

Les cycles lunaires

et

la peau



Comment les cycles lunaires influencent
l'état de votre peau et votre système nerveux

Par Elisabeth CLAEREBOUT

www.elisabeth-magnetiseur.fr

Bienvenue

Je suis Elisabeth, Magnétiseuse de tradition familiale et coupeuse de feu
Je suis issue d'une famille de 3 générations de cartomanciens.



Amoureuse de la cartomancie, de la Lune et de l'Astrologie

Et Fort de mon héritage génétique, de mes connaissances et compétences acquises au niveau de la peau (je suis diplômée d'état en tant qu'esthéticienne, spécialisée dans le drainage lymphatique manuel et la réflexologie plantaire - Certifiée en hypnose traditionnelle et spécialisée dans le traitement des problèmes de peau), et de ma passion ;

J'ai créé ce guide vous permettant d'exploiter la puissance et la magie des cycles lunaires pour profiter d'une qualité de peau optimale et facilement.

Table des matières

Les cycles lunaires influencent l'état de votre peau et votre système nerveux.....	5
L'influence de la Lune sur l'eau et les liquides en général.....	5
Pourquoi votre peau réagit plus à certains jours que d'autres ?.....	6
Comment profiter d'une qualité de peau optimale et facilement ?.....	7
Si vous êtes épuisé, stressé ou surmené ?.....	8
Améliorer l'état de votre peau avec les cycles de la lune.....	9
La Nouvelle Lune.....	11
La Lune croissante.....	12
Le premier croissant de Lune.....	12
Le premier quartier de Lune.....	13
La Lune gibbeuse croissante.....	13
La Pleine Lune.....	14
La Lune décroissante.....	15
La Lune gibbeuse décroissante.....	15
Le dernier quartier de Lune.....	16
Le dernier croissant de Lune.....	16
Les autres aspects à prendre en compte.....	17
La Lune est montante ou descendante.....	17
La Lune est vide de course.....	17
L' éclipse de Lune	18
Les nœuds lunaires	18
La Lune noire	18
La Lune dans les signes du zodiaque.....	19
Comment approfondir votre connexion avec la Lune ?.....	20
Journal de bord pour la Nouvelle Lune.....	21
Journal de bord pour la Lune croissante.....	22
Journal de bord pour la Pleine Lune.....	23
Journal de bord pour la Lune décroissante.....	24
Pourquoi suivre le rythme de la Lune ?.....	25

Portez une attention particulière aux cycles de la lune et vivez-les à un niveau personnel.....26
La réceptivité aux influences lunaires.....26
 L'horloge biologique interne.....27
 La peau pendant l'année.....28



Les cycles lunaires influencent l'état de votre peau et votre système nerveux

L'influence de la Lune sur l'eau et les liquides en général

Considérant le fait que le corps humain est constitué d'environ 60 % d'eau, la Lune a un contrôle sur les fonctions corporelles. Le corps humain est constitué majoritairement d'eau (75 % à la naissance, de 70 % à 60 % pour l'adulte, 50 % environ pour une personne âgée)

La Lune a principalement une influence sur l'eau (l'effet marée est l'influence liée à l'attraction lunaire)

La Lune régit la lymphe, le grand sympathique, les glandes et les fonctions digestives.

Depuis l'antiquité, on la vénérât où on la craignait, diverses mythologies en ont fait une déesse mystérieuse, et aujourd'hui encore on pense qu'à différents niveaux, la Lune peut avoir une influence sur nous.

Les hommes ont toujours été fasciné par la transformation incessante de la Lune. Ils ont en même temps senti que les forces qui unissent la Lune à la vie sur Terre de façon invisible mais néanmoins perceptible se modifiaient à chaque changement de phase lunaire.

Elle est associée :

- au subconscient y compris l'océan de l'inconscient collectif (Le subconscient est tout ce qui est acquit et non conscient : la communication se fait avec toutes les parties de votre âme et les énergies de l'univers, il enregistre les demandes des uns et des autres afin de les transmettre au bon destinataire. L'inconscient individuel est connecté à l'inconscient collectif : la communication est la synchronicité)
- à la vie émotionnelle individuelle et à l'atmosphère émotionnelle dans la foule chez un grand nombre de personnes

Elle régit :

- toutes les fonctions du corps qui s'exécutent automatiquement sans contrôle de la conscience
- la lymphe

Elle est étroitement liée :

- à l'état de santé
- au bien-être

Pourquoi votre peau réagit plus à certains jours que d'autres ?

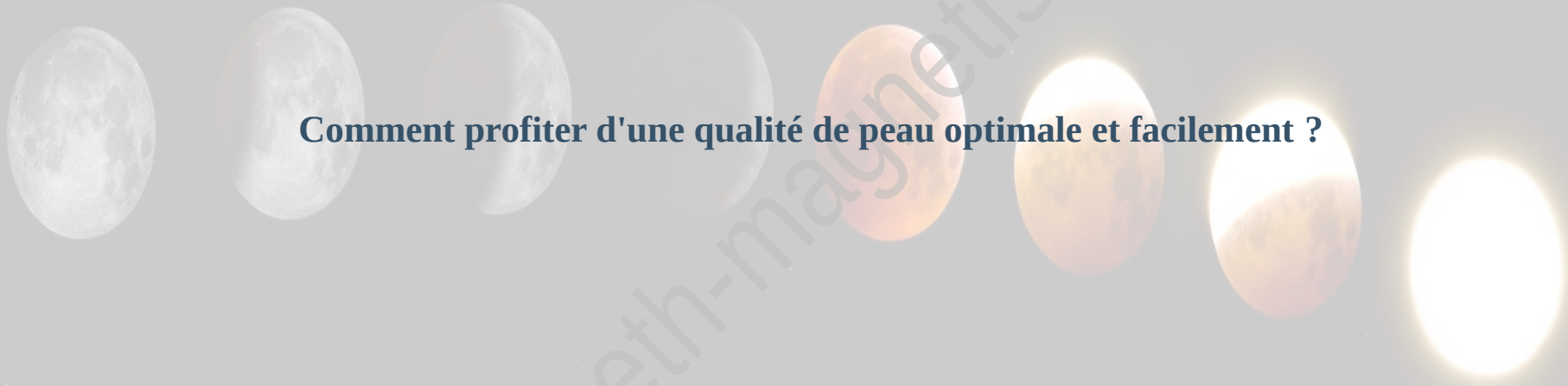
Ou peut-être que certaines semaines la qualité de votre peau s'améliore et que d'autres au contraire l'état s'empire ?

Et comme beaucoup de personnes, vous avez certainement essayé d'aller de l'avant, même lorsque votre corps, votre esprit réclamaient du repos, du calme, de la sérénité. Vous n'avez pas écouté les cycles.

«Il y a un temps pour tout ; il y a un moment pour chaque chose. Il y a un temps pour mourir, un temps pour semer et un temps pour récolter ce qui a été semé.» Le Roi Salomon

Et pourtant, les cycles de la Lune aident :

- à être dans le moment présent (corps - esprit - environnement)
- à apprécier que l'énergie est un flux et un reflux constant
- à ralentir, se poser, se calmer car l'énergie revient toujours



Comment profiter d'une qualité de peau optimale et facilement ?

En utilisant la puissance et la magie des cycles lunaires

Lorsque vous vous ajustez avec les cycles lunaires, vous créez un flux et passez en mode réception, c'est votre **épiderme** qui vous donne le signal.

L'épiderme est la couche superficielle de la peau qui abrite de nombreuses terminaisons nerveuses, c'est là que se joue la chair de poule, les nerfs à fleur de peau, les frémissements, les titillements, les picotements, les engourdissements, etc.

Si vous êtes épuisé, stressé ou surmené ?

Croyez-vous vraiment que votre peau peut-être souple et belle ?

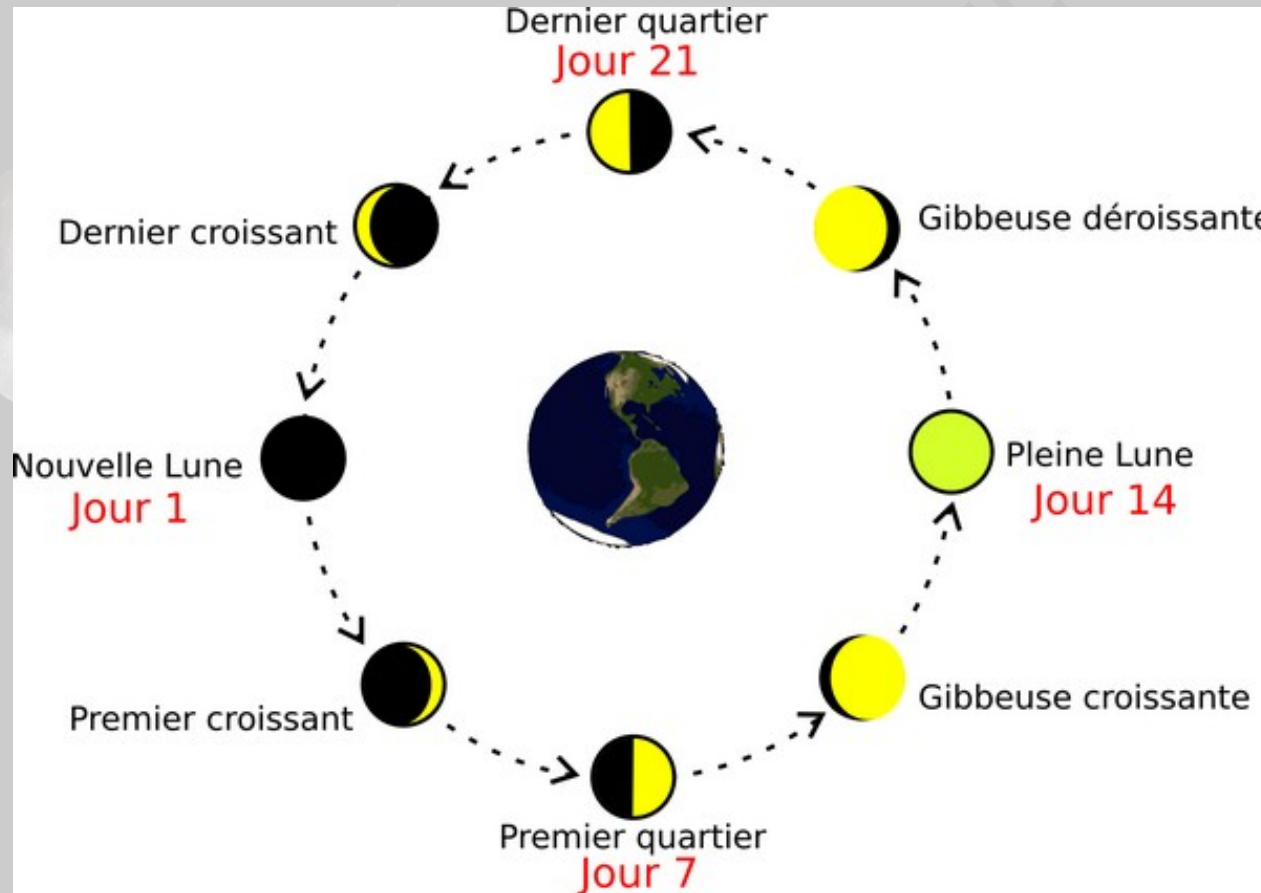


Alors quelle solution ?

- C'est d'utiliser les cycles lunaires qui vous permettent de vous recharger, de vous aligner, de vous centrer et de recalibrer l'énergie qui circule en vous avec l'énergie qui circule autour de vous.
- C'est en vous mettant au diapason des cycles de la Lune que vous pouvez combattre vos émotions (sources du problème de peau).

- C'est de suivre l'évolution des cycles lunaires et vous reliez à leur puissance et leur magie.

Améliorer l'état de votre peau avec les cycles de la lune



Les phases lunaires et les types lunaires

- **Les 4 phases lunaires élémentaires**

- La Nouvelle Lune
- Le premier quartier
- La Pleine Lune
- Le dernier quartier

- **Les 8 types lunaires :**

- La Nouvelle Lune
- Le premier croissant
- Le premier quartier
- La Lune gibbeuse croissante
- La Pleine Lune
- La Lune gibbeuse décroissante
- Le dernier quartier
- Le dernier croissant

Les demeures et les jours lunaires

- **Les 28 demeures :** correspondent aux 28 phases lunaires se déroulant au fil d'un mois lunaire en partant du degré 0 du zodiaque (le Bélier) (il y a 360 degrés dans le zodiaque)
- **Les jours lunaires :** les jours lunaires correspondent aux 28 phases qui séparent une Nouvelle Lune de la suivante. Chacun d'eux révèlent des informations au jour le jour. Informations favorables ou non par rapport à la Nouvelle Lune précédente.

La Nouvelle Lune

Marque le début d'un nouveau cycle, c'est le moment de calme, de repos.

L'énergie peut être au plus bas, et toutes les fonctions automatiques du corps sont au plus bas, les pouvoirs de récupération du corps sont peu actifs.

C'est le moment de prendre du recul, par rapport à votre quotidien. De réfléchir sur le cycle précédent et de poser vos intentions et objectifs pour le cycle suivant.

C'est aussi le moment du ressenti, à condition de prendre le temps du silence, de l'intériorisation et de se faire confiance.

Avez-vous terminé les vieux « trucs » avant de commencer quelque chose de nouveau ?

- Réorganisez-vous, débarrassez vous des mauvaises habitudes

Irritabilité et nervosité 3-4 jours avant et après la Nouvelle Lune : effets sur le sommeil, le stress, les maux de tête, état général de fatigue.

Votre corps a fait un travail d'élimination de ses surcharges et toxines lors de la phase décroissante de la Lune, l'énergie du corps s'est naturellement consacrée à sa réparation.

L'attention se porte sur la peau et principalement sur les inflammations.

La Lune croissante

Représente la période entre la Nouvelle Lune et la Pleine Lune (environ 14 jours)

Tout dans la nature est au stade de la croissance. C'est le moment d'être actif, énergétique.

Elle est associée à l'absorption. En miroir de la Lune, le corps se met au diapason de cette croissance et s'ouvre à une meilleure assimilation. Le corps assimile mieux ce qu'il reçoit, il profite au maximum de tout ce que vous lui apporté.

L'attention se porte sur la peau sèche. Les soins apportés en phase croissante favorise une meilleure hydratation des peaux sensibles et permettent de mieux matifier les peaux mixtes.

Le premier croissant de Lune

Est le moment de prendre des décisions cruciales en se détachant du passé

Le premier quartier de Lune

C'est la lutte entre les énergies positives et les énergies négatives

La période est hautement énergisée, c'est le moment d'être dynamique et en mouvement. Agir et construire.

Avec un désir ardent de faire bouger les choses, sauf que dans quelques jours le niveau d'énergie va descendre, et donc il existe une forte chance que ce qui a été commencé risque d'être abandonné.

Le premier quartier de Lune est naturellement le moment où nous sommes le plus stressés, avec comme conséquences de tout lâcher. Se détendre un peu chaque jour peut-être un atout précieux.

L'énergie du 1^{er} quartier de Lune est axée sur la vie personnelle et familiale

La Lune gibbeuse croissante

C'est le moment de rester centré, de s'améliorer, de se perfectionner

La Pleine Lune

L'énergie est débordante, avec un sentiment de saturation

Le subconscient est à son point culminant de son activité. Il y a un trop plein d'énergie dans le corps, c'est une sorte d'énergie subconsciente qui ne peut pas être contrôlée directement.

- Les saignements et les infections sont plus élevés qu'à la normale
- Les réactions allergiques apparaissent
- La tension artérielle augmente
- L'équilibre hormonale change
- Le sommeil est troublé
- Les personnes ayant une psyché instable peuvent être déprimées

C'est une période courte mais très intense avec des émotions souvent fortes.

Vous pouvez vous autoriser à vous éloigner de la routine quotidienne (et en particulier des médias sociaux et des e-mails) afin d'être présent avec vos émotions et "ressentir les sensations". Vous ne pourrez peut-être pas donner un sens à ce que vous ressentez, soyez juste présent avec ce qui s'en vient pour vous.

La Lune décroissante

Représente la période entre la Pleine Lune et la Nouvelle Lune (environ 14 jours)

C'est le moment approprié pour terminer les choses, pour induire une structure et une organisation et vous libérez des doutes et des angoisses.

L'énergie est axée sur la libération et le lâcher-prise, le repos et la régénération pour le prochain cycle lunaire.

Recentrez-vous sur vos efforts, réglez les derniers détails.

La Lune décroissante est associée à l'élimination. Un temps indispensable au corps pour se nettoyer et se débarrasser de tout ce qui l'encombre.

En phase décroissante de la Lune, décongestionner la peau, la drainer et la purifier. Eliminer les toxines.

L'attention se porte sur la cicatrisation et sur les inflammations.

La Lune gibbeuse décroissante

Est une phase de réflexion et désintégration

Alignez vos pensées et vos actes, il est temps de vous transformer.

Régénérez-vous physiquement et émotionnellement.

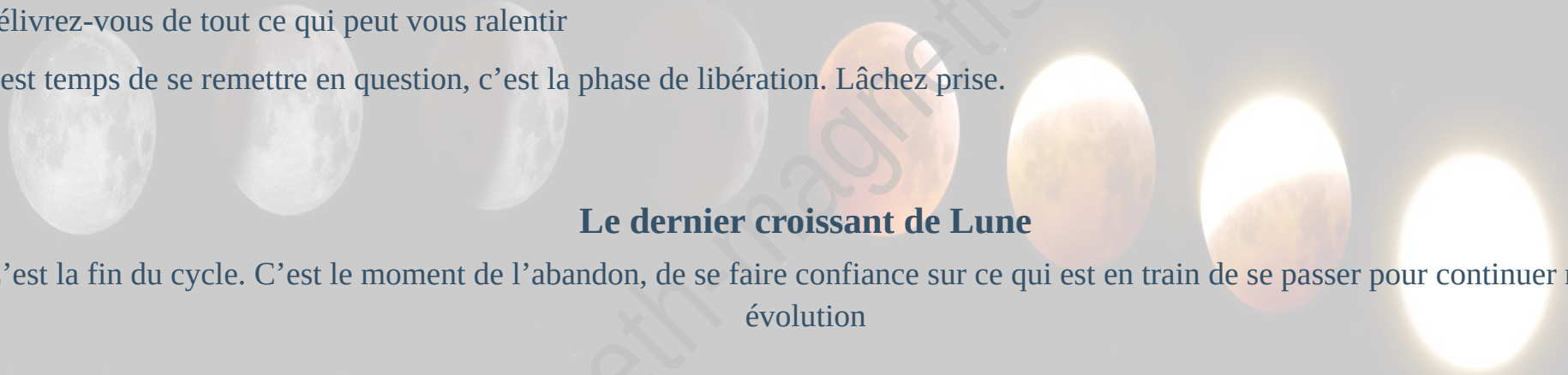
Le dernier quartier de Lune

Alors que l'énergie pendant le premier quartier de Lune est axée sur la vie personnelle et familiale, l'énergie du dernier quartier de Lune pousse les personnes à être actives dans leur carrière et dans la vie de la société

Période de réflexion et d'introspection. C'est le moment de s'interroger sur ses croyances, et peut-être de se reprogrammer. C'est aussi le moment de se débarrasser des croyances inutiles.

Délivrez-vous de tout ce qui peut vous ralentir

Il est temps de se remettre en question, c'est la phase de libération. Lâchez prise.



Le dernier croissant de Lune

C'est la fin du cycle. C'est le moment de l'abandon, de se faire confiance sur ce qui est en train de se passer pour continuer notre évolution

C'est la phase de débarras.

C'est le moment de préparer le bilan, que s'est-il passé ? Qu'avez-vous appris ? Qui êtes-vous devenu ?

Octroyez-vous du temps pour flâner, rêvez.

Les autres aspects à prendre en compte

La Lune est montante ou descendante

On confond souvent la Lune montante avec la Lune croissante, et Lune descendante avec la Lune décroissante alors qu'il s'agit de deux choses différentes.

- Le cycle montant ou descendant de la Lune correspond à sa position dans le ciel
- Le cycle croissant ou décroissant de la Lune correspond à sa surface éclairée

La Lune peut donc être montante tout en étant croissante ou décroissante.

- Pendant la phase de la Lune montante, les liquides internes montent plus facilement, ce qui amène à dire que la peau est bien irriguée.
- Et pendant la phase de la Lune descendante, les liquides internes descendent plus facilement, ce qui amène à dire que la peau est moins bien irriguée. La peau est plus sèche et plus sensible, elle est aussi plus douloureuse.

La Lune est vide de course

La période de vide de course de la Lune est la période de temps à partir du moment où la Lune établit le dernier contact avec une planète dans le signe actuel du zodiaque, et jusqu'à ce qu'elle entre dans le signe suivant. Les périodes sans course ne sont pas nécessairement mauvaises. Gardez à l'esprit : « *rien ne va se passer* », et ensuite voir si c'est ce que nous voulons ou pas.

L' éclipse de Lune

Quand la Lune disparaît soudainement dans la nuit, et nous plonge dans la plus profonde obscurité

Les nœuds lunaires

Les nœuds de la Lune forment un axe dans le zodiaque, ils permettent de découvrir la part du destin et le libre arbitre

- Avec le nœud lunaire nord, c'est l'accomplissement de soi (la réalité de notre vie) avec de nouvelles possibilités, de choix, de prise de conscience, etc. Le nœud nord nous informe sur les atouts à exploiter, à conquérir.
- Avec le nœud lunaire sud, c'est les habitudes mentales, les réflexes comportementaux, les circonstances éprouvantes – contraignantes – répétitives. Le nœud sud renseigne sur les handicaps à surmonter en soi et dans sa vie.

La Lune noire

Avec la Lune noire, nous abordons les zones les plus obscures, les plus inaccessibles de l'être, les fondements même de sa personnalité, la part d'ombre présente en chacun de nous.

C'est nos faiblesses, nos contradictions, nos fascinations, nos peurs... La Lune noire nous donne des pistes pour progresser, elle est génératrice d'une prise de conscience nécessaire, de remise en question.

La Lune dans les signes du zodiaque

Chaque signe du zodiaque correspond à une partie du corps. Quand la Lune passe dans un signe, elle stimule la partie du corps qui lui correspond.

Cette stimulation peut-être bénéfique ou néfaste.

« Ne blesse pas avec le fer une partie du corps malade (c'est-à-dire : évitez toute interventions chirurgicales) quand la Lune occupe le signe du Zodiaque qui a pouvoir sur cette partie du corps » Ptolémée

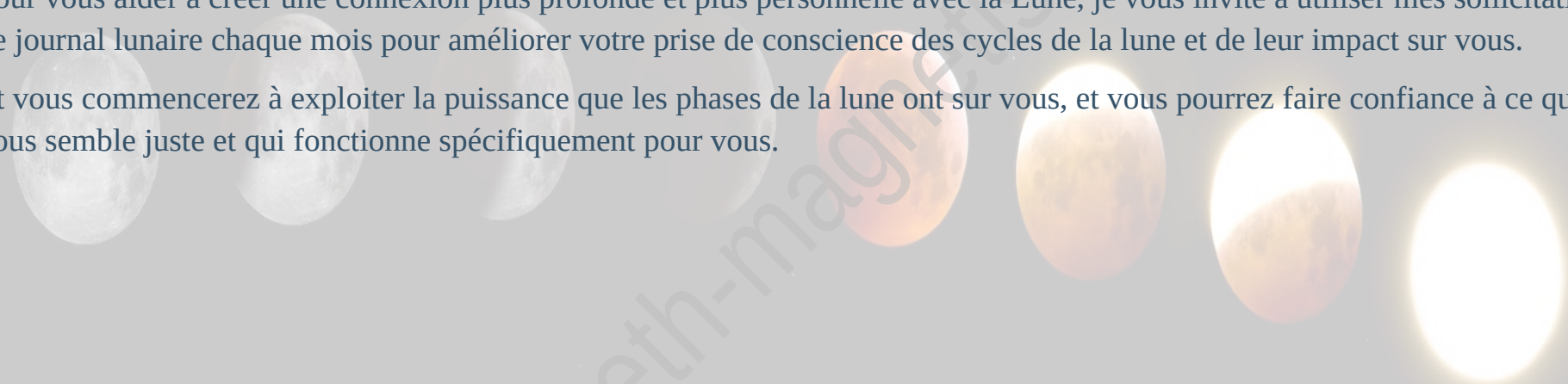
« J'aime penser que la lune est là même si je ne la regarde pas. » Albert Einstein

Comment approfondir votre connexion avec la Lune ?

Bien qu'il existe un fil conducteur dans le fonctionnement des cycles lunaires, chaque phase du cycle nous affecte de manière unique.

Pour vous aider à créer une connexion plus profonde et plus personnelle avec la Lune, je vous invite à utiliser mes sollicitations de journal lunaire chaque mois pour améliorer votre prise de conscience des cycles de la lune et de leur impact sur vous.

Et vous commencerez à exploiter la puissance que les phases de la lune ont sur vous, et vous pourrez faire confiance à ce qui vous semble juste et qui fonctionne spécifiquement pour vous.



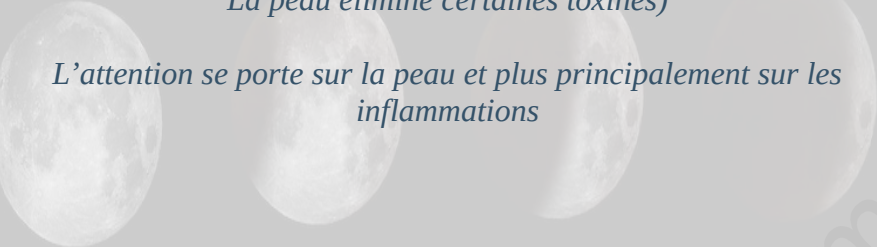
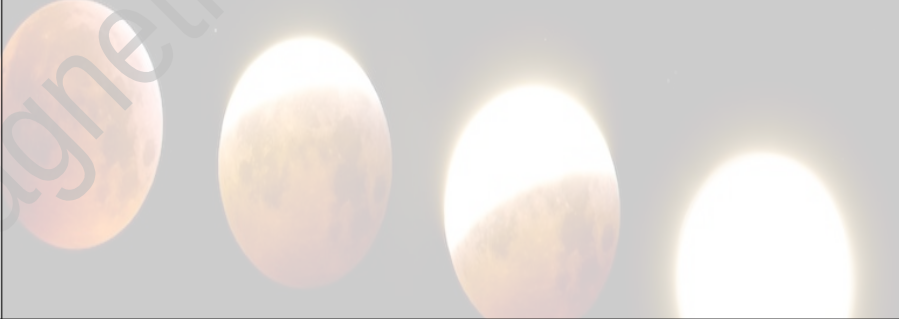
D'un point de vue "scientifique" : il semble que l'eau se comprime à la Pleine Lune et se dilate à la Nouvelle Lune.

La Pleine Lune exerce une "attraction" maximum sur la terre, l'eau est "aspirée" vers elle (tout comme avec les marées).

Journal de bord pour la Nouvelle Lune

A la Nouvelle Lune, l'eau est dilatée, sort des cellules et peut être éliminée en même temps que les toxines accumulées dedans

Détoxication ► Purifier

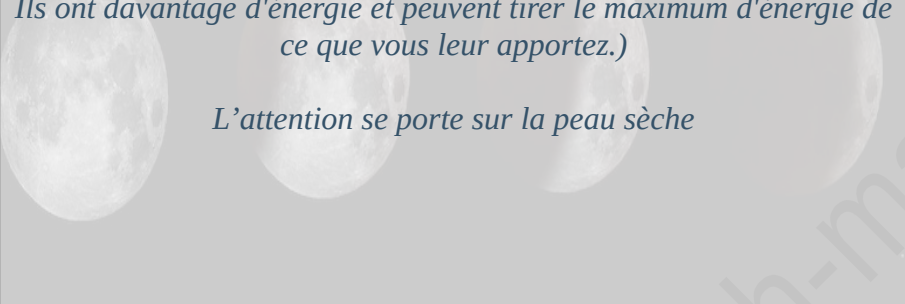
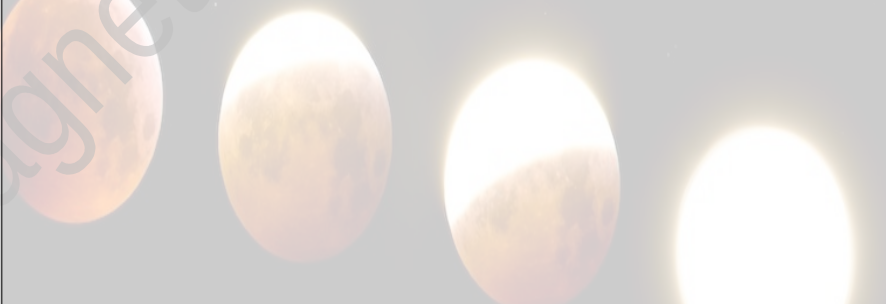
<p>Mes intentions sont : <i>(L'attention se porte sur les reins, les intestins et la peau Les reins s'occupent des déchets liquides, des trop-plein d'eau Les intestins s'occupent des déchets solides La peau élimine certaines toxines)</i></p> <p><i>L'attention se porte sur la peau et plus principalement sur les inflammations</i></p> 	<p>Mes semences de l'opportunité sont : <i>(Bien respirer aide à mieux éliminer)</i></p> 
<p>Les poumons offrent l'oxygène indispensable aux échanges chimiques pour une bonne digestion et élimination</p>	
<p>Je me sens comment ?</p>	<p>Que se passe-t-il dans mon corps, sur ma peau ?</p>

Journal de bord pour la Lune croissante

En miroir de la Lune, le corps se met au diapason de cette croissance et s'ouvre à une meilleure assimilation.

Le corps assimile mieux ce qu'il reçoit, il profite au maximum de tout ce que vous lui apporté.

Cycle d'assimilation ► nourrir

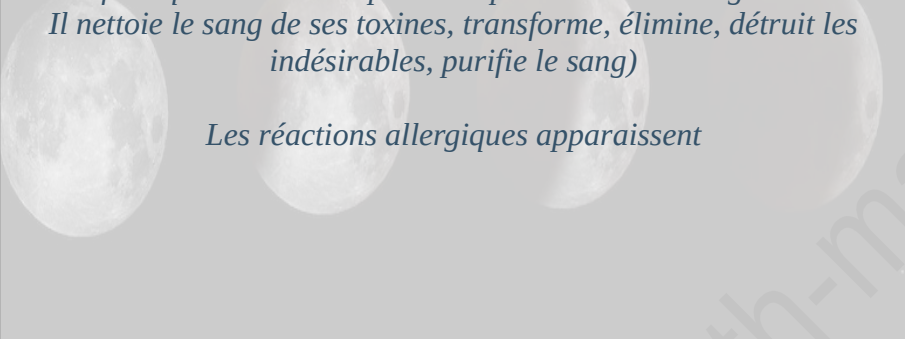
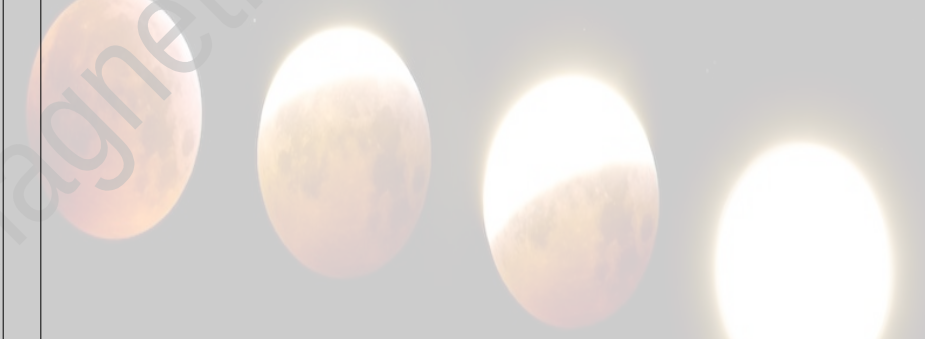
<p>Je suis actif, énergique dans : <i>(Temps indispensable au corps pour absorber et booster les organes (L'estomac, le foie, les intestins, les poumons sont pleins d'énergie) Ils transportent au mieux tous les aliments pour nourrir les cellules. Ils ont davantage d'énergie et peuvent tirer le maximum d'énergie de ce que vous leur apportez.)</i></p>  <p><i>L'attention se porte sur la peau sèche</i></p>	<p>Je me lance : <i>(C'est le moment de booster votre système immunitaire. Faire le plein de vitamines, minéraux, aliments frais et gorgés de substances "vivantes", oméga 3)</i></p> 
<p>Je me sens comment ?</p>	<p>Que se passe-t-il dans mon corps, sur ma peau ?</p>

Journal de bord pour la Pleine Lune

A la Pleine Lune, l'eau entre dans les cellules et c'est la rétention

Saignement – Blessures et plaies ont du mal à guérir

Agitation/nervosité ► calmer, tranquilliser

<p>J'ai manifesté quoi : <i>(Le foie est l'invité Il répartit les nutriments dans les cellules Il fabrique la bile indispensable pour assimiler les graisses Il nettoie le sang de ses toxines, transforme, élimine, détruit les indésirables, purifie le sang)</i></p> <p><i>Les réactions allergiques apparaissent</i></p> 	<p>Je suis reconnaissant pour :</p> 
<p>Réduire la consommation de sel (y compris les sels cachés dans les produits industrialisés)</p>	
<p>Je me sens comment ?</p>	<p>Que se passe-t-il dans mon corps, sur ma peau ?</p>

Journal de bord pour la Lune décroissante

La phase décroissante : un temps indispensable au corps pour se nettoyer et se débarrasser de tout ce qui l'encombre.

Inflammation - Cicatrisation

Cycle d'élimination ► soulager

<p>Je libère ou/et je réorganise : <i>(Le corps est prêt à faire le ménage et réduire ses fonctions digestives)</i> <i>Nettoyez vos poumons : ballades dans la forêt - gommages pour tonifier la peau (les poumons sont en relation avec la peau)</i> <i>L'attention se porte sur la cicatrisation et sur les inflammations</i></p>	<p>Je me nourris de : <i>(Les temps de repos sont nécessaires, c'est la clé du bien-être)</i></p>
<p>Observez votre rythme Cinq minutes de respiration (cohérence cardiaque) seront plus efficace qu'une heure passée devant la télévision</p>	
<p>Je me sens comment ?</p>	<p>Que se passe-t-il dans mon corps, sur ma peau ?</p>

Pourquoi suivre le rythme de la Lune ?

La Lune donne le rythme et nous offre simplement de la suivre

Alternant en douceur, au rythme de la Lune, assimilation et élimination, nous adoptons le même mouvement.

La Lune entre croissance et décroissance, nous donne **deux rendez-vous** à la Pleine Lune et et à la Nouvelle Lune. Deux occasions de nettoyer en profondeur le corps.

- Une mise au repos du système digestif a un rôle dans le nettoyage du système digestif
- Une mise au repos du foie pour lui permettre de se reposer
- Ainsi que la mise au repos des reins

C'est alors que le corps met en place : l'autolyse

Chaque cellule va alors destocker. L'autolyse s'attaque aux graisses et aux déchets accumulés, toxines, kystes, certaines excroissances...) et non aux cellules essentielles (muscles, cellules nerveuses...)

3 jours suffisent pour mettre en place ce processus de recyclage en profondeur. Un petit effort de quelques jours par mois permet de réguler son équilibre corporel (nettoie, harmonise, allège le corps pour une bonne assimilation des aliments et une bonne élimination des matières indésirables).

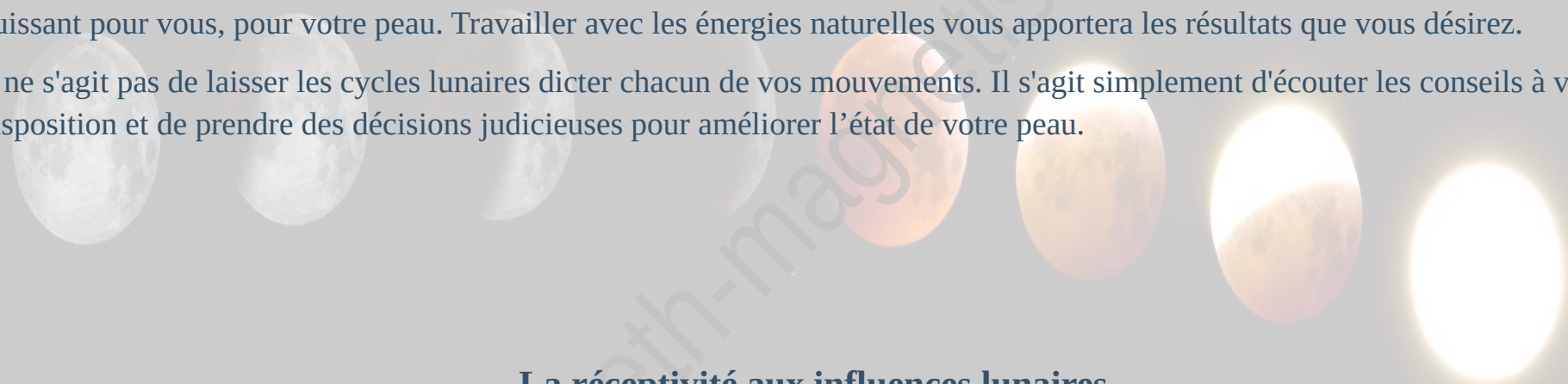
Les bénéfiques : En plus de recycler les déchets, cela permet la régénération des cellules.

Portez une attention particulière aux cycles de la lune et vivez-les à un niveau personnel

Utilisez le journal de bord des cycles de la lune de ce guide et découvrez comment chaque cycle affecte à la fois vous et votre peau.

Lorsque vous travaillez sur vous, ressentez-vous dans les cycles et laissez l'énergie de la lune vous guider vers le moment le plus puissant pour vous, pour votre peau. Travailler avec les énergies naturelles vous apportera les résultats que vous désirez.

Il ne s'agit pas de laisser les cycles lunaires dicter chacun de vos mouvements. Il s'agit simplement d'écouter les conseils à votre disposition et de prendre des décisions judicieuses pour améliorer l'état de votre peau.



La réceptivité aux influences lunaires

Est variable selon chaque personne. Mais de façon générale, le corps récupérera plus rapidement en tenant compte de tous les éléments fournis ci-dessus.

- **L'horloge biologique interne**

Les grands rythmes de la nature, celui du Soleil et de la Lune, ne sont pas les seuls rythmes ayant une influence sur nous. Notre corps entier vit d'après des biorythmes. La peau a son propre rythme biologique comme pratiquement tous les organes de notre corps.

Avec la chronobiologie, choisissez le meilleur moment de la journée pour vos soins de peau, l'emploi de vos cosmétiques et le planning de votre journée. Il est bon de savoir que la peau réagit de manière différente selon l'heure de la journée.

- ✓ **Le jour, elle se défend contre les agressions extérieures, mais c'est la nuit que se produit la régénération des cellules cutanées.**

Tenez compte de votre horloge interne pour choisir et utiliser vos produits cosmétiques et optimisez vos soins corporels !

- **Quelques conseils :**

- ✓ **Le matin vers 8h00 :** renforcez les défenses naturelles de la peau en utilisant des ingrédients hydratants qui contiennent de la vitamine C et E, comme l'avocat, le kiwi, le concombre, la banane, le citron, l'huile de sésame, l'huile de tournesol ...
- ✓ **Le midi vers 13h00 :** le corps a besoins d'une pause, utilisez des ingrédients relaxants, anti-rides, comme le blanc d'oeuf, le miel d'acacia, le thé noir, la banane, le kiwi, le citron ...
- ✓ **Vers 15h00 :** c'est le moment où la peau est la moins sensible, profitez-en pour vous épiler (en choisissant la phase lunaire décroissante et montante vous optimisez le ralentissement de la repousse des poils et l'insensibilité de la douleur)
- ✓ **Vers 16h00 :** le petit creux de forme de l'après-midi se prête bien pour l'utilisation d'ingrédients purifiants et de peelings en profondeur, comme le blanc d'oeuf, la banane, le miel de lavande, de manuka ou de thym, le citron, le kiwi (en choisissant la phase lunaire croissante et montante vous optimisez encore plus)
- ✓ **Vers 18h00-20h00 :** début de la phase repos, le bon moment pour faire un masque
- ✓ **Avant de vous coucher :** les ingrédients régénérants renforcent l'effet réparateur de la peau. Couchez-vous tôt.

La peau pendant l'année

- **Foie et vésicule biliaire – du 3 février au 16 avril – vision – colère – (état ongles)**

- ✓ Boutons au dessus de la lèvre supérieure, au milieu des sourcils et sous les yeux
- ✓ Peau grasse, points noirs, hyperpigmentation
- ✓ Irritabilité = constipation donnant des problème de peau

- **Coeur et intestin grêle – du 5 mai au 19 juillet – toucher – joie intense – (état visage)**

- ✓ Boutons sur les pommettes ou sur le nez
- ✓ Rougeur, peau irritée, peau sensible, allergies, chaleur excessive et transpiration, couperose

- **Rate et l'estomac – du 17 janvier au 3 février – du 17 avril au 4 mai – du 20 juillet au 6 août – du 20 octobre au 6 novembre – goût – réflexion – (état lèvres)**

Rate : rétention d'eau

- ✓ Boutons autour des lèvres, de la bouche, entre les sourcils, sous les yeux et sur le côté du visage sur la mâchoire.
- ✓ Impuretés, boutons, peau intoxinée, acné, pores dilatées, problème de circulation lymphatique
- ✓ Surmenage = peau sèche, acné, eczéma : humidité = est créée en grande parte par les produits laitiers

- **Poumon et gros intestin - du 7 août au 19 octobre – olfaction – tristesse et sentiment d'échec – (état peau et poils)**

La qualité de la peau dépend de l'énergie des poumons et de la qualité du sang

Le gros intestin est associé à la peau : peau sèche, acné, eczéma ...

- ✓ Bouton de part et d'autre du nez
- ✓ Problèmes de peau et baisse des défenses immunitaires
- ✓ Peau sèche, surface de peau friable, problème de circulation veineuse (sang bleu), transpiration spontanée (les pores étant ouverts)
- ✓ Chagrin (séparation, deuil) = problème d'immunité
- ✓ Détachement = problèmes de peau autres que l'acné : eczéma, psoriasis
- ✓ Indulgence = rougeurs et sensations de brûlure sur le corps
- ✓ Oedème

- **Reins et vessie (eau) – du 7 novembre au 15 janvier – audition – peur - (état os et cheveux)**

Reins : rétention d'eau

Vessie : mycose pieds, cystite

- ✓ Boutons au menton, sous les yeux et les oreilles
- ✓ Peau ridée, déshydratée
- ✓ Volonté = cheveux et ongles

Elisabeth Claerebout - Magnétiseuse de tradition familiale