



## Bergamotte

Citrus aurantium bergamia

Ich kenne meine Gabe in diesem Leben  
und verwirkliche sie in Dankbarkeit und Freude.

☺ Der frische Duft von Bergamotteöl verleiht Selbstvertrauen und Durchsetzungskraft. Er hilft, alte Denkmuster aufzulösen und stärkt das Energiefeld des Körpers.

🌀 Das Öl hat eine stimmungsaufhellende, angstlösende Wirkung. Es hilft bei Konzentrationsschwierigkeiten, bei stressbedingten Schlafstörungen (auch bei Kindern) und bei leichten Winterdepressionen.

💖 Bergamotteöl ist sehr mild und hautfreundlich, es verfeinert das Hautbild, wirkt regenerierend bei reifer, trockener Haut, bei Akne und bei Juckreiz.

Bergamotteöl unterstützt bei Zyklusbeschwerden und in den Wechseljahren.

📖 Bergamotteöl ist ein wunderbares Öl für die Aromaküche. Es wird für Marmelade, Käsekuchen und für die Aromatisierung von Earl-Grey-Tee verwendet. Es ist auch in den bekannten französischen Bonbons aus Nancy enthalten.





# Orange

Citrus sinensis

Ich begeben mich in den Fluss neuer Erfahrungen.  
Ich bin die schöpferische Kraft in meiner Welt.

☺ Der Duft von Orange löst Glücksgefühle aus und hilft Menschen, die bei ihrer Arbeit Perfektion anstreben und Fehler nur schwer ertragen können. Orangenöl hilft, die Dinge lockerer zu sehen und flexibler mit Herausforderungen umzugehen.

🌀 Orangenöl macht gute Laune. Orangenöl nimmt die Angst vor unbekanntem Situationen und lässt uns unvoreingenommen aus dem Herzen handeln.

💖 Orangenöl wirkt entspannend, schlaffördernd, stimmungsaufhellend und angstlösend. Es wird oft in Zahnarztpraxen eingesetzt, um Angstgefühle abzubauen. Orangenöl fördert den Lymphfluss, es wirkt entstauend, durchblutungsfördernd und unterstützt die Entgiftung. Es wird oft bei der Behandlung von Cellulite und bei Lymphdrainagen verwendet.

📦 Orangenöl wird zur Aromatisierung von Smoothies, Desserts und Gebäck verwendet.



# Eukalyptus


Eucalyptus radiata

Ich heiße alle neuen Erfahrungen mit Weisheit, Liebe und Leichtigkeit willkommen.

☺ Der Duft von Eukalyptus unterstützt tiefe Meditationen und Atemübungen, er kann seelische Blockaden auflösen und helfen, neue Wege zu gehen.

🌀 Eukalyptusduft kann Ängste und Aufregung vor Prüfungen minimieren, die Konzentrationsfähigkeit und das Urteilsvermögen fördern und unser Gehirn zu Höchstleistungen anregen. Nach einem stressreichen Tag spendet der Duft Ruhe und Gelassenheit, wenn du das Öl zu Hause vernebelst.

💖 Eukalyptus ist ein schöner Wellnessduft für Saunabesuche. Eukalyptus stärkt das Immunsystem und die Abwehrkräfte, das Öl ist bei allen Erkältungsformen einsetzbar und wirkt auch stark schleimlösend. Verdünnt auch bei Kindern anwendbar. Auch bei Muskelkater und -verspannungen sind Massagen mit Eukalyptus sehr wohltuend und entspannen verhärtete Muskeln.





## Zimtrinde

Cinnamomum verum

Ich stelle mich meinen ungelösten Emotionen und löse meine alten Muster auf.

☺ In China glaubt man, dass der Duft von Zimt Wohlstand anlockt. Der Duft soll auch die Hellsichtigkeit fördern.


🌀 Das Öl der Zimtrinde steigert die Vitalität und schenkt Lebensfreude.

♥ Zimtrindenöl enthält viele Antioxidantien, die die Haut vor zu schneller Alterung schützen. Es wirkt stark durchblutungsfördernd, fördert die Regenerationsfähigkeit und die Bildung von neuen Zellen. Zimtrindenöl soll auch eine regenerierende Wirkung auf die Leberzellen haben, es regt den Stoffwechsel an und fördert die Fettverbrennung.

Das Öl erwärmt die Muskeln vor dem Sport und lindert Muskelschmerzen und Muskelkater.

Auch bei Rückenschmerzen im Lendenbereich kann ein Massageöl mit Zimt die Beschwerden lindern.

📦 Zimtrindenöl kann sehr gut in der Aromaküche eingesetzt werden, z. B. in Weihnachtsgebäck.





## Rose – Damaszener-Rose

Rosa damascena

Ich feiere meine Weiblichkeit und die kraftvolle Göttin in mir. Ich bin klug und schön und mutig.

☺ Rosenöl ist die Königin unter den ätherischen Ölen und eines der komplexesten Öle. Kein Duft berührt unser Herz so stark wie der Duft der Rose, die als Symbol der Liebe gilt.

🌀 Rosenöl ist ein Öl zur Geburtsvorbereitung und es kann beim Sterbeprozess begleiten.

💖 Rosenöl reguliert das Hormonsystem, es unterstützt bei PMS und im Klimakterium. Es hilft bei stressbedingten Schlafstörungen und auch bei nervös bedingten Herzbeschwerden.

Rosenöl ist ein wunderbares Hautpflegeöl, es wirkt zellregenerierend, mindert Falten und Fältchen, entspannt die Haut und ist auch gut geeignet für die Babymassage.

Rosenöl wirkt aphrodisisch, ausgleichend bei Impotenz und Libidoverlust. Das Öl unterstützt auch bei unerfülltem Kinderwunsch.

📦 Rosenwasser wird zur Herstellung von Marzipan und Desserts verwendet.