



Élément métal

Energie et émotion

Automne énergétique du 7 août au 20 octobre

La période énergétique est la période pour préparer le « vrai » automne, qui débute le 21 septembre. La saison énergétique commence toujours plus tôt.

L'énergie de l'automne est l'énergie qui va à l'intérieur. La nature le montre à travers les feuilles colorées des arbres. Les feuilles qui se décolorent et tombent.



L' [élément Métal](#) assure la qualité de la peau, les échanges oxygène-azote, la circulation veineuse et le système lymphatique. Retirez ce qui ne vous appartient pas et créez ainsi un espace pour l'apport de nutriments.

Les poumons et le gros intestin sont les organes associés à l' [élément Métal](#). Les poumons assurent une bonne respiration. Les poumons absorbent de l'oxygène et dégagent de l'azote. La qualité de l'air que vous respirez et la capacité pulmonaire sont importantes.

Respirez-vous superficiellement ou utilisez-vous la respiration abdominale ? Le gros intestin se charge de l'élimination, littéralement du lâcher prise!

Les [Phyt'ether Metal](#) ou [Selextième Metal](#) PHYTO5 sont les produits pour vous accompagner énergétiquement. Ils créent toujours l'harmonie.



Lorsque votre [élément Métal](#) est en équilibre, vous vous prenez en compte, vous vous créez de l'espace, vous vous acceptez, vous lâchez ce dont vous n'avez plus besoin. Il est important de s'exprimer, de dire ce qui vous tracasse afin de conserver vos propres forces et de vivre de votre être unique. Ici aussi vous pouvez utiliser les [Phyt'ether Metal](#) ou [Selextième Metal](#) PHYTO5 pour garder l'équilibre.

Astuce sympa : Appliquez le [Phyt'ether Métal](#) sur les [zones](#) réflexes du visage, sur le bas des joues et le cou. Il a un effet énergétique encore plus fort si vous l'appliquez entre 3h et 7h (selon l'horloge chinoise). Faites-le pendant la chute énergétique et ressentez ce que cela vous fait. Il peut également être appliqué sur votre main plutôt que sur votre visage.