

QUELQUES MOTS D'INTRODUCTION

Les aimants influencent notre bien-être – un constat reconnu par les traditions curatives populaires depuis l'Antiquité au plus tard, lorsque se répandit le port d'aimants en guise d'amulettes afin d'accroître le bien-être. C'est par ailleurs dès le Moyen Âge que furent décrites les vertus de ces derniers.



Les couleurs ont elles aussi une influence indéniable sur l'Homme, que celui-ci en soit conscient ou non. Une pièce se déclinant dans des tons orangés ou rouge brun nous procure un plus grand sentiment de chaleur qu'une autre où prédomine le bleu.



Partout dans le monde, les enfants ont une attirance pour le rouge jusqu'au moins l'âge de quatre ans. C'est plus tard seulement que nos couleurs préférées se précisent. Celles-ci peuvent bien sûr varier en fonction du contexte – il vous suffit de penser à votre pull vert de prédilection ou à votre canapé blanc favori.



Les centres énergétiques (chakras) présents sur notre corps correspondent à sept zones spécifiques où les énergies sont perçues de façon particulièrement distincte et où les impulsions provenant du monde extérieur sont à la fois absorbées et travaillées. Véritables sources d'énergie du corps, les sept chakras associent des sentiments à des régions corporelles précises. Chacun connaît les sentiments qui nous accompagnent tout au long d'une vie. On pense par exemple à l'anxiété qui raidit la nuque, à la sensation de malaise qui envahit le ventre ou aux cœillères qu'on a parfois devant les yeux.



Chakra coronal

Chakra du front

Chakra de la gorge

Chakra du cœur

Chakra du ventre

Chakra sacral

Chakra racine