



Maîtriser le pouvoir des huiles essentielles

Une formation inédite pour devenir acteur de votre santé

LES GRANDS TEMPÉRAMENTS HIPPOCRATIQUES : LE COLÉRIQUE

Depuis le début de cette série de vidéos d'approfondissement en olfactothérapie, vous avez certainement identifié les dynamiques énergétiques et psychiques, reflétées par le modèle des chakras, avec lesquelles vous êtes plus ou moins à l'aise. Vous avez déjà découvert un travail d'harmonisation générale, sans pour autant faire un bilan personnel de votre dynamique psychique. Le propos aujourd'hui est d'aller plus loin dans votre découverte de ce travail aussi passionnant que subtil.

IDENTIFIER LES MODÈLES HIPPOCRATIQUES

Les quatre grands modèles hippocratiques

Nous vous invitons aujourd'hui à découvrir le lien entre le modèle des chakras et le modèle des tempéraments hippocratiques, qui sont au nombre de 4 :

- Le tempérament colérique ou bilieux.
- Le tempérament sanguin.
- Le tempérament nerveux ou mélancolique.
- Le tempérament flegmatique ou lymphatique.

Objectif de la pratique

Le fait d'identifier une dynamique (excès et manques) nous permet d'utiliser nos forces pour nourrir les plans de notre psyché qui sont en carence. Sachez que ces « carences » sont autant de stratégies mises en place pour nous assurer un comportement fonctionnel.



Il n'y a donc aucun jugement associé à cette idée de carence : ce sont seulement des pans de notre psychisme que l'on peut choisir de développer, et ce, avec l'accompagnement merveilleux des huiles essentielles.

L'idée est de s'appuyer sur les zones énergétiques hyperactives pour ensuite « aspirer » l'énergie vers les chakras en hypo-fonction. Dans la vidéo précédente, nous avons vu une première approche, qui consiste à faire un simple rééquilibrage général : l'ensemble des chakras est nourri sans pour autant faire un appel spécifique dans une direction ou une autre.

De nombreuses questions spécifiques peuvent évidemment se poser quant à l'utilisation de cet outil aromathérapeutique très novateur. Mais pour l'instant, nous vous proposons de **découvrir les 4 dynamiques psychiques majeures qui découlent d'un déséquilibre entre les 7 chakras.** Comme promis, un lien sera systématiquement fait avec les tempéraments hippocratiques correspondants.

Chacune des différentes vidéos abordera donc une problématique (ou une tendance spécifique) ainsi que le mélange d'huiles essentielles appropriées pour solliciter un meilleur fonctionnement de l'ensemble.

■ LE TEMPÉRAMENT COLÉRIQUE OU BILIEUX

Caractéristiques générales

Le colérique a une dynamique énergétique où la **sensation domine**.

Cette dynamique peut se caractériser par une **personne épidermique, réactive, une certaine « violence » ou puissance.**

En termes hippocratiques, on peut associer cette dynamique à celle du tempérament colérique.

Caractéristiques physiques

Les colériques sont des personnes au **tonus musculaire extraordinaire**, dont la **bonne santé tient de leur force ostéoarticulaire.**

Caractéristiques psychiques

Le colérique est quelqu'un au **tempérament décidé**, qui **n'a pas froid aux yeux** et peut faire beaucoup d'efforts **pour atteindre un objectif concret**. C'est un décideur.

C'est une personne est en prise avec le monde matériel et viscéral, et qui **aborde les épreuves et les conflits en termes de rapports de force**.

Globalement, il s'agit d'une **personne active, dynamique qui apprécie beaucoup le sport, la réussite dans le monde matériel, la performance**.

C'est vraiment un tempérament dont **la reconnaissance passe par la réalisation**.

Tendance énergétique

L'énergie est concentrée dans les plans psychiques ayant une résonance lourde, matérielle, dense. Très vite, quand il y a **déséquilibre par rapport au reste**, la personne est dans un engrenage dans la matière, dans des **schémas de reconnaissance au sein du monde réel**. On agit dans ce monde, et on accomplit des choses et des réalisations dans ce monde. On est reconnu pour ces accomplissements concrets. Quand cette reconnaissance n'existe plus, il y a très souvent une problématique chez la personne, qui ne sait pas forcément comment faire pour accéder à une vision plus subtile ou plus générale de la situation.

Tout ceci se manifeste par une dimension viscérale et instinctive des 5 sens. Ce sont des **êtres relativement contents de ne pas se remettre en question, ni de se référer à autrui pour se faire une idée**. Ils ne s'interrogent pas forcément sur le pourquoi de leur besoin de réussite. Ils ont tendance à agir seuls et ont confiance en eux. La routine incarne donc quelque chose d'important et de sécurisant. Globalement, ce sont des **êtres sur lesquels on peut compter, puisqu'ils sont efficaces : ils ne se posent pas de questions mais avancent**.

Évolution personnelle et traitement énergétique

En termes d'évolution personnelle, une approche intéressante serait de **libérer toute congestion énergétique du bas** en faisant une traction vers les dimensions d'accomplissement plus subtiles, plus immatérielles, non manifestes dans le réel. L'objectif est de **nourrir l'intuition et de faire prendre à l'énergie la direction qu'elle devrait avoir, c'est-à-dire vers le haut**.

En cas de congestion de l'énergie dans les chakras du bas, il est fondamental de travailler avec **une huile essentielle qui rassure la personne dans son ancrage dans les premiers chakras.**

Dans ce registre, **le ravintsare** est extraordinaire pour son efficacité antivirale et antibactérienne. On est vraiment dans une **dimension d'action dans la matière réelle, dans le physique, voire même dans le rapport de force.** Ainsi, c'est une **très belle huile pour ancrer la personne dans le chakra du bas.** Il n'est pas nécessaire d'avoir recours à l'huile essentielle de cyprès, qui porte une dynamique d'enracinement extrêmement profond. Là, l'ancrage de la personne est déjà fait ; le ravintsare ne sert qu'à le lui rappeler, d'autant qu'il est généralement très apprécié par ces personnes sur le plan olfactif.

Ensuite, il existe une merveilleuse huile essentielle qui permet un **ancrage physique et émotionnel (chakra du cœur).** On touche à la **dimension cardiorespiratoire** tout en permettant un relâchement, une ouverture et une dilatation au niveau du cœur et des poumons. On est toujours dans cette dimension viscérale, mais cette fois avec une **invitation à lâcher, à ouvrir et à aspirer l'énergie vers le haut.** Dans ce registre, l'huile essentielle de **khella** est un **excellent bronchodilatateur** et reste dans une **dimension très physiologique**, ce qui convient parfaitement en cas de blocage dans les chakras du bas.

Enfin, pour **rééquilibrer un tempérament colérique ou bilieux**, on peut travailler avec **l'huile essentielle de verveine citronnée** qui donne la majorité de son information psychique énergétique vers le chakra couronne, c'est-à-dire vers l'éveil de la conscience au niveau du subtil.

Synergie pour travailler sur un tempérament colérique :

- * 7 gouttes HE Ravintsare
- * 7 gouttes HE Khella
- * 7 gouttes HE Verveine citronnée