

elemental herbology



Vijf elementen consultatie

Kies minimum 2 antwoorden per vraag om uw element te ontdekken.

De kolom die het hoogst scoort is het element die op dit moment het best bij u past.

Mijn favoriete periode in het jaar is...	☐ Lente	☐ Vroege zomer	☐ Late zomer	☐ Herfst	☐ Winter
Ik zou mezelf beschrijven als ...	☐ Vriendelĳken betrouwbaar	☐ Gepassioneerd en genereus	☐ Medelevend en zorgzaam	☐ Georganiseerd en gefocust	☐ Moedig en intuïtief
Soms ben ik ...	☐ Temperamentvol en opvliegend	☐ Haastigen ongeduldig	☐ Gulen toegeeflijk	☐ Gespannen en controlerend	☐ Angstigen piekerend
Momenteel voel ik mij ...	☐ Gespannen	☐ Futloos	☐ Emotioneel uitgeput	☐ Traagen opgeblazen	☐ Rusteloos
Zo wil ik mij graag voelen ...	☐ Verjongd	☐ Energiek	☐ Evenwichtig	☐ Gedetoxt	☐ Ontspannen
Totaal					
Uw element vandaag is:	HOUT	VUUR	AARDE	METAAL	WATER

Wat betekent mijn element?



HOUT

Een karakter in het houtelement is als een boom; stevig en standvastig, maar flexibel als het nodig is. Personen in het houtelement staan bekend om hun vriendelijkheid en staan altijd klaar voor anderen. Ze zijn zeer betrouwbaar, maar kunnen niet zo goed omgaan met grenzen of limieten. Mensen in dit element zijn altijd onderweg en hebben vaak vermoeide en pijnlijke spieren vanwege hun actieve levensstijl.

Hoe je weer in balans komt

Geef jezelf tijd om te rusten en te ontspannen. Zorg voor wat regelmaat in je leven, zoals een regelmatig dieet, lichaamsbeweging en slaap.



VOUR

Vuur symboliseert uiterlijke beweging, warmte en maximale energie. Personen in het vuurelement zijn vol leven, optimistisch en genereus. Ze zijn erg gepassioneerd, doelgericht en gaan vaak op zoek naar sensatie. Ze staan altijd klaar voor een uitdaging, maar kunnen ook ongeduldig en gehaast zijn. Een vuurkarakter oefent veel energie uit, wat kan leiden tot een vermoeid en uitgeput gevoel, waardoor er nood is aan revitalisatie.

Hoe je weer in balans komt

Gun jezelf momenten van rust en afzondering, probeer meditatie of yoga.



AARDE

Een karakter in het aarde-element is zorgzaam, medelevend en begaan met de natuur. Van nature geboren vredestichters, die altijd rekening houden met de behoeften van anderen en altijd proberen te helpen waar mogelijk. Een aarde-karakter is zeer ondersteunend en brengt harmonie in elke situatie. Omdat ze altijd geven, hebben ze tijd nodig om hun eigen emoties opnieuw in evenwicht te brengen.

Hoe je weer in balans komt

Maak tijd voor zelfexpressie. Probeer te schilderen of te tekenen, doe iets creatiefs en geniet van wat vrije tijd.



METAAL

Een metaal karakter heeft inhoud, kracht en structuur. Ze zijn extreem georganiseerd, gefocust en weten precies wat ze willen en hoe ze het willen. Personen in dit element zijn uitstekende planners, heel betrouwbaar, sterk en vastberaden, maar kunnen soms gespannen en controlerend zijn. Met al deze structuur en planning zal het metalen karakter iets nodig hebben om zijn gedachten te verzetten.

Hoe je weer in balans komt

Wees af en toe spontaan. Probeer te socialiseren en ga op zoek naar je ware passie.



WATER

Personen in het waterelement zitten vol kracht en kunnen elk obstakel overwinnen. Een waterkarakter is een geweldige luisteraar, is empathisch en heeft begrip voor de gevoelens van mensen. Het waterkarakter heeft een vredige energie over zich en kan iedereen om zich heen kalmeren. Tegelijk kunnen ze ook introvert zijn, piekeren en overdenken, wat kan leiden tot slaapproblemen.

Hoe je weer in balans komt

Sociaal contact en binding. Probeer open te staan voor nieuwe ideeën.



WOOD
REJUVENATE

om pijnlijke spieren op te
warmen, pijn te verlichten
en de bloedsomloop
te verbeteren.

Rejuvenate
bath & body oil

Lemongrass &
nutmeg body wash

Lemongrass &
nutmeg body cream

Muscle melt balm

Rejuvenate
reed diffuser



FIRE
ZEST

om het lichaam te
revitaliseren, de geest
te focussen en het
energieniveau te verhogen.

Zest
bath & body oil

Sweet orange
body wash

Sweet orange
body cream

Zest sugar
body polish

Zest
reed diffuser



EARTH
HARMONY

om het evenwicht
te herstellen en het
serotinegehalte
te verhogen.

Harmony bath
& body oil

Grapefruit & mandarin
body wash

Grapefruit & mandarin
hand & body cream

Harmony
reed diffuser



METAL
DETOX

om de spijsvertering
en de bloedsomloop
te stimuleren en de
gedachten te ordenen.

Detox
bath & body oil

Detox aromatherapy
body wash

Detox aromatherapy
body cream

Hand
nutrition



WATER
SOOTHE

om de geest te
kalmeren, het lichaam
te ontspannen en de
druk te verlichten.

Soothe
bath & body oil

Neroli & rose damask
body wash

Neroli & rose damask
body cream

Tree of life balm

Shiny locks shampoo

Hair soufflé conditioner

Soothe
aromatherapy candle

Uw naam:

Naam van uw schoonheidsspecialist: