

AUGMENTEZ VOTRE POUVOIR DE SÉDUCTION POUR MIEUX RÉUSSIR VOTRE VIE AMOUREUSE

5^{IÈME} PORTE : OSEZ EXPRIMER LE REFLET DE VOTRE ÂME

- ♥ La morphologie de votre visage
- ♥ Les 3 niveaux vibratoires dans le visage
- ♥ Équilibrez les niveaux avec le maquillage
- ♥ Équilibrez les niveaux avec les couleurs et coupes des cheveux

Avant de passer la 5^{ième} Porte, munissez-vous d'une feuille A4 et de crayons de couleurs puis, [cliquez ici](#) pour faire l'exercice.

LE VISAGE

"LE VISAGE EST L'IMAGE DE L'ÂME",

Cicéron

Et comme le dit aussi Jean Spinetta : « Le visage est le reflet de l'âme ». Il existe un rapport étroit entre la forme de votre corps, de votre visage et votre vie intérieure. La forme de votre visage est révélatrice de ce qui se passe à l'intérieur de vous. Il est d'autant plus important, que c'est sur cette partie de votre corps que le premier contact se fait.

DÉTERMINEZ LA MORPHOLOGIE DU VISAGE

Le visage est **ovale** s'il est allongé mais qu'il présente des contours ronds et que le bas du visage est arrondi. Le visage est plutôt fin et délicat, les traits sont équilibrés et généralement doux. Le visage ovale ne possède pas de zones dominantes, c'est pourquoi il est considéré comme étant le plus harmonieux et le plus féminin des visages.

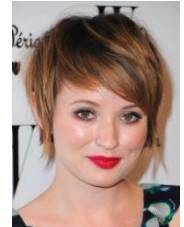


Ce visage dénote une personnalité sensible, douce et introvertie, qui possède un goût prononcé pour l'esthétisme.



Le visage est **long ovale** si les traits créent un effet d'étirement. Ce visage légèrement plus long qu'un visage ovale classique, révèle une personne efficace, sérieuse et responsable. Il caractérise souvent une personne sensible, réservée et très à l'écoute des autres. Plus le visage est allongé plus il signale une personnalité introvertie. Ce visage peut dénoter une personne pessimiste.

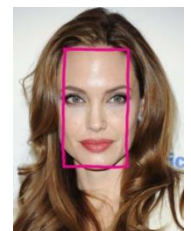
Le visage est **rond** s'il est sphérique au niveau des joues, du menton et de la ligne d'implantation du cheveu. C'est un visage court et large. Les personnes au visage rond sont souvent dotées d'une personnalité joviale, extravertie, expansive, spontanée, simple, naturelle et franche, elles sont à l'aise partout. Ce visage appelle généralement à la sympathie



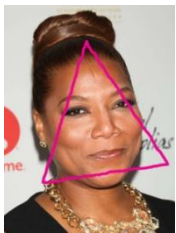
Le visage est **carré** si les maxillaires sont très développés et que la ligne d'implantation des cheveux est horizontale. Ce visage est plutôt large et anguleux. Les femmes au visage carré ont en général une grande force de caractère, de droiture et sont dotées d'un vrai esprit de décision. Elles parviennent souvent à imposer leurs idées.

Elles sont habituellement décrites comme des femmes de tête, qui savent faire face aux obstacles. Ce sont souvent des meneuses, parfois un peu trop terre à terre.

Le visage est **rectangulaire** s'il est principalement allongé et étroit. Tout comme le visage carré, il est anguleux, les maxillaires sont prépondérants et la ligne d'implantation des cheveux est horizontale. La partie frontale du visage est plus importante que les deux autres parties. Ce visage témoigne habituellement d'une personnalité réfléchie, décidée et organisée, également dotée d'une grande sensibilité.



Les femmes au visage rectangulaire sont généralement décrites comme des femmes menant à bien leurs projets, de la conception à la réalisation.



Le visage est en forme de **triangle pointe en haut** s'il possède un front étroit qui tend à s'élargir au niveau des maxillaires avec un effet circulaire. Ce visage correspond souvent à une personne très terre à terre, lucide. On rencontre cette forme habituellement chez les femmes efficaces, instinctives, qui aiment concevoir et concrétiser leurs projets.

Le visage **triangle pointe en bas** se retrouve généralement sur des personnes cérébrales. C'est un visage plutôt large au niveau de la zone frontale, le menton est petit et étroit. Les femmes au visage pointe en bas ont un goût prononcé pour les activités de l'esprit et sont moins enclines aux choses matérielles de la vie. Ces femmes aspirent généralement à la dimension mystique voire spirituelle.



Le visage est **hexagonal ou en losange** si les pommettes sont plus saillantes. Ce type de visage, assez courant chez les femmes, reflète bien souvent l'importance de l'affectif. Ce visage témoigne d'une femme active, spontanée, sentimentale et passionnée.

Une femme sociable, sympathique, qui privilégie les contacts humains mais doit faire attention à ses excès de confiance.

POUR ANALYSER VOTRE VISAGE, FAITES UNE PHOTO DE FACE ET OBSERVEZ,



Votre visage est-il fin ou large ?



Possède-t-il plus de courbes ou d'angles ?



Avez-vous un visage court ou long ?

A-T-IL UNE PARTIE DOMINANTE ?



Le front ?



Les pommettes ?

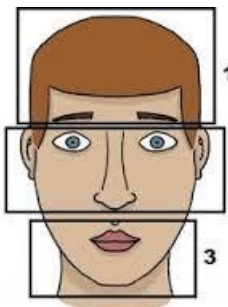


Le menton ?

DÈS QUE VOUS AVEZ TROUVÉ LA MORPHOLOGIE DE VOTRE VISAGE ? PASSEZ À LA SUITE

LES 3 NIVEAUX VIBRATOIRES DU VISAGE

Tout comme dans la morphosilhouette, vous retrouvez les 3 étages qui correspondent à vos trois fonctions essentielles :



1 Le niveau Ciel : la pensée, la réflexion

2 Le niveau Humain : le sentiment, le monde social

3 Le niveau Terre : l'ancrage, l'action

Ces 3 étages comportent des récepteurs : la bouche, le nez, les oreilles et les yeux qui correspondent aux 4 de vos sens, le 5^{ème} étant le toucher.

- ♥ Les yeux correspondent à la vue
- ♥ Le nez à l'odorat,
- ♥ Les oreilles à l'ouïe
- ♥ La bouche au goût.

REPRENEZ VOTRE PHOTO DE LA FACE DE VOTRE VISAGE. QUELLE EST LA PARTIE DOMINANTE ?



Le front ?



Les pommettes ?



Le menton ?

Le niveau dominant dénote le trait prédominant de la personnalité.

La zone inférieure ou le niveau Terre comprend le menton, la mâchoire, la bouche et la partie située entre le nez et la bouche. Le récepteur de la zone du visage est la bouche.

Lorsque ce niveau est plus développé, vos besoins instinctifs sont plus importants. Vous accordez une grande importance aux sensations physiques : manger, faire du sport, avoir des relations sexuelles... Vous privilégiez la vie concrète, matérielle et sensorielle.

- ♥ Vos principales qualités sont la joie de vivre, la spontanéité, l'authenticité, le naturel.
- ♥ Vos principaux défauts sont l'égoïsme, l'avidité ou l'absence de limites.

La zone médiane ou le niveau Humain comprend le tiers intermédiaire du visage, c'est-à-dire le nez, les yeux, les joues et les oreilles. Son récepteur est le nez. Ce niveau dirige la vie affective et sociale.

Lorsque ce niveau est plus développé, le plus important est de communiquer, d'échanger des idées et des sentiments. Vous aimez les échanges, vous avez besoin d'aimer et d'être aimé. Vous ne supportez ni l'indifférence ni la solitude.

- ♥ Vos principales qualités sont la gentillesse, l'ouverture, la tolérance et la souplesse.
- ♥ Votre principal défaut est la dépendance affective

La zone supérieure ou le niveau Ciel comprend le front. Ce niveau correspond à la pensée. Elle représente l'esprit, l'intellect et l'imaginaire.

Lorsque ce niveau est plus développé, vous aimez penser, réfléchir, imaginer, concevoir, apprendre, découvrir... Le niveau Ciel est l'étage de la pensée, de la réflexion, de l'imagination, du rêve et de la créativité.

- ♥ Vos principales qualités sont l'intelligence, le self-control, la précision et la clarté mentale.
- ♥ Vos principaux défauts sont l'orgueil et le scepticisme.

Les 3 zones correspondent aux 3 fonctions de l'être humain : penser, aimer, agir. Elles ne sont, en général, pas développées de manières semblables chez chaque individu. Alors que l'idéal ce serait que ces 3 niveaux soient en harmonie. Vous allez voir plus loin comment rétablir l'harmonie.

VOS RÉCEPTEURS

Le cadre de votre visage est un peu comme la façade de votre maison, les récepteurs en sont les ouvertures c'est-à-dire la porte et les fenêtres. Le degré d'ouverture de vos récepteurs est révélateur de la façon dont vous prenez contact avec le monde extérieur.

OBSERVEZ MAINTENANT, VOS YEUX, VOTRE NEZ ET VOTRE BOUCHE

Les yeux renseignent sur l'ouverture de l'être en ce qui concerne l'expression des idées et la perception des symboles.



- ♥ Les yeux en forme d'amande, indique une vivacité, une curiosité intellectuelle. Vous enregistrez tout.
- ♥ Vous avez de grands yeux, tout vous intéresse et reste superficiel, vous butinez d'un sujet à un autre sans vous fixer et souvent sans retenir.

- ♥ Les yeux peu ouverts indiquent souvent une faible réceptivité intellectuelle, des yeux largement ouverts dénotent un esprit d'assimilation.
- ♥ Les yeux cernés sont un indice de fatigue nerveuse qui peut venir d'un surmenage passager ou bien d'une tension affective importante quand le phénomène est durable.
- ♥ Les yeux très enfoncés sont un indice de rétraction, ils indiquent de la profondeur et un champ de conscience très étroit.

LA BOUCHE

La bouche correspond aux sensations physiques et au déploiement de l'énergie, elle favorise le contact.



- ♥ Une grande bouche exprime l'extraversion,
- ♥ une petite bouche indique le repli sur soi, un caractère introverti et prudent, scrupuleux, craintif parfois, ne s'exprimant et ne se confiant que très peu.
- ♥ Une grande bouche aux lèvres épaisses signifie que vous aimez profiter de la vie, des bonnes choses. Elle marque le besoin d'engloutir la nourriture physique, révèle aussi le côté dépensier ou généreux.
- ♥ Une bouche aux lèvres minces indique un caractère sérieux, tenace et déterminé, pouvant se révéler intransigeant. Vous privilégiez la qualité à la quantité, vous appréciez le raffinement, les choses bien faites, le beau langage.
- ♥ Une bouche aux lèvres finement entrouvertes révèle un être impulsif.
- ♥ Une bouche aux lèvres pincées révèle un être enclin à vivre la froideur, sur la défensive, manquant de spontanéité qui parle peu et qui a du mal à exprimer ses sentiments. La bouche fine avec des commissures tombantes est un signe de pessimisme.
- ♥ Votre bouche est harmonieuse, bien proportionnée, c'est un signe d'équilibre entre instinct et sentiment.

LE NEZ

Le nez renseigne sur les échanges affectifs de l'être et la perception des ambiances.

- ♥ Votre nez est petit et pincé, vous êtes réservé et ne recherchez pas le contact.
- ♥ Vous avez un nez long et plongeant, vous êtes peu sensibles aux conseils et aux racontars.
- ♥ Vous avez un nez charnu, vous privilégiez le contact et les relations basées sur le sentiment et la confiance.

- ♥ Vous avez un nez en trompette, vous écoutez les conseils des autres et peut-être trop. Lorsque les narines sont collées contre la cloison nasale, elles indiquent de la difficulté à exprimer ses sentiments.

L'inclinaison du nez vers la droite, vous êtes tournée vers l'avenir, inclinaison à gauche vous êtes tournée vers le passé.

OBSERVEZ VOS SOURCILS

Plus les sourcils sont bas sur l'œil, plus ils indiquent la faculté de se concentrer.



- ♥ Quand les sourcils sont hauts sur l'œil, ils indiquent au contraire la réceptivité, l'intuition et le sens de l'esthétique.
- ♥ Des sourcils épais sont un élément de vitalité, de dynamisme et d'impulsivité surtout si les sourcils se touchent.
- ♥ Des sourcils minces ou le fait de s'épiler les sourcils, équivaut à une recherche inconsciente d'une féminité plus grande.

LE FRONT

- ♥ Le front haut, plat et vertical de profil indique une personne réfléchie qui sait prendre du recul face aux idées qui ne sont pas les siennes.
- ♥ Le front large dénote une grande capacité d'assimilation.

LE MENTON

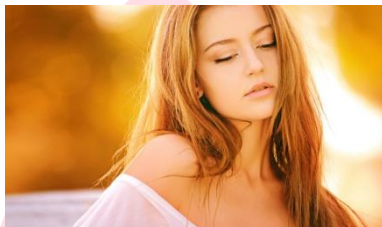


- ♥ Le menton pointu dénote un être volontaire et indécis. Si la forme est anguleuse, il est souvent pourvu d'un caractère imprévisible, impulsif, il ne sait pas toujours contrôler ses réactions et maîtriser ses émotions.
- ♥ Le menton rentré indique un être lent qui n'aime ni les conflits, ni les affrontements. Il a besoin de beaucoup de temps pour réagir.

- ♥ Le menton rond est plutôt celui d'un être sensible, réceptif, pourvu d'un caractère agréable, sociable, accommodant, parfois enclin à s'inquiéter ou à s'angoisser.

LE COU

Le cou est le lien entre le corps et l'esprit, il est un indicateur de notre énergie vitale car toutes les circulations le traversent : le sang, l'air, la nourriture et les nerfs.



- ♥ Un cou qui est très droit et rigide, avec une tête bien campée, exprime souvent un très grand désir de réussite dans le respect de toutes les règles et le contrôle des émotions.
- ♥ Un cou court, charnu et fort, montre aussi une grande force vitale. Cependant, celle-ci doit s'exprimer de manière très rapide, spontanée.
- ♥ Un cou long indique un manque de spontanéité dans les contacts humains, une certaine froideur, une plus grande réserve et de la nervosité.
- ♥ Votre cou est long, large et musclé, il dénote de fortes ressources d'énergie vitale et de grands désirs à satisfaire sur le plan matériel, physique et sexuel.

Le visage peut être également pris dans son horizontalité en traçant un axe au milieu du nez qui sépare la partie gauche de la partie droite. Rassurez-vous, ces 2 parties sont pratiquement toujours asymétriques, le côté droit correspond à la façon dont vous appréhendez le futur et la partie gauche comment vous avez vécu votre passé, votre enfance.

TOUS LES CONSEILS POUR HARMONISER VOS 3 ÉTAGES.

Avant de commencer, prenez un temps de réflexion, que recherchez-vous :

- Plus d'action : mettez l'accent sur l'ancrage, le niveau Terre
- Plus de contact social : privilégiez le niveau Humain,
- Plus de réflexion : accentuez le niveau Ciel

CORRIGER VOS PETITS DÉFAUTS

Voici une technique qui consiste à redessiner les contours du visage ou à camoufler certains défauts en jouant avec les couleurs sombres et claires.

- La poudre ou le fond de teint mat et foncé sert à creuser et à diminuer un volume ;
- La poudre ou le fond de teint clair et lumineux réfléchit la lumière et accroît les volumes.



Si vos yeux rapprochés, utilisez la poudre claire entre les yeux et des ombres à paupières foncées sur l'angle extérieur de l'œil, afin de mettre optiquement l'accent vers l'extérieur.

Si vos yeux sont petits, encadrez-les avec des tons clairs et lumineux afin de les faire ressortir.

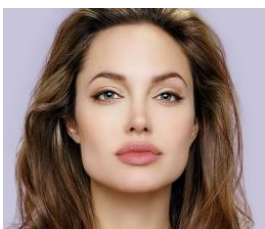
Si vos yeux ressortent, tracez un trait fin sur la paupière supérieure et prolongez-le dans la direction du nez légèrement vers le bas. Utilisez des tons foncés comme ombre à paupières, ils permettent d'effacer optiquement l'œil.

Si votre nez est trop large, maquillez les ailes du nez avec une poudre foncée et la partie médiane avec une poudre plus claire, il aura un aspect beaucoup plus fin et structuré.



Si votre nez est trop petit, il semblera plus grand si vous soulignez les sourcils et si vous mettez des ombres plus foncées sur les angles extérieurs des yeux. Un nez trop petit peut aussi sembler plus grand grâce à une augmentation optique de la lèvre supérieure.

Si votre visage est trop long et doit être raccourci et élargi, placez les poudres claires sur le bas du front, sur les pommettes de manière horizontale ainsi que sur les plis nasaux. Appliquez le fard foncé sur le creux des joues, de manière horizontale, et à la pointe du nez pour en casser la longueur. Étirez le maquillage des yeux vers l'extérieur et mettez une pointe de lumière aux coins internes. Dessinez également le contour de la bouche afin d'obtenir une bouche ronde.

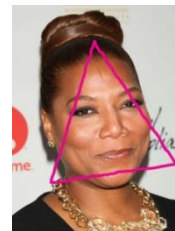


Pour féminiser et adoucir un visage carré, placez la poudre claire sur le haut du front, sur le bas du menton et sur le haut des pommettes. Appliquez la poudre foncée sur les côtés du front, au niveau des maxillaires, ainsi que sur le bas des pommettes pour les redessiner et creuser les joues. Maquillez vos yeux en amande et la bouche en arrondi pour faire ressortir le côté féminin du visage.

Pour affiner un visage rond, utilisez la poudre claire sur le front au point le plus haut, sur le haut des pommettes, sur le menton au point le plus bas et au niveau de l'arcade sourcilière. Appliquez le fond de teint foncé verticalement autour du visage, sur les pommettes.

Épaississez les sourcils, votre visage apparaîtra plus fin. Pour les yeux, étirez vers l'extérieur le fard foncé. La bouche doit être affinée, évitez les formes arrondies et choisissez plutôt des formes géométriques.

Pour équilibrer un visage **triangle pointe en haut**, placez la poudre claire sur chaque côté du front, à l'horizontale, ainsi que sur le haut des pommettes. Appliquez la poudre foncée sur tout le pourtour des maxillaires et du menton afin de diminuer le volume du bas du visage et de creuser les joues. Pour le maquillage des yeux, étirez le fard foncé vers le haut, avec une pointe de lumière dans le coin interne de l'œil.



Pour équilibrer un visage **triangle pointe en bas**, équilibrez le visage en créant du volume au niveau des maxillaires et diminuer la zone frontale. Appliquez la poudre claire au niveau des maxillaires pour accroître cette partie du visage. Le fard foncé s'applique sur chaque côté du front, sur la pointe du menton pour en adoucir le côté anguleux et au niveau des pommettes. Pour les yeux, ne les étirez pas mais préférez un maquillage halo rond. Utilisez au coin interne des yeux, le fard foncé pour rapprocher les yeux, souvent écartés dans ce type de visage. Le sourcil doit être épais et incurvé. Créez un effet arrondi pour la bouche.



Pour équilibrer un visage hexagonal ou en losange, appliquez la poudre claire sur le front à l'horizontale ainsi que sur les maxillaires et la poudre foncée légèrement sur le haut des pommettes, à la pointe du front, ainsi qu'à la pointe du menton. Le maquillage des yeux se fait de préférence en halo rond, fard foncé au coin interne des yeux. Le contour de la bouche est rond et interne.

CORRIGER AVEC LES ENCOLURES ET LES BIJOUX

Pour le visage ovale : toutes sortes d'encolures peuvent être portée (col V, bateau, rond...). Pas de restrictions concernant les bijoux.

Pour le visage long ovale : encolures rondes ou carrées, le V fait accroître la longueur. Des colliers arrondis, près du cou, des boucles d'oreilles rondes. Eviter pendentif et sautoir.

Pour le visage carré : pas de col carré, préférer les cols arrondis ou en V. Pour les bijoux, leurs formes doivent être rondes. Porter aussi des sautoirs et pendentifs.

Pour le visage rectangulaire : encolures arrondies. Bijoux arrondis et très féminins.

Pour le visage rond : cols en V, pas de rond. Pour les bijoux, sautoirs et pendentifs.

Pour le visage triangle pointe en haut : encolures en V. Pour casser l'aspect pyramidal, choisir des bijoux pendentifs ou sautoirs.

Pour le visage triangle pointe en bas : cols ronds pas de cols en V. Pas de pendentifs, ni de sautoirs

Pour le visage hexagonal ou en losange : cols ronds pour contraster avec la morphologie du visage. Côté bijoux, tout ce qui est rond, colliers mais également boucles d'oreilles.

CORRIGER AVEC LA COUPE DE CHEVEUX

Les 3 niveaux, **dans un visage ovale** sont équilibrés, vous pouvez vous permettre pratiquement toutes les coupes de cheveux sans l'allonger. Évitez les coupes trop masculines.

Un visage **long ovale** doit être raccourci afin que le niveau Terre et Ciel soient équilibrés, portez une frange ou mettez du volume sur les côtés en créant une coupe dégradée ou en portant les cheveux bouclés ou ondulés. Évitez le volume au dessus de la tête pour ne pas augmenter le niveau ciel.

Un **visage carré** doit être féminisé et allongé afin que le niveau Terre et Ciel soient équilibrés, créez du volume au-dessus de la tête, dissimulez les maxillaires et évitez les franges.

Un **visage rectangulaire** doit être raccourci et féminisé afin que le niveau Terre et Ciel soient équilibrés. Portez une frange, mettez du volume sur les côtés en portant les cheveux bouclés ou ondulés, dissimulez les maxillaires. Évitez les coupes courtes.

Un **visage rond** doit être allongé, évitez les franges droites, créez du volume au-dessus de la tête. Portez des coupes courtes si votre visage est bien proportionné ou optez pour les cheveux longs et lisses.

Pour le **visage triangle pointe en haut**, créez du volume au niveau des tempes et sur le sommet de la tête. La longueur des cheveux doit dépasser la ligne des maxillaires. Évitez les chignons et les cheveux tirés en arrière.

Pour le **visage triangle pointe en bas**, créez du volume au niveau des maxillaires, dissimulez le front par une frange, évitez le volume sur le sommet de la tête.

Pour le **visage hexagonal ou en losange**, privilégiez les coupes courtes et structurées, dissimulez les pommettes saillantes par des mèches. Évitez les chignons et les cheveux tirés en arrière.

CORRIGER AVEC LE MAQUILLAGE



SI VOTRE TEMPÉRAMENT EST DU TYPE VATA,

Votre niveau Ciel est probablement plus développé, choisissez de mettre l'accent soit sur les yeux ou la bouche. La bouche favorise le niveau instinctif, les yeux avantagent le niveau Humain.

Pour la bouche,

- si vous êtes de typologie froide (4^{ème} porte) optez pour les couleurs grenat, cerise, bordeaux, fuchsia, rose vif, rouge vif, prune, rose bonbon, rouge bleuté, fraise, framboise...
- si vous êtes de typologie chaude, préférez les couleurs rouge brique, rouge vermillon, Terracotta, corail, rouille, les teintes brunes, moka, Cayenne...

Il faut savoir aussi que si vous avez tout misé sur les yeux, les lèvres devront être très peu maquillées.

Si votre bouche est fine n'utilisez pas un rouge à lèvres foncé, il fera paraître votre bouche encore plus petite, mais bien un rouge clair.

Pour rendre la bouche plus épaisse, tracez un trait large de crayon à l'extérieur des lèvres. Choisissez un crayon du même coloris que le rouge à lèvres. Commencez par dessiner le contour de votre bouche à l'aide d'un crayon à lèvres. Vous pouvez en profiter pour corriger la symétrie.

Si votre bouche est trop volumineuse, recouvrez les lèvres avec un fond de teint avant de vous maquiller. Avec un crayon à maquillage redessinez la forme des lèvres en traçant un nouveau contour très fin à l'intérieur des lèvres et utilisez des tons de couleurs foncés et discrets.

Si elle est tombante, faites remonter le trait de crayon au niveau de la commissure des lèvres.

Appliquez ensuite votre rouge à lèvres, qui doit être de la même couleur que le crayon.

Un rouge à lèvres fort, impose la place de la personne qui le porte. Les coloris clairs donnent l'impression d'une personne plus réceptive, plus à l'écoute.

Pour les yeux,

- préférez si vous êtes de typologie froide les fards de coloris ardoise, gris bleu, bleu vif, noir, chocolat, vert sapin, prune, bleu roi, gris...
- si vous êtes de typologie chaude, les fards de coloris vert bronze, bleu de Prusse, bleu canard, vert-de-gris, kaki, bronze, jaune abricot, saumon, beige, marron doré, paprika, abricot.

Pour les pommettes,

- préférez si vous êtes de typologie froide, les coloris blush grenat, bordeaux, cerise, lie de vin, magenta, fuchsia.
- préférez si vous êtes de typologie chaude, préférez les coloris corail, rose abricot, brique, brun cuivré, moka, rouille, paprika, rouge vermillon, beige doré...

Pour le fond de teint et la poudre,

- si vous êtes de typologie froide, préférez les coloris beige rosé, beige neutre et sable. Pour la poudre, utilisez un ton plus clair.
- si vous êtes de typologie chaude préférez les coloris ivoire, beige cuivré, beige doré... Pour la poudre, utilisez un ton plus clair.

Évitez de porter des fards irisés à partir d'un certain âge car ils font ressortir les paupières ridées. N'utilisez pas la même couleur que votre iris, c'est la couleur de vos yeux qui doit ressortir.

SI VOTRE TEMPÉRAMENT EST DU TYPE PITTA

Votre niveau Humain est probablement plus développé, choisissez de mettre l'accent sur la bouche. La bouche favorise le niveau instinctif.

Pour la bouche,

- préférez si vous êtes de typologie froide (voir 4^{ème} Porte), les couleurs rose pétale, grenat, rouge bleuté, rouge rosé, rose pâle, lilas rose, bordeaux, violine, rose foncé, prune...
- préférez si vous êtes de typologie chaude, les couleurs pêche, corail, rose saumoné, toffee, rosé, beige rosé, rouge brique, Terracotta, pêche, saumon, rouille, teintes brunes, moka, Cayenne...

Si votre bouche est fine n'utilisez pas un rouge à lèvres foncé, il fera paraître votre bouche encore plus petite, mais bien un rouge clair.

Pour rendre la bouche plus épaisse, tracez un trait large de crayon à l'extérieur des lèvres. Choisissez un crayon du même coloris que le rouge à lèvres. Commencez par dessiner le contour de votre bouche à l'aide d'un crayon à lèvres. Vous pouvez en profiter pour corriger la symétrie.

Si votre bouche est trop volumineuse, recouvrez les lèvres avec un fond de teint avant de vous maquiller. Avec un crayon à maquillage redessinez la forme des lèvres en traçant un nouveau contour très fin à l'intérieur des lèvres et utilisez des tons de couleurs foncés et discrets.

Si elle est tombante, faites remonter le trait de crayon au niveau de la commissure des lèvres.

Appliquez ensuite votre rouge à lèvres, qui doit être de la même couleur que le crayon.

Un rouge à lèvres fort, impose la place de la personne qui le porte. Les coloris clairs donnent l'impression d'une personne plus réceptive, plus à l'écoute.

Pour les yeux,

- préférez si vous êtes de typologie froide les fards de coloris bleu nuit, mauve, bleu-gris, bleu ciel, blanc cassé, chair, prune, brun moyen, cacao, rosé, parme bleu, blanc, chair, rose, gris argent, ardoise, gris bleu, lavande, chocolat, vert sapin, parme, prune, violet.

- préférez si vous êtes de typologie chaude, les fards de coloris pêche, marron doré, turquoise, bleu océan, vert émeraude, champagne, beige, saumon, jaune abricot, ambre, brun moyen, vert-de-gris, kaki, bronze, saumon, beige, champagne...

Pour les pommettes,

- préférez si vous êtes de typologie froide, préférez les coloris rose, rose pâle, rose violine, rose foncé...
- préférez si vous êtes de typologie chaude, préférez les coloris pêche, rose saumoné, beige rosé, beige doré, saumon...

Pour le fond de teint et la poudre,

- préférez si vous êtes de typologie froide, les coloris beige rosé, beige neutre, rose naturel, beige pêche, sable ou diaphane... Pour la poudre, utilisez un ton plus clair.
- si vous êtes de typologie chaude préférez les coloris ivoire, pêche, beige doré, sable rosé.... Pour la poudre, utilisez un ton plus clair

Évitez de porter des fards irisés à partir d'un certain âge car ils font ressortir les paupières ridées. N'utilisez pas la même couleur que votre iris, c'est la couleur de vos yeux qui doit ressortir.

SI VOTRE TEMPÉRAMENT EST DU TYPE KAPHA

Votre niveau Terre est probablement plus développé, choisissez de mettre l'accent soit sur les yeux que sur la bouche. La bouche favorise le niveau instinctif, les yeux avantagent le niveau Humain.

Pour la bouche,

- préférez si vous êtes de typologie froide (voir 4^{ème} Porte), les couleurs roses pétale, rose bonbon, grenat, fraise, framboise, rouge rosé, rose pâle, lilas
- préférez si vous êtes de typologie chaude, les couleurs corail, rose saumoné, rouge vermillon, rosé...

Il faut savoir aussi que si vous avez tout misé sur les yeux, les lèvres devront être très peu maquillées.

Si votre bouche est fine n'utilisez pas un rouge à lèvres foncé, il fera paraître votre bouche encore plus petite, mais bien un rouge clair.

Rendez votre bouche la plus discrète possible, si votre bouche est trop volumineuse, recouvrez les lèvres avec un fond de teint avant de vous maquiller. Utilisez un rouge à lèvres discret et mat, supprimez le crayon à lèvres.

Appliquez ensuite votre rouge à lèvres, qui doit être de la même couleur que le crayon.

Pour les yeux,

- préférez si vous êtes de typologie froide les fards de coloris mauve, blanc cassé, rose bonbon, rosé, parme, blanc, rose, lavande, violet...

- préférez si vous êtes de typologie chaude, les fards de coloris turquoise, vert émeraude, saumon, jaune abricot, abricot, paprika.

Pour les pommettes,

- préférez si vous êtes de typologie froide, les coloris rose bonbon, grenat, framboise, rouge rosé, rose, rose pâle, violine, rose foncé, rose vif, cerise, fuchsia...
- si vous êtes de typologie chaude, préférez les coloris pêche, corail, rose saumoné, orangé, abricot, paprika, rouge vermillon...

Pour le fond de teint et la poudre,

- préférez si vous êtes de typologie froide, préférez les coloris rose naturel ou diaphane... Pour la poudre, utilisez un ton plus clair.
- préférez si vous êtes de typologie chaude préférez les coloris pêche, abricot, sable rosé... Pour la poudre, utilisez un ton plus clair

Évitez de porter des fards irisés à partir d'un certain âge car ils font ressortir les paupières ridées. N'utilisez pas la même couleur que votre iris, c'est la couleur de vos yeux qui doit ressortir.

Pour un maquillage réussi, le fond de teint, le rouge à lèvres, les ombres à paupières et le make-up doivent être appliqués de bas en haut. La ligne ascendante donne une impression de naturel alors que la ligne descendante a un effet disharmonieux. Les lignes tombantes donnent une impression d'amertume, de passivité et de tristesse.

CONSEILS POUR LA COULEUR DES CHEVEUX

Tout en respectant votre typologie, évitez les coloris chauds, si vous êtes de typologie froide et si vous êtes de typologie chaude, évitez les tons froids.

- ♥ Si votre tempérament est du type Vata, privilégiez les couleurs foncées, si le foncé ne vous convient pas, optez pour des mèches foncées. Évitez tous les blonds trop clairs.
- ♥ Si votre tempérament est du type Pitta, vous avez le choix, vous voulez éclaircir votre mental optez pour les teintes claires, vous vous renforcer votre ancrage, choisissez les teintes foncées mais évitez à tout prix les teintures vives ainsi que le rouge et le bleu.
- ♥ Si votre tempérament est du type Kapha, choisissez des tons clairs, vous pouvez même oser les teintures rouges, violettes...

Nous voici venues à la fin de cet atelier,

QU'ALLEZ-VOUS METTRE EN PLACE AU COURS DE CETTE 5^{IÈME} PORTE ?

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

Découvrez

1. La forme de votre visage ?
2. Votre ou vos récepteur(s) dominants ?
3. À quel étage, vous situez-vous le plus ?
4. Qu'est-ce que vous voulez renforcer ?
5. Quelles sont les corrections à apporter ?
6. Quelles couleurs pour le maquillage ?
7. Quelles couleurs pour les cheveux ?

Je vous donne rendez-vous dans 10 jours pour la 6^{ième} et dernière Porte. N'oubliez pas de réserver vos 30 minutes de coaching

Au cours de la 6^{ième} Porte, « **Communiquez avec vos 5 sens** », vous allez découvrir

- ♥ Le parfum,
- ♥ les gestes, les mains,
- ♥ les lunettes,
- ♥ les chaussures,
- ♥ le sac à main
- ♥ les bijoux

Michèle

Avec Amour, Passion et Gratitude