

Le printemps et la détox

Le printemps est la période idéale pour nettoyer, détoxiner son corps.

La nourriture bien sûr : plus de jus de légumes, plus de crudités, éviter les céréales et la viande, tisanes drainantes etc...

Période propice aussi au « nettoyage émotionnel » car le corps et la psyché ne font qu'un !

Les élixirs floraux sont là de précieux alliés, mais qu'est-ce qu'un élixir floral ?

« Les élixirs floraux sont de subtils extraits liquides généralement préparés à partir d'une infusion de fleurs sauvages ou cultivées, cueillies au pic de leur floraison et exposées pendant quelques heures sous les rayons du soleil dans un bol d'eau de source très pure. Cette imprégnation de fleurs dans de l'eau est ensuite mélangée à de l'alcool, diluée et dynamisée. L'élixir floral ainsi obtenu sera utilisé pour résoudre une difficulté personnelle ayant trait à notre vie émotionnelle, à nos états d'âme, à nos choix de vie et à la manière dont nous réagissons aux événements de l'existence. »

Extrait du livre de Philippe DEROIDE « Les Elixirs Floraux Européens »

Conseils d'élixir pour la détox :

Brunelle – Jasmin – Pissenlit – Pommier sauvage

Laboratoire DEVA : www.deva-lesemotions.com