

Lunha

"J'accepte ma nature profonde de Femme.
En me connectant à la puissance de Vie, je la laisse fleurir et s'épanouir."



1 à 2

Bas-ventre
Bas du dos
Poignets

**Matin
et Soir**

Le produit **Lun'ha** permet :

- de soulager les douleurs et désagréments du cycle afin de le vivre de façon harmonieuse
- d'accepter et d'intégrer mes transformations intimes
- de laisser ma nature de femme s'exprimer et s'écouler librement
- de reconnaître mon pouvoir de créativité, ma capacité à donner la Vie
- de me reconnecter à mon intériorité, à mon bassin et à ma féminité

Rythmé de quatre phases qui s'enchainent et qui nous connectent à des énergies spécifiques, le cycle féminin est un haut lieu d'apprentissage de soi ! Chacune de ces périodes, avec ses subtilités, ses ressources mais aussi ses difficultés incite à développer notre faculté d'observation, d'adaptation et notre capacité à nous relier à nos instincts les plus profonds. Elles nous relient en chaque instant au grand cycle de la Vie, de la création.

Notre corps de femme s'exprime à travers ces rythmes. La période des règles, appelée également menstruations ou *lunes* est souvent la plus marquante de notre cycle. Lors de cette phase ainsi que celle qui la précède, notre être tout entier vit une véritable transformation tant sur le plan physique que psychique et énergétique. Il est fréquent que des désagréments tels que maux de tête, fatigue, douleurs lombaires, rétention d'eau ainsi que des sautes d'humeur et une hypersensibilité rendent ce passage plus ou moins agréable. Ces "sensibilités prémenstruelles" sont parfois envahissantes et difficiles à vivre surtout si on ne donne pas du sens à ces menstruations.

Comprendre son cycle, s'autoriser à revenir à soi et vivre pleinement ces phases est essentiel pour chaque femme afin qu'elle puisse se reconnecter à sa propre essence féminine. L'observation de soi est une clé que chaque jeune fille a en elle pour entrer sereinement dans sa vie de jeune femme. Quel est le rôle de ce cycle féminin ? Comment se manifeste-t-il à travers moi ?

Cette période particulière est en réalité une purification nécessaire et bienfaisante dont le but est de se détacher de tout ce qui est inutile, de libérer le trop plein émotionnel. Chaque femme traverse alors un profond changement qui l'invite à se relier à son être profond. C'est le moment pour se reconnecter à son temple sacré intérieur, retrouver confiance en sa féminité, être à l'écoute de ses intuitions et ressentis.

Idee + : vous pouvez réaliser et tenir un "calendrier des lunes" pour suivre les phases de votre cycle. Notez vos observations, vos émotions, vos ressentis... c'est un véritable outil d'évolution !

**Lun'ha est un bouquet d'essences féminines, profondes et fleuries.
Il accompagne toutes les femmes à vivre en harmonie avec leur cycle.**

Composition :

Hydrolats : Lavande vraie, Rose de Damas, Ylang-ylang.

Huiles essentielles : Basilic tropical, Fragonia, Géranium rosat, Lavande vraie, Palmarosa, Patchouli, Petit Grain Bigaradier, Vétiver.

Produits informés : Pierre de soleil, Framboisier, Sauge bleue, Hérisson, Tortue.

L'hydrolat et l'huile essentielle de **Lavande vraie** ainsi que celle du **Petit Grain Bigaradier** apaisent les tensions, les douleurs (bas du dos, bas du ventre...). En purifiant le corps émotionnel, ils apaisent l'hypersensibilité et les sautes d'humeur et invitent à s'aimer et s'accepter tel que nous sommes dans notre féminité : lâcher le besoin de tout contrôler et laisser s'écouler librement notre nature de femme.

Il est temps de se reconnecter à notre intériorité, de s'installer dans notre cocon et de se recentrer : L'énergie du **Hérisson** favorise cette introspection salutaire. Les huiles essentielles de **Patchouli** et de **Vétiver** ainsi que la vibration de la **Tortue** reconnectent à l'énergie de la Terre-Mère permettant ainsi de descendre dans nos profondeurs intimes en toute sécurité.

Laisser les effluves de la **Rose de Damas**, du **Géranium rosat** et du **Palma rosa** vous ressourcer et vous remplir d'énergie vitale. Elles amènent doucement à comprendre le cycle de la Vie, le véritable rôle de Création et de maternité, en particulier lors des premières lunes lorsqu'elles donnent aux jeunes filles l'assurance et le soutien dont elles ont besoin pour rentrer pleinement dans leur vie de jeune femme.

La **Pierre de soleil** et le **Framboisier** apportent de la chaleur dans tout le bassin, décontractant et apaisant les spasmes. Ils invitent à rayonner, à avoir confiance en soi et exprimer pleinement cette belle énergie de vie créatrice.

Les huiles essentielles de **Fragonia** et de **Patchouli** pacifient les blessures liées à la féminité et à la sexualité. Elles débloquent le chakra sacré, siège de la sensualité afin de recréer un lien doux et apaisé avec soi-même. La vibration de la **Sauge bleue** aide à prendre conscience de nos ombres pour voir le changement nécessaire qui s'impose. Le **Basilic tropical** et l'**Ylang-ylang** aident à accepter les sentiments de rejet et d'abandon afin de réaliser nos rêves oubliés, enfouis au plus profond de nous.

Conseils d'utilisation :

Pendant les règles ou le syndrome prémenstruel : agitez le flacon et appliquez 1 à 2 gouttes sur le bas-ventre, dans le bas du dos et sur les poignets. Inspirez profondément.

Travail de fond : agitez le flacon et appliquez 1 à 2 gouttes sur le bas-ventre, sur le chakra 4 du cœur et sur les poignets. Inspirez profondément.

Vous pouvez renouveler l'application jusqu'à 6 fois par jour si nécessaire.

Précautions d'emploi :

Ne pas avaler. Réservé aux adultes et aux enfants de plus de 12 ans.

Ne pas utiliser chez la femme enceinte ni pendant l'allaitement.

Ne pas utiliser en cas de pathologies hormono-dépendantes (cancer, mastose...).

Ne pas exposer la zone concernée au soleil pendant 8 h après application.



La **gamme FEMINA** est conçue d'une façon novatrice.

L'aromathérapie informationnelle

Des huiles essentielles, des hydrolats et des produits informés.

100% naturel !

La **gamme FEMINA** est spécialement élaborée pour répondre aux besoins des Femmes pendant les différentes périodes de leur vie.

Harmonie et efficacité en profondeur au cœur de la cellule, au cœur du vivant.

Les **produits In Vita** sont sans alcool.

www.in-vita.fr

