

Bonjour à toutes et tous

C'est le mystérieux mois d'*Octobre* avec *Nuin* et *Berkano* :



Le mois d'*Octobre*, c'est le mois de l'Ogham Ngétal, 𐌒, le roseau et de Ruis 𐌒, le sureau ! Ce sont les deux derniers mois de l'année Celte.

Eh oui ! Pour les Celtes, le **29, le 30 et le 31 octobre** étaient un mois de l'année, à part entière !

L'**automne** se meurt ainsi le **31 octobre** et l'hiver commence avec la nouvelle année le **1^{er} novembre**. Cette mémoire du calendrier perdure dans la célébration d'**Halloween** !

Alors, à vos **citrouilles** et à vos **chandelles** ! Le **31 octobre**, il était de coutume d'allumer les bougies pour faire fuir les ombres ! C'est une période où les mondes des fées et celui des humains sont les plus proches (ainsi que début mai, à l'opposé de la roue de l'année.)

Ce mois-ci, voici un petit plus : *un petit rituel* à faire, pour accompagner la fin de l'année Celte.

*Le **31 octobre** laissez votre feu s'éteindre dans la cheminée ou le poêle.*

*Le **1^{er} novembre** vous pourrez enlever, avec minutie, toutes les vieilles cendres de l'année qui se termine, et allumer un nouveau feu, avec de nouvelles bûches. C'est un moyen tout simple, pour marquer le début de la période de mise en pause de la Nature. Rentrons dans l'introspection de l'hiver en nous également, en prenant soin de notre cocon au coin de l'âtre.*

Ce mois-ci, encore :

1. **Profitez**, sur demande, des soins énergétiques, à la rencontre de vos mémoires transgénérationnelles et/ou karmiques dans la **paille=yourte** ! (L'expérience est prolongée). Youpi !

Vous pourrez également, comme d'habitude, me retrouver tous les **mardis, jeudis et vendredis** pour **des soins olfacto-énergétiques** (canalisation de mémoires

transgénérationnelles et karmiques), ou **des conseils en aromathérapie** ou en **phyto-herboristerie**, à Lasgraïsses et aussi sur Albi les **mercredis**.



2. En *Octobre*, vous pouvez également penser à vos proches nés sous les signes de la Balance et du scorpion : *Nuin et Berkano*, a anticipé pour vous avec ses cartes cadeaux !

3. Le conseil en aromathérapie psycho-émotionnelle du mois :

Les huiles essentielles ont des vertus qui accompagnent le bien-être du corps mais aussi de l'esprit et des émotions. Afin d'aborder le retour **des nuits** plus longues en toute confiance, je vous propose une huile essentielle en olfaction :

Le giroflier

En olfaction, cette huile essentielle **favorise la persévérance**, **renforce la confiance en soi**, **aide à tourner la page** lorsque c'est compliqué et apporte de la **lucidité mentale**. Elle aide à **concrétiser les projets**.

C'est l'huile essentielle de la **Re-naissance**.

L'huile essentielle de **giroflier**, possède bien d'autres propriétés au niveau physique, notamment dans les situations de problèmes buccaux. Son utilisation est cependant à aborder en toutes connaissances (c'est du costaud !). C'est aussi l'odeur de chez le dentiste ! Je vous laisse découvrir ou redécouvrir, le site « Enévie » : <https://enevie.fr>.



Précautions d'emploi :

Le giroflier

Est à éviter au contact direct de la peau sans dilution dans une huile végétale et sur une trop longue période ou une trop grande surface corporelle. N'hésitez pas à me demander lors d'un rendez-vous.

Elle est vivement déconseillée pour les enfants de moins de 6 ans et les femmes enceintes. Dans ces cas, on utilisera une autre huile essentielle, car celle-ci facilite les contractions utérines et est dermocaustique.

****ATTENTION : Les huiles essentielles sont très efficaces pour notre bien-être mais elles présentent des contre indications dont il faut tenir compte pour un usage sécuritaire.***

- Ne pas avaler sans avis d'un professionnel de santé.
- Tenir hors de portée des enfants.
- Ne jamais mettre pur sur la peau sans la diluer avec une huile végétale, sans avis d'un professionnel de santé.
- Ne pas utiliser pour les femmes enceintes, les jeunes enfants, les asthmatiques, les épileptiques ou sur les animaux, surtout les chats.

Quand l'utiliser en olfaction ?

Dans la journée. On peut la respirer aussi avant le coucher du soleil.

Comment ?

Diffuseur humide :

- Ne pas diffuser plus d'une heure par jour au total, par séquences de 10 à 20 minutes.
- Bien aérer après la diffusion au moins 10 minutes

- Ne pas diffuser en présence de femmes enceintes  , de jeunes enfants  , d'asthmatiques, d'épileptiques ou d'animaux, surtout les chats. Préférez vaporiser de l'hydrolat.



Stick inhalateur : (L'alternative aux contre-indications de l'usage en olfaction humide ci-dessus)

Mettre 1 à 2 gouttes sur le coton d'un stick inhalateur (neuf et strictement personnel, vous pouvez en trouver sur le site d'Enévie sus-cité) et respirer à la demande 3 fois par jour maxi, pendant une période de 3 semaines maximum.

Je vous renouvelle un grand merci pour votre confiance !

Je vous souhaite l'émergence de nombreux **nouveaux projets** et l'**apaisement** au coin du **feu**, tout au long de ce si coloré mois d'**Octobre** !

Prenez soin de vous, et profitez de tous les produits de saison (@[la Verdurette](#)).

Vive les marrons grillés et les recettes à base de cucurbitacées !

A très bientôt.