

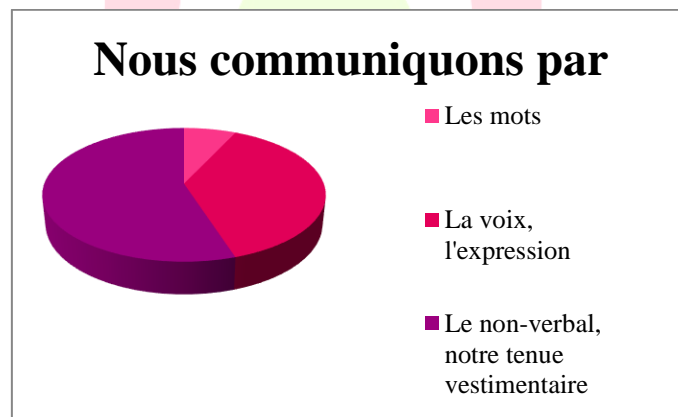
## AUGMENTEZ VOTRE POUVOIR DE SÉDUCTION POUR MIEUX RÉUSSIR VOTRE VIE AMOUREUSE

« Les sens sont les portes qui s'ouvrent sur notre propre essence ».

Karlfried Graf Durckheim

Dans cette 4<sup>ème</sup> porte, vous allez découvrir la communication visuelle

Albert Mehrabian, professeur de psychologie, a mis en évidence l'importance du langage non verbal dans une communication. **55% de l'impression globale** que nous dégageons est générée par notre apparence, nos vêtements, notre gestuelle, nos postures...



### 4<sup>ÈME</sup> PORTE : ANNONCEZ LA COULEUR, LES COULEURS AU NIVEAU ÉNERGÉTIQUE, SPIRITUEL ET PHYSIQUE :

Vous allez découvrir, la communication visuelle par

- ♥ Les couleurs des vêtements
- ♥ La symbolique des imprimés des vêtements

#### LA COMMUNICATION VISUELLE

*VOUS ÊTES VUE AVANT D'ÊTRE ENTENDUE, ET VOUS ÊTES REGARDÉE AVANT D'ÊTRE ÉCOUTÉE*

C'est dans les 10 premières secondes que votre interlocuteur se fait une opinion de « qui vous êtes ». Cette image qu'il lui apparaît ne sera plus jamais changée. Elle doit être en accord avec qui vous êtes réellement pour que l



Lorsqu'une personne vous regarde, sa vue se projette d'abord sur le haut de votre corps sur

- vos yeux puis sur
- votre visage, ensuite sur
- votre buste



Vos 5 sens sont vos principaux outils de communication non verbale. Vous n'avez qu'une seule chance de faire bonne impression en révélant qui vous êtes réellement

*Il n'y a pas de beauté qui rayonne sans harmonie du corps et de l'esprit*

La communication visuelle se fait également par les vêtements que vous portez, leurs couleurs et leurs motifs. **80 % des stimuli que vous percevez sont visuels.** Les couleurs de vos vêtements, les imprimés des matières que vous portez agissent sur votre subconscient.

Au cours de la 6<sup>ème</sup> porte, vous découvrirez la communication avec vos autres sens.

Les contrastes entre les teintes claires et foncées, et les différentes textures opèrent suivant les fonctions du pôle féminin et du pôle masculin.

Votre silhouette, la morphologie de votre visage, vos gestes, votre regard, votre maquillage, la symbolique des accessoires que vous portez interfèrent aussi dans votre **communication visuelle**.



## LES COULEURS

Nous vivons au milieu des couleurs, tout est couleur : la nature, les paysages, notre intérieur, notre jardin, nos vêtements et même notre propre peau. La couleur est énergie, c'est un langage qui influence votre quotidien.



- ♥ La couleur est visuelle, elle agit sur le plan physique.
- ♥ La couleur exerce une profonde influence sur votre humeur et votre comportement, elle agit sur le plan émotionnel.
- ♥ Elle n'a pas qu'un effet visuel, elle n'a pas qu'un effet de ressenti, elle a un aspect vibratoire, elle agit sur le plan spirituel. Les couleurs sont des **ondes vibratoires** qui agissent au niveau de l'âme.

Nous allons analyser l'influence des couleurs sur les 3 plans : physique, émotionnel et énergétique.

Chaque matin, vous ne choisissez vos vêtements par hasard ou par facilité. Leurs couleurs sont en lien direct votre humeur.



Les couleurs sont essentielles pour votre équilibre. Elles ont un **langage** et font passer un message à travers vos vêtements et vos accessoires. Vous communiquez à travers leur valeur, leur intensité, foncée ou claire et leur éclat mat ou lumineux.

Nous avons chacun des affinités avec certaines couleurs, nous aimons le bleu pas trop foncé mais surtout pas le vert, et encore moins le rouge.

Nous utilisons les couleurs en fonction de

- **notre personnalité,**
- de nos goûts
- de notre intuition
- de la situation économique

La couleur traduit notre réalité et la façon dont nous réagissons.



**Les années « 60 »**, marquées par une forte croissance, voit le triomphe des couleurs vives et acidulées : les motifs, les fleurs, les pois, les rayures, et les formes géométriques comme les losanges, les damiers... sur les vêtements.

La libération de la femme, mai 68 et le mouvement hippie ont influencé la mode **des années 70** en introduisant la tendance au psychédélique, les formes déstructurées et les couleurs vives comme le jaune, l'orange et le rouge et des couleurs flashy comme le rose, le bleu électrique et le vert pomme s'imposent.



Avec la crise pétrolière, le noir s'impose comme couleur **des années 80**. Il continue sa progression avec la mode des années 90 influencée par les événements de l'époque, le chômage qui augmente considérablement et le sida qui se propage.

## L'INFLUENCE DES COULEURS SUR VOS ÉTATS ÉMOTIONNELS

L'utilisation quotidienne des couleurs dans votre habillement, la coloration de vos cheveux, la couleur de votre maquillage, de vos bijoux influent sur votre **épanouissement**.

Je vous propose d'utiliser les couleurs de vos vêtements et accessoires comme thérapie sur le plan physique et émotionnel et ensuite de découvrir la thérapie des couleurs pour la guérison des blessures de l'âme.

## LES COULEURS AU NIVEAU PHYSIQUE : LA COLORIMÉTRIE

Johannes Itten, professeur à l'école Suisse du Bauhaus et auteur du livre « **Art de la couleur** », s'est aperçu qu'il y avait une relation étroite entre la typologie des étudiants, leur personnalité et leur rendu artistique. Itten, affirme qu'il existe un lien entre la préférence de la couleur, l'apparence et la personnalité.

En 1942, Suzanne Kaygill, une couturière et modiste de Californie, analyse les analogies entre les types de peau, la couleur des cheveux, la pigmentation des yeux et les couleurs de la nature. Elle développe alors la théorie des **quatre saisons**, une méthode pour découvrir les couleurs qui mettent en valeur la personne.



La colorimétrie d'un individu est déterminée par l'analyse de son teint, de la couleur naturelle des cheveux ainsi que de la couleur de ses yeux.

**Ce concept permet de déterminer dans quelle typologie vous vous situez: typologie froide ou chaude.** Chacune de ces typologies se décline en deux saisons

Si vous êtes de typologie chaude, vous êtes

- ♥ soit printemps,
- ♥ soit automne

Si vous êtes de typologie froide,

- ♥ vous êtes été
- ♥ vous êtes hiver.

**Les couleurs froides sont celles qui contiennent principalement le pigment bleu**, quant aux couleurs chaudes, elles contiennent principalement le pigment jaune. Une couleur peut ainsi être déclinée d'une manière chaude ou froide. Un bleu roi est un bleu froid alors qu'un bleu pétrole est un bleu chaud. La famille de couleurs qui vous valorise vous donne une grande liberté de choix car presque toutes les couleurs vous sont accessibles car seul le ton compte (chaud ou froid).

Pour découvrir les couleurs qui vous conviennent sur le plan physique, les professionnels utilisent le test des drapés de couleurs froides et de couleurs chaudes, qui permet de déterminer votre saison. Cette technique révèle l'harmonie possible entre la couleur de votre teint et les couleurs portées par vos vêtements. Ce test s'utilise pour les couleurs portées près du visage.

Déterminer votre colorimétrie permet de découvrir les couleurs qui vous mettent en valeur du point de vue physique c'est -à-dire des effets visibles comme un teint plus radieux et un effet « **bonne mine** ». Lorsque la concordance n'est pas correcte, l'effet inverse se produit également, un effet désavantageux apparaît comme un air malade, verdâtre, des cernes plus prononcés....

**Nous irons dans cet atelier, au-delà de la correction uniquement superficielle.**

Voici un test, basé sur l'étude de Johannes Itten pour vous permettre de déterminer sans l'aide du drapage, dans quelle catégorie vous vous retrouvez.

Placez-vous sans maquillage face à un miroir à la lumière du jour et sans éclairage artificiel.

- ♥ Observez vos yeux, de quelle couleur sont-ils ? N'oubliez pas que chaque couleur peut être déclinée en tons chauds ou froids.
- ♥ Pour vos cheveux, pour beaucoup de femmes, il faudra faire appel à votre mémoire.
- ♥ Observez à présent votre teint, et plus précisément les veines de vos avant-bras, si les veines sont de couleur verte, vous êtes de typologie chaude, par contre si elles sont bleues, vous êtes de typologie froide.

**Cochez les cases qui vous correspondent et découvrez dans quelle est votre saison vous êtes le plus représentée**

	Typologie chaude		Typologie froide	
	Printemps	Automne	Été	Hiver
Couleur des veines des avant-bras	Verte		Bleue	
YEUX	Clairs avec pépites de jaune, vert gris ou bleu gris	Vert bleu à brun foncé avec pépites de jaune ou d'orange	Gris ou bleu froid	Foncés teintées de nuances de gris, bleu, chocolat ou vert
CHEVEUX	Blond doré	Brun doré à chocolat	Blond clair à blond moyen cendré	Foncé avec un reflet bleu-gris
	Blond miel		Blanc crème	Gris argenté
	Blond vénitien		Châtain clair cendré	Blanc
	Châtain clair doré			
Teint	Jaunâtre à dorée	Jaune chaud	Rosé	Rose
	Beige	Doré	Rose bleuté	Rose bleuté

	Typologie chaude		Typologie froide	
	Printemps	Automne	Été	Hiver
			Très pâle	Porcelaine
				Bronzé
Bronzage	Rougit au soleil	Très facilement	Ne bronze pas	Facile
Total				

#### **Vous êtes une femme printemps,**

- ♥ Les couleurs qui vous mettent en valeur sont toutes les couleurs chaudes et vives.
- ♥ Les couleurs à abandonner sont principalement le bordeaux, le marine, le violet, le blanc pur et le noir.

#### **Vous êtes une femme automne,**

- ♥ Ne portez que des couleurs chaudes et profondes comme les couleurs des feuilles en automne. L'orange vous convient à merveille.
- ♥ Les couleurs à abandonner sont principalement le marine, le gris, le rose et le noir.

#### **Vous êtes une femme été,**

- ♥ Les couleurs qui vous mettent en valeur sont toutes les couleurs douces et pastel, déclinées dans des tons froids.
- ♥ Les couleurs à abandonner sont principalement le blanc pur, l'orange, le bronze et le noir.

#### **Vous êtes une femme hiver**

- ♥ Les couleurs froides et vives vous flattent. Vous pouvez utiliser le blanc et le noir
- ♥ Les couleurs à abandonner sont principalement le jaune d'or, l'orange, le pêche, le doré et le rouille.



## LA PSYCHOLOGIE DES COULEURS

---

### LE ROUGE



**Au niveau physique**, le rouge excite le cœur et améliore la circulation sanguine tout en fortifiant le corps et augmentant les globules rouges du sang. Il augmente la tension musculaire et le débit de la respiration. Le rouge est la couleur qui a le plus d'impact sur nos fonctions physiologiques.

**Au niveau émotionnel**, le rouge est la couleur de l'amour, il donne de la force, de la passion, de l'assurance et renforce la confiance en soi, c'est l'antidote du timide. Il stimule le mental, il réveille l'énergie vitale, le désir et la volonté de conquête.

Les personnes qui portent du rouge sont productives, courageuses et extraverties. Elles ont les qualités qui en font de bons leaders. Ceux qui portent du rouge en excès, ont tendance à être ambitieux, impulsifs, excitables et énergiques.

Il convient aux gens frileux, aux sportifs, aux personnes déprimées, aux anémiques. Il est conseillé de porter des touches de rouge pour passer ses examens ou lors d'un entretien d'embauche.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du rouge sont ceux qui nécessitent le mouvement et une implication physique : le sport, la vente, la politique...

### L'ORANGE

**Au niveau physique**, l'orange combine les propriétés stimulantes du rouge et du jaune. L'orange est une couleur tonique, chaude, stimulante, expansive et positive.

L'orange est la couleur du rayonnement, de la lumière, de la chaleur. Il éveille les plaisirs, les découvertes et les sensations. Il induit le mouvement, et facilite l'assimilation de la nourriture, la digestion et stimule l'appétit.



Il est conseillé de porter de l'orange en cas de fatigue, pour se donner de l'énergie, de la force et du courage, pour stimuler l'activité physique, pour retrouver le sourire et la joie de vivre, pour aiguiser l'appétit et la passion, pour devenir plus optimiste.

**Au niveau émotionnel**, il libère les émotions et favorise l'estime de soi. Il donne de l'énergie, augmente la confiance en soi, il tonifie mais de façon plus pondérée que le rouge. En excès, il provoque le changement, il est déconseillé aux instables, aux agités et aux impatientes.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter de l'orange sont les métiers qui demandent de la créativité comme les artistes, les publicitaires, les designers, les entrepreneurs de construction, ...

## LE JAUNE

**Au niveau physique**, le jaune est une couleur chaude, légère, lumineuse, communicative et stimulante. On dit qu'il peut soulager les maux de tête, les migraines et les céphalées. Il augmente la tension artérielle et l'activité du foie.



**Au niveau émotionnel**, le jaune est la couleur de la joie, du soleil, de la convivialité. Il facilite les contacts et la communication. Il rend joyeux, ouvre au dialogue, aide les gens à adopter une attitude optimiste. Il augmente la capacité de concentration lors de la préparation aux examens, il redonne courage et confiance.

Il encourage à se tourner vers le monde social, si vous souffrez d'isolement, portez du jaune. Il est déconseillé aux personnes bavardes qui parlent pour ne rien dire.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du jaune sont les métiers dans lesquels il faut communiquer : animateur de radio ou de télévision, conférencier, vendeur, voyageur de commerce, agent immobilier ou d'assurances...

## LE ROSE



Le rose est la couleur de la féminité, de la douceur, du bonheur et de la tranquillité. La couleur du chakra du cœur est le rose ou le vert.

**Au niveau physique**, sa position au centre du spectre des couleurs fait qu'il n'est ni chaud, ni froid.

**Au niveau émotionnel**, il fait oublier les rancœurs et facilite l'expression des sentiments. Le rose amène la tendresse, le rêve, la compassion. Si vous manquez d'amour, si voulez dégager une allure romantique, douce et féminine, portez du rose.

Un excès de rose peut provoquer un sentiment d'infantilisation, trop d'auto compassion et donner un côté « bonne poire ». Il peut également renvoyer l'image d'une personne hésitante.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du rose sont les métiers qui concernent la beauté ou qui exigent de la douceur comme l'esthétique, les soins du corps, du visage et de la peau. Les métiers qui demandent d'être à l'écoute ou d'avoir du dévouement : psychologue, travailleur humanitaire, médecin. Les métiers qui demandent de la tendresse, de la compassion : infirmier, puéricultrice, institutrice maternelle...

## LE VERT

Le vert évoque la nature, la jeunesse, la fraîcheur.



**Au niveau physique**, le vert est doté d'une énergie équilibrante. Il a un effet relaxant et adoucissant, il procure force et énergie et améliore la concentration.

Il est le symbole de la santé, de la croissance et de la vitalité. Lorsqu'il est trop foncé, le vert devient terne et connecte plutôt à la mélancolie. Il est conseillé de porter du vert lorsqu'on souffre d'insomnie, d'hypertension, de tensions nerveuses. Il est conseillé lorsque l'on souffre d'inflammation.

**Au niveau émotionnel**, Le vert est la couleur de l'espoir. Il apaise quand on est à fleur de peau, il fait cesser les états d'irritabilité, de colère ou d'agressivité. Il facilite la lucidité et le contact. Il renforce le sentiment de sa propre valeur.

Les personnes qui portent des vêtements verts sont des personnes prudentes, qui observent avant d'agir. Elles aiment rendre service, elles sont sensibles et remarquent des détails qui échappent souvent aux autres.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du vert sont ceux qui demandent d'avoir des idées nouvelles comme les graphiste, designer, dessinateur, créateur, inventeur, chirurgien, thérapeute et ceux liés à la nature : vétérinaire, maraîcher, jardinier,...

## LE BLEU



Le bleu est la couleur des grands espaces, de la mer et du ciel.

**Au niveau physique**, le bleu est une couleur froide.

Le bleu est, depuis fort longtemps, la couleur préférée de la majorité des occidentaux. Il ne convient pas aux frileux et aux dépressifs. Il diminue la tension artérielle, il soulage les douleurs liées aux hémorroïdes ou aux menstruations. C'est une couleur favorable en cas de troubles de la ménopause. Il favorise la détente physique et mentale.

**Au niveau émotionnel**, le bleu facilite la réflexion, il aide à prendre des décisions. Le bleu adoucit, relaxe, apaise. Il calme, il tempore et réduit le dialogue. Le bleu peut donner aussi un sentiment de froideur et mettre de la distance. Il convient aux personnes nerveuses et à celles qui se mettent facilement en colère.

Les personnes qui portent des vêtements bleus sont plus influençables.

- ♥ Les gens qui portent souvent des vêtements bleus pâles sont créatifs, sensibles et ont de l'imagination.

- ♥ Ceux qui aiment particulièrement porter du bleu foncé ont la réputation d'être des personnes intelligentes et indépendantes, dotées d'un grand sens des responsabilités.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du bleu sont les métiers qui exigent du recul et du calme comme les enseignants de yoga, les travailleurs sociaux, les archéologues. La couleur bleue est aussi recommandée dans les métiers qui exigent de la minutie et du perfectionnisme comme les opticiens, les horlogers, les bijoutiers...

## LE VIOLET

**Au niveau physique**, on attribue au violet des propriétés antiseptiques. Il facilite le repos. Il ne convient pas aux dépressifs, aux nostalgiques et aux mélancoliques. Comme le bleu, à trop forte dose, il entraîne un état neurasthénique.



**Au niveau émotionnel**, le violet est associé à la spiritualité, à l'imagination et à l'intuition. Il apporte la sagesse et le calme. Le violet contribue à l'équilibre de l'esprit, si vous êtes tendu et inquiet, adoptez le violet.

En excès, il peut introduire de la confusion et donner un caractère mystérieux, marginal.

Les personnes qui aiment les vêtements violets sont décrites comme des personnes sensibles, intuitives et charitables. En excès, pour les plus fragiles, il est conseillé de porter du magenta, une couleur qui contient plus de rouge et qui améliore la confiance en soi.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du violet sont les métiers relatifs à la théologie, les animateurs d'ateliers de croissance personnelle, les métiers où l'on doit donner une image d'une personne un peu énigmatique.

## LE BLANC



Symbole de pureté et de deuil en orient, le blanc est la couleur du chakra coronal.

**Au niveau physique**, le blanc symbolise la propreté. Un excès de blanc peut donner une image de trop propre et trop soigné et provoquer des refroidissements. Celui qui le porte peut avoir une sensation désagréable en pensant qu'il n'a ni personnalité, ni sentiment.

**Au niveau émotionnel**, il apaise les prises de têtes. Il aide à se sentir plus libre. Il permet d'être plus réceptifs aux autres. Il purifie l'esprit et favorise l'oubli momentané des angoisses et des soucis.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du blanc sont ceux qui demandent de la neutralité et du détachement: chercheur, médecin, médiateur, infirmière...

## LE BRUN, LE MARRON, LE BEIGE

Le brun est la couleur de la terre, des feuilles d'automne. Il exprime le respect des traditions, de la simplicité.



**Au niveau physique**, il est à porter pour renforcer un sentiment de sécurité et de confiance, idéal aussi pour les activités qui demandent de l'assurance. Porter du brun donne une aptitude à travailler manuellement, de la résistance.

**Au niveau émotionnel**, il est conseillé dans des situations où il faut rester calme, il incite à la détente. Il est lié à un sentiment de durée, de stabilité.

Un excès de brun provoque une certaine lourdeur, un sentiment de stagnation, d'enlèvement, une anxiété qui fait sombrer dans la déprime.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du brun sont les métiers relatifs aux travaux de la terre, de la mécanique automobile, les travaux de voirie.

## LE NOIR



Il est associé au deuil en occident, il peut être relié à la notion de luxe. Le noir confère un caractère formel, sophistiqué et mystérieux.

**Au niveau physique**, le noir possède des caractéristiques paradoxales, il procure un sentiment de protection, de réconfort, de même qu'une sensation de mystère. Le noir donne une image d'autorité ou d'austérité. Un excès de noir peut provoquer de fortes baisses de carence ou d'énergie, renvoyer une image de fermeture à la communication, de distance, une sensation d'étouffement.

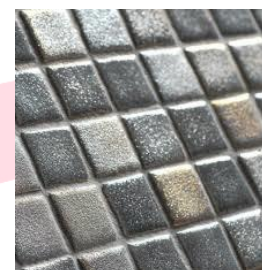
**Au niveau émotionnel**, le noir est de nature Yin, c'est un absorbeur d'énergie, si vous avez subi une forte émotion, un choc, une tristesse, évitez de porter du noir.

Les personnes qui portent des vêtements noirs veulent donner une image de contrôle d'elle-même et communiquer une image autoritaire. Cela suggère également une personne disciplinée, possédant une grande volonté et ayant des idées bien arrêtées. Ceux qui choisissent de porter très fréquemment du noir ont une personnalité quelque peu contestataire. Il n'est pas recommandé de porter continuellement du noir car il peut faire ressortir de l'agressivité et des envies de pouvoir. De plus, son côté hyper Yin fait qu'il absorbe beaucoup d'énergie nocive.

**Les métiers** dans lesquels il est conseillé de porter du noir sont les représentants des services chargés du maintien de l'ordre public : les policiers, les huissiers, les gardiens de prison, les gardes du corps...

## LE GRIS

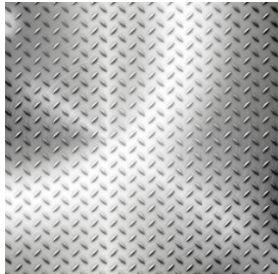
Le gris est une couleur achromatique, il résulte du mélange en quantité égale de noir et de blanc.



Cette couleur dénote un manque d'entrain et de l'indécision. Un excès de gris peut donner une apparence froide et distante, ériger une barrière symbolique entre les autres et soi.

Il n'y a pas de métiers où il est conseillé de porter du gris, du moins en totalité, des touches de gris peuvent être utilisées pour atténuer l'effet d'une couleur.

## L'ARGENT



Cette couleur est signe de modernité. À utiliser avec parcimonie.

## L'OR

L'or est associé à la noblesse et à l'exclusivité. Si vous en abusez, l'or aura un effet clinquant, « bling-bling ».



## LES COULEURS QUI VOUS ÉPANOUISSENT



Reprenez le test qui a déterminé votre Dosha ou [cliquez ici](#)

### Si votre tempérament est du type Vata,

- ♥ Les couleurs à adopter sont les couleurs vives et terreuses comme le beige, le marron, le brun, le jaune, le rouge, l'orange, le vert...
- ♥ Les couleurs à abandonner sont le violet, le blanc, l'argenté, le parme, le bleu clair, le mauve
- ♥ Pour les jupes et les pantalons, préférez les couleurs comme le noir, le brun, le marron, le gris foncé, le bleu marine, l'orange brique. Les tissus, imitation ou la véritable peau de bêtes, le zèbre, la peau de vaches... le cuir, sont conseillés pour les jupes et les pantalons. Choisissez des matières souples, moelleuses...



- ♥ Pour les blouses, les t-shirts, les chemisiers, préférez les coloris vert amande, jaune maïs, rose sable, terra cota clair, miel, beige chameau, orange pastel, lamelle de champignons, rose indien, rouge, lie de vin, prune, saumon rosé, rose, chameau, caramel

### Si votre tempérament est du type Pitta,

- ♥ Les couleurs à adopter sont les coloris pastels, les couleurs apaisantes et terreuses comme le bleu clair, le violet, le beige, le brun, le marron, le blanc, le bleu, le vert tendre...
- ♥ Les couleurs à abandonner sont les couleurs vives ou sombres comme le noir, l'orange, le rouge, le jaune...
- ♥ Pour les jupes et les pantalons, préférez les couleurs comme le noir, brun, le marron, le gris foncé, le beige clair, l'orange brique, le bordeaux, le grenat foncé, le pourpre.
- ♥ Pour les blouses, les t-shirts, les chemisiers, préférez les coloris jaune paille, champagne, pêche, vert d'eau, bleu vert, crème, lavande, lilas, bleu clair, violet.

### Si votre tempérament est du type Kapha,

- ♥ Les couleurs à adopter sont les couleurs chaudes, stimulantes, vives et claires comme le violet, le rose pastel, le rouge, le jaune, l'orange, le rose fuchsia, le blanc
- ♥ Les couleurs à abandonner sont les couleurs terreuses comme le marron, le beige, le brun...

Pour les jupes et les pantalons, préférez les coloris pastel, bordeaux, rouille, grenat, rose indien

Pour les blouses, les t-shirts, les chemisiers, préférez les coloris pastels, crème, orange, rouge, vert tilleul, orange pastel.

### Quelques conseils supplémentaires :

**LES COULEURS ONT CHACUNE LEUR RÔLE DANS LE PROCESSUS DE MOUVEMENT DE LA VIE.**



Au niveau Terre, vous privilégiez les couleurs plus foncées qui donnent de l'ancrage, au niveau Humain vous optez pour les couleurs plus intenses, plus vives, près du visage et au niveau Ciel vous utiliserez les couleurs claires qui illuminent votre teint.

La clé est d'utiliser au grand maximum 40% de couleurs foncées, 30% de couleurs vives et, d'user et d'abuser de couleurs claires qui illuminent l'ensemble.

**Il n'est pas défendu de porter des couleurs vives au niveau Ciel ou Terre, il y a des périodes où vous en aurez besoin pour susciter certaines sensations ou au contraire, pour les calmer.**

- ♥ Lorsque vous préférez rester seule, vous recherchez spontanément les couleurs dissuasives telles que le bleu foncé,
- ♥ Lorsque votre moral est au plus bas vous optez pour les couleurs comme le noir,
- ♥ Lorsque vous doutez, vous aurez envie de vous habiller en gris.

- ♥ Pour dynamiser une silhouette à tendance Kapha, ajoutez des couleurs vives au niveau Terre.



- ♥ Lors d'un contexte orienté vers l'activité, en milieu professionnel par exemple, préférez les couleurs plus intenses.
- ♥ En période de détente, si vous vous sentez stressé, augmentez le pourcentage de couleurs dites terreuses ou foncées jusqu'à 50%, bannissez les couleurs vives et ajoutez des couleurs claires et pastel, cela aura un effet relaxant.
- ♥ Lors du choix de vos couleurs, équilibrez le principe du féminin et du masculin, c'est-à-dire, jouez sur l'intensité des couleurs. Un jaune pâle avec un violet intense est plus équilibré qu'un jaune vif et un violet agressif.

## LA SYMBOLIQUE DES MOTIFS

Si vous aimez les imprimés :

- ♥ Les motifs à lignes verticales donnent plus d'autorité et de structure et plus de dynamisme
- ♥ Les lignes horizontales sont plus reposantes



♥ Les carreaux donnent le sens de l'organisation, des obligations familiales.

- ♥ Les tissus, imitation peau de vache, peau de léopard, peau de zèbre accordent beaucoup d'importance aux aspects physiques et matériels de la vie, comme la nourriture, la sexualité, l'argent, les belles voitures...
- ♥ Les petites fleurs coïncident avec une recherche ou un besoin de tendresse. Un besoin d'être pris en charge affectivement, le retour à l'enfance se traduit au travers des fleurs.
- ♥ Les formes géométriques abstraites sont plutôt adoptées par les personnes qui ont un aspect contestataire.

♥ Les petits pois ont un effet déstabilisant, hypnotique, on y retrouve une recherche de précision.



Nous voici venues à la fin de cet atelier,

#### QU'ALLEZ-VOUS METTRE EN PLACE AU COURS DE CETTE 4<sup>IÈME</sup> PORTE ?

*Prenez votre carnet et notez, votre mission, si « vous l'acceptez ! »...*

##### *Découvrez*

1. Votre colorimétrie, votre typologie et votre saison, [c'est ici](#)
2. Les couleurs que vous allez adopter, en ce moment, au niveau physique (elles pourront changer)
3. Les couleurs que vous allez adopter, en ce moment, au niveau émotionnel (elles pourront changer)
4. Les couleurs de votre âme
5. Ce que vous allez porter, comme couleurs, aux différents niveaux vibratoires (cela pourra parfois, aussi, changer)

N'hésitez pas à me tenir informée et à laissez vos questions sur le groupe Facebook « Réinventez votre vie de couple », [c'est ici](#)

À très vite, pour la suite... Je vous donne rendez-vous dans 10 jours pour la suite.

Au cours de la 5<sup>ième</sup> Porte, « **Osez exprimer, le reflet de votre âme** », vous allez découvrir

- ♥ La morphologie de votre visage
- ♥ Ses 3 niveaux vibratoires
- ♥ Comment rééquilibrer les niveaux avec le maquillage
- ♥ Comment rééquilibrer les niveaux avec les couleurs et coupes des cheveux

*Michèle*  
*Avec Amour, Passion et Gratitude*

