
✦ ✦ Collection ✦ ✦

RESPIRE



Talisman anti-stress

Respire a été créé pour accompagner les périodes où le stress, les inquiétudes ou la pression prennent trop de place.

Il est une invitation à ralentir, à retrouver son souffle et à revenir au moment présent. Plus qu'un simple objet, il devient un rappel quotidien qu'il est possible de retrouver son calme, même lorsque tout semble aller trop vite.

Chaque talisman est fabriqué à la main avec une intention d'apaisement, de protection et de réconfort.

Ce que contient le talisman

♥ Shungite

Reconnue pour ses propriétés d'ancrage et de protection, la shungite symbolise la stabilité. Elle aide à retrouver un sentiment de sécurité et favorise le retour au moment présent.

🧡 Cuivre

Le cuivre représente la circulation harmonieuse de l'énergie. Il invite à relâcher les tensions accumulées et à retrouver une sensation de fluidité intérieure.

🌲 Cèdre

Le cèdre évoque la force tranquille, l'enracinement et la sécurité. Il rappelle que, même dans les tempêtes, il est possible de demeurer solide.

🌸 Rose

Les pétales de rose symbolisent la douceur, l'amour de soi et le réconfort. Ils encouragent l'ouverture du cœur et l'accueil de ses émotions avec bienveillance.

Lilas

Le lilas est associé au renouveau, à l'espoir et à la paix intérieure. Il accompagne les périodes de transition en apportant une énergie douce et apaisante.

Cacao

Le cacao représente la chaleur du cœur, le réconfort et la douceur. Il procure une sensation symbolique de cocon, invitant au calme et à la sérénité.

Ingrédient secret

Comme chacun de mes talismans, cette création contient également un ingrédient secret choisi avec soin afin d'en compléter l'intention et l'harmonie globale.

INTENTION ET RITUEL

Respire est conçu pour vous accompagner lorsque le stress, la surcharge mentale ou les émotions deviennent envahissants. Il rappelle qu'une simple respiration consciente peut permettre de retrouver son équilibre intérieur et de faire de la place au calme.

Rituel

Prenez le talisman entre vos mains.

Fermez les yeux.

Respirez profondément trois fois.

Puis répétez lentement :

« J'inspire le calme. J'expire les tensions. Je suis en sécurité.

Je reviens à moi. »

Gardez ensuite le talisman près de vous, dans votre poche, votre sac ou à l'endroit où vous ressentez le besoin de retrouver votre sérénité.

ENTRETIEN

Comme toute création symbolique, Respire peut être nettoyé énergétiquement selon vos habitudes.

Vous pouvez le déposer quelques heures sur un lit de sel (sans contact direct), le placer à la lumière de la lune, ou du soleil. Ou simplement le tenir dans vos mains en renouvelant son intention.

Important

Ce talisman est une création artisanale à vocation symbolique et de bien-être. Il ne remplace pas un avis médical, un traitement ou un suivi auprès d'un professionnel de la santé. Si vous vivez un stress important, de l'anxiété persistante ou une détresse psychologique, n'hésitez pas à consulter un professionnel qualifié.