morceau de papier en étant concentré sur votre soucis, puis brûlez le et jetez les cendre à l'air libre.

Si cela persiste recommencez le lendemain à la même heure, puis le troisième jour et enfin

Lâchez prise !

(Voir notre article de blog)

<https://magiearabedekader.com>



Merci !

