

# Emotionen

E - b o o k



Emotionale  
Bedeutung der  
ätherischen Öle

# Mehr davon fühlen

## Mitgefühl

- Fankincense
- Lime
- Patchouli
- Rosemary
- Magnolie
- Console



## Mut

- Arborvitae
- Cinnamon
- Clove
- Thyme
- Motivate
- Cheer



## Dankbarkeit

- Cypress
- Jasmine
- Rose
- Tangerine
- Passion



# Freude

- Cinnamon
- Frankincense
- Ginger
- Petitgrain
- Wild Orange
- Citrus Bliss
- Elevation
- Cheer



# Liebe/Vertrauen

- Bergamot
- Rose
- Geranium
- Juniper Berry
- Lavendel
- Forgive
- Console



# Zufriedenheit/Frieden

- Basil
- Coriander
- Melissa
- Peppermint
- Rosemary
- Cheer
- Peace



# Weniger davon fühlen

## Angst

- Basil
- Frankincense
- Lavendel
- Peppermint
- Rosemary
- Vetiver
- Grapefruit
- Adaptiv



## Belastung

- Lemongrass
- Marjoram
- Cypress
- Copaiba
- Cedarwood
- Balance



## Geringer Selbstwert

- Bergamot
- Coriander
- Lemon
- Salubelle



# Groll/Missgunst

- Clove
- Lavender
- Sandalwood
- On Guard
- Adaptiv



# Kontrollzwang

- Basil
- Cinnamon
- Cypress
- Eucalyptus
- Juniper Berry
- Clary Calm



# Traurigkeit/Trauer

- Cardamom
- Eucalyptus
- Lime
- Rosemary
- Ylang Ylang
- Console
- Elevation
- Cheer
- Air



# Zorn

- Geranium
- Helichrysum
- Lemongras
- Tea Tree
- Melissa
- Oregano
- Thyme
- Forgive



Alle Emotionen – auch die, die du erfolgreich unterdrückst, haben Einfluss auf den Körper.

Emotionen, die nicht zum Ausdruck gebracht werden, wirken in deinem Körper wie kleine, tickende Zeitbomben, es sind Krankheiten im Frühstadium.

Aus dem Buch von Thorsten Weiss:  
Bringe deine Emotionen in Balance

# So wirken ätherische Öle auf unsere Emotionen



Düfte und Erinnerungen sind eng miteinander verbunden.

Die reinen Düfte gelangen über den Riechnerv sofort (und ohne Umweg über das Grosshirn/Bewusstsein) zu einer der ältesten Gehirnregionen, dem limbischen System. Sie wirken also direkt auf den Ort der Gefühle und Instinkte.

Man kann sagen, dass das limbische System im Grunde unser emotionales Kontrollzentrum ist.



Man hat festgestellt, dass der Riechsinn der einzige Sinn des Menschen ist, der nicht über das Kontrollzentrum des Grosshirns läuft.

Das heisst, der Riechsinn wird nicht interpretiert.

Dadurch ist es möglich, dass häufiger, als man sich bewusst wird, gerade ätherische Öle eine schnelle und kraftvolle Wirkung auf unser Energiesystem haben und sich damit als wertvolle Helfer für unser Wohlbefinden und unsere Motivation bewährt haben.

Um gesund zu sein, müssen wir emotional in der Balance sein.





# Kurzbeschreibung emotionale Bedeutung ätherischer Öle

## Einzelöle



- **Arborvitae** – das Öl der göttlichen Gnade
- **Basil** – das Öl der Erneuerung
- **Bergamot** – das Öl der Selbstannahme
- **Black Pepper** – das Öl der Demaskierung
- **Cardamom** – das Öl der Objektivität
- **Cassia** – das Öl der Selbstsicherheit
- **Cedarwood** – das Öl der Gemeinschaft
- **Cilantro** – das Öl zu Lösung von Beherrschung / Kontrolle
- **Cinnamon** – das Öl der sexuellen Harmonie
- **Clary Sage** – das Öl der Klarheit und Vision
- **Clove** – das Öl der Abgrenzung
- **Coriander** – das Öl der Loyalität
- **Cypress** – das Öl der Bewegung und des Flusses
- **Douglas Fir** – das Öl der Generationen – Weisheit
- **Eucalyptus** – das Öl des Wohlbefindens
- **Fennel** – das Öl der Verantwortlichkeit

- **Frankincense (Weihrauch)**– das Öl der Wahrheit
- **Geranium** – das Öl der Liebe und des Vertrauens
- **Ginger** – das Öl der Selbstermächtigung
- **Grapefruit** – das Öl der Körpererehrung
- **Helichrysum** – das Öl gegen Schmerzen
- **Jasmine** – das Öl der sexuellen Reinheit
- **Juniper Berry** – das Öl der Nacht
- **Lavender** – das Öl der Kommunikation
- **Lemongrass** – das Öl der Reinigung
- **Lime** – das Öl der Lebenslust
- **Majoram** – das Öl der Verbindung / Beziehung
- **Melaleuca (Teebaum)** – das Öl der energetischen Abgrenzung
- **Melissa** – das Öl des Lichts
- **Myrrh** – das Öl der Mutter Erde
- **Oregano** – das Öl der Demut und Befreiung von Anhänglichkeit
- **Patchouli** – das Öl der Körperlichkeit
- **Peppermint** – das Öl des lebhaften Herzens
- **Petitgrain** – das Öl der Ahnen
- **Roman Chamomile** – das Öl der spirituellen Absicht
- **Rose** – das Öl der göttlichen Liebe
- **Rosemary** – das Öl des Wissens und des Übergangs
- **Sandalwood** – das Öl der heiligen Hingabe / Andacht
- **Spearmint** – das Öl der bewussten Sprache
- **Spikenard** – das Öl der Dankbarkeit
- **Tangerine** – das Öl des Jubels und der Kreativität
- **Thyme** – das Öl des Loslassens und der Vergebung
- **Vetiver** – das Öl der Zentrierung und der Abstammung
- **White Fir** – das Öl der Generationenheilung
- **Wild Orange** – das Öl der Fülle / des Reichtums
- **Wintergreen** – das Öl der Hingabe
- **Ylang Ylang** – das Öl des „inneren Kindes“

# Öl-Mischungen

- **Air** – das Öl des Atems
- **AromaTouch** – das Öl der Entspannung
- **Balance** – das Öl der Erdung
- **Citrus Bliss** – das Öl der Kreativität
- **Clary Calm** – das Öl der Verletzlichkeit, stabilisiert emotionale Balance
- **DDR Prime** – das Öl der Transformation
- **Deep Blue** – das Öl um Schmerzen anzunehmen
- **Elevation** – das Öl der Freude
- **HD Clear** – das Öl, um Unvollkommenheit zu akzeptieren
- **InTune** – das Öl der Präsenz
- **On Guard** – das Öl für den Schutz
- **Past Tense** - das Öl der Erleichterung
- **Purify** – das Öl der Reinigung
- **Salubelle** – das Öl der spirituellen Erkenntnis
- **Serenity** – das Öl der Vergebung
- **Smart&Sassy** – das Öl der inneren Schönheit
- **TerraShield** – das Öl der Abschirmung
- **Whisper** – das Öl der Weiblichkeit
- **Zendocrine** – das Öl des Übergang
- **ZenGest** – das Öl der Verdauung



# Ausführliche emotionale Bedeutung ätherischer Öle

## Einzelöle



### **Lavender: Sprich deine Wahrheit an!**

Lavendel hilft dir, Aspekte und Themen loszulassen, welche dich davon abhalten, du selbst zu sein und dich nicht vollkommen zum Ausdruck zu bringen. Dieses Öl hilft dir, emotional ehrlich und aufrichtig zu sein – dein wahres Selbst zum Ausdruck zu bringen. Dann wenn du dich selbst sabotierst, unterstützt dich Lavender auf sanfte Weise deine Unsicherheiten zu überwinden und deine wahren Gefühle und Gedanken zum Ausdruck zu bringen.

## **Lemon: Konzentriere dich!**

Finde deine natürliche Fröhlichkeit wieder. Das Lemon Öl hilft dir, dich besser zu konzentrieren; mehr Wissen abzurufen und verbindet dich damit wieder mit dem Vertrauen in dich. Für Kinder und Studenten, damit sie sich besser konzentrieren können. Geeignet für Prüfungssituationen, um mentale Klarheit zu haben. Es unterstützt dich, wenn du in Phasen von Lernschwierigkeiten und Lernstörungen bist. Es beruhigt Ängste und Unsicherheiten.

## **Peppermint: Lass dein Herz aufblühen!**

Pfefferminze belebt den Körper, den Verstand und den Geist und erinnert dich daran, dass das Leben fröhlich sein kann und es nichts zu befürchten gibt. Es befreit dich von emotionalen Belastungen und lässt dich zu Atem kommen.

Wenn du unter ständigem Zeitdruck bist, dann kann dieses Öl gute Hilfe leisten.

Es lässt dich durchatmen und hilft dir, durch akute Belastungen hindurch zu gehen. Wenn es Dinge gibt, die du nicht mehr tragen kannst, auch dann ist Pfefferminze ein guter Begleiter.

## **Tea Tree-Lass dein Licht scheinen!**

Das Öl der energetischen Abgrenzung.

Teebaum hilft dir, dich von parasitären Emotionen zu befreien: wenn du in vergifteten Beziehungen lebst, wird das Öl dir helfen, dich aus diesem Gefängnis zu befreien.

Du lernst auch NEIN zu sagen, deine eigenen Grenzen zu ziehen.

Wenn du dich in Menschenmassen unwohl fühlst, dann hilft es dir, dein eigenes Kraftfeld aufzubauen – energetische Vampire haben dann keinen Einfluss mehr auf dich. Du musst auch nicht mehr verantwortlich sein für die Probleme anderer und in diesem Prozess der Selbsterkenntnis wirst du auch lernen, deine Energien besser zu dosieren.

### **Oregano-Lass los!**

Oregano ist ein sehr machtvolles und kraftvolles Öl, es durchdringt alle emotionalen Schichten. Du kannst herausfinden, in welchen Bereichen du zu starr und unbeweglich bist. Denn je mehr Blockaden in deinem Geiste und in deinen Emotionen sind, desto weniger bist du bereit, dich führen zu lassen. Oregano macht dich flexibler und offener, es löst dich von Anhaftung und Materialismus. Es gibt dir den Mut, dich aus all jenen Verbindungen, seien es Beziehungen oder Arbeitsverhältnisse, zu lösen, die dir nicht mehr dienlich sind. Es hilft dir auch, dich von deinen Süchten zu befreien. Es sprengt alle Ketten, die dich gefangen halten.

### **Frankincense-Erkenne deine spirituelle Wahrheit!**

Es ist der „Vater“, der dich beschützt, stärkende Kraft/reinigend/verbindet die Seele mit ihrem inneren Licht. Der Duft des Weihrauchs erinnert dich daran, dass du geliebt und beschützt bist.

## **Arborvitae-Nimm dich so an wie du bist!**

Wenn du immer wieder scheiterst und keine Veränderung siehst! Wenn du ein „anstrengendes“ Leben führst, unterstützt dich dieses Öl für mehr Leichtigkeit und Stärke. Du findest wieder Vertrauen. Dieses Öl wirkt erdend, da es ein Baumöl ist.

## **Basil-Erneuere deine physische Kraft!**

Wenn du dich erschöpft fühlst, wirkt Basilikum aufbauend und kräftigend. Du findest zurück in deine Kraft. Es entspannt den Verstand und hilft mit Nervosität umzugehen. Dieses Öl hilft auch bei der Regeneration von Süchten. Basilikum gibt den Nebennieren ihre ganze Kraft zurück.

## **Bergamot-Nimm dich so an wie du bist!**

Erlöst Gefühle von Verzweiflung und Selbstkritik. Stärkt das Selbstbewusstsein. Annehmen von sich selbst. Einschränkende und prägende Selbstüberzeugungen loslassen wie „Niemand liebt mich, ich bin...nicht intelligent/dick/nicht liebenswert etc. Hilft aus der Niedergeschlagenheit heraus und das Leben wieder zu genießen.

## **Black Pepper-Lege deine Masken ab!**

Befreit von Gefühlen oder Handlungen, die hinter der Fassade sind. Unterstützt übernommene Gewohnheiten, die nicht zu dir gehören, loszulassen. Black Pepper lädt dich dazu ein, echt zu sein. Authentisch und dich selber werden.

## **Cardamom-Sieh die echte reine Wahrheit!**

Cardamom besänftigt, wenn du wütend auf andere Menschen bist. Hilft zu vergeben. Es unterstützt auch, nicht Opfer von Gefühlsausbrüchen zu werden. Wenn die Wut in den Kopf steigt und wir cholerisch werden. Hilft, festgefahrene Emotionen loszulassen.

## **Cassia-Du bist einzigartig und ganz besonders!**

Dieses Öl sorgt für fröhliche Leichtigkeit im Befinden und ist auch ein Heilmittel bei Schüchternheit. Es stärkt das Selbstvertrauen, damit wir uns nicht mehr klein halten müssen. Es hat ähnlich wie Zimt eine angstlösende Wirkung. Hilft auch bei Versagensangst oder der Angst, Fehler zu machen. Du erkennst deine Einzigartigkeit und gehst deinen Weg. Hilft, deine Gaben und Talente zu erkennen und zu leben. Bringt dein inneres Licht zum Strahlen.

## **Cedarwood-Verbinde dich mit Freunden und Familie!**

Zedernholz ist durch seine vereinende Kraft in der Lage, Menschen zusammen zu führen. Wert der Gemeinschaft erkennen. Echte Verbindungen suchen, soziale Netzwerke aufbauen. Anstatt alles selber lösen zu wollen, die Kraft der Gemeinschaft erkennen und nutzen. Verwurzelung finden, gerade dann, wenn du in der Vergangenheit Verluste wie Tod eines Elternteils etc. zu verkraften hattest.

Dieses Öl unterstützt dich dabei, Liebe und Unterstützung anderer Menschen fühlen können. Du musst dich nicht mehr alleine fühlen!



## **Cinnamon-Lebe deine Intimität und Sexualität!**

Zimt belebt deine sexuelle Energie wieder wenn diese unterdrückt wurde (durch Traumata etc). Unterstützt dich, wenn du mit deinem Partner Unsicherheiten spürst; hilft das Vertrauen wieder zu gewinnen.

## **Clary Sage-Sei klar und kenne deine Vision!**

Der Schöpfer hat dir eine einzigartige Kraft und ein einzigartiges Sein gegeben, die nur du hast und in die Welt tragen kannst. Es hilft dir, deine Wahrheit zu sehen und deine ureigenste Vision wahrzunehmen. Clary Sage ist eines der besten Öle für das Energiezentrum in deinem Inneren. Besonders gut auch, dich in einer gesundheitlichen Krise zu begleiten. Es klärt Blockaden und befreit deine Kreativität.

## **Clove-Entscheide was gut für dich ist! Öl der Abgrenzung!**

Das Öl der Nelke hilft, die Opferrolle loszulassen. Du sollst dich nicht mehr kraft- und machtlos fühlen. Sie hilft dir, für dich selber einzustehen und gibt die Kraft NEIN zu sagen. Hilft, sich von solchen Mustern zu befreien. Gibt den Mut, für deine Bedürfnisse einzustehen. Setze deine Grenzen! Schützt dich vor Energieräubern.

## **Copaiba-Finde deine Bestimmung!**

Capaibaöl hilft dir, alte Schuldgefühle und unangemessene Zweifel loslassen. Copaiba bringt die Einsicht, dass du einzigartig und talentiert bist. Du findest heraus, wozu du auf diese Erde gekommen bist.

Frei werden von einschränkendem Gedankengut.  
Es entfacht dein göttliches Talent. Lasse deine Wunden  
aus deiner Kindheit los.

### **Coriander-Bleib bei dir!**

Corianderöl hilft dir deine Loyalität dir selbst  
gegenüber zurückzugeben. Stehe für dich selber ein.  
Dieses Öl verleiht die Kraft, neue Perspektiven zu  
sehen und aus alten Mustern auszubrechen. Du musst  
es nicht anderen recht machen wollen. Du triffst deine  
Entscheidungen nicht mehr, um von anderen geliebt  
und akzeptiert zu werden, sondern aus einer freien und  
verantwortlichen Haltung. Auch gut in festgefahrenen  
Beziehungen, in denen Menschen zu viel von sich  
gegeben haben.

Das Öl bringt dich zurück in deine eigene Kraft.

### **Eukalyptus-Sei bereit für einen gesunden Körper!**

Bei oft wiederkehrenden und sogar chronischen  
Krankheiten. Gefangen sein im Muster von Krankheit  
und nicht daraus herausfinden: sie können niemals  
vollkommene Gesundheit und Vitalität empfinden.  
Eukalyptus wirkt sehr tief und unterstützt die Seele in  
diesem Heilprozess. Es zeigt den Weg heraus aus der  
Niedergeschlagenheit und Verzweiflung. Gibt den Mut,  
die volle Verantwortung für die eigene Gesundheit zu  
übernehmen. Gibt den Schub, in die Verantwortung zu  
treten und alles Sabotagemuster gehen zu lassen, die  
dich im Muster „ich muss krank sein weil ...“ festhalten.

## **Geranium-Hab Vertrauen in die Liebe**

Dieses Öl ist im Gegensatz zu Francincense/Vateröl das Mutteröl. Es stärkt in dir die Eigenschaften der liebenden und sorgenden Mutter. Es bringt das Vertrauen in andere Menschen zurück und gibt dir eine neue Geborgenheit in Beziehungen. Immer dann, wenn das Band zur Mutter oder zum Vater nicht genügend stark war oder nicht erfahren werden durfte, dann hilft Geranium, dieses Vertrauen wieder aufzubauen. Geranium Öl heilt das gebrochene Herz.

## **Ginger-Erfolgreich sein ist dein Geburtsrecht!**

Du lernst, deine energetische Ausrichtung auf Erfolg zu richten und dem Erfolg erlauben, in deinem Leben zu sein. Du kannst deine innersten Herzenswünsche manifestieren: Wünsche, die wirklich deinem innersten Wesen entsprechen, deiner Wahrhaftigkeit entsprechen. Es lehrt dich, im Einklang mit deinen Wünschen und den dazu passenden Entscheidungen zu sein. Das Öl spricht auch tiefere Ebenen einer möglichen Opfermentalität an. Als Opfer gibst du anderen oder äusseren Umständen die Macht über deinen Erfolg. Ingwer lehrt dich, die volle Verantwortung für dich und dein Leben zu übernehmen: dann ist Fülle und Erfolg die unabwendbare Folge.

## **Grapefruit-Ehre und wertschätze deinen Körper!**

Bist du nie zufrieden mit deinem Körper? Das Grapefruitöl gibt dir echten Respekt und Wertschätzung für deinen Körper zurück. Dieses Öl zeigt dir auch, dass Essen niemals deine wahren Bedürfnisse nach Liebe, Wertschätzung und

## **Helichrysum-Befreie dich von deinem Schmerz!**

Viele tiefsitzende Traumata, unterbewusste Programme, ungelöste Konflikte, emotionale Verletzungen und tiefer Seelenschmerz brauchen das Öl von Helichrysum für die tiefen Schichten der Seele. Es unterstützt einen Prozess, dass du sanft von deinem Schmerz befreit wirst. Gibt dir ein tiefes Vertrauen in dein Leben zurück. Du wirst fühlen können, dass alles gut wird. Wenn du emotionale Traumata angehen willst, die durch Schockerfahrungen entstanden sind, dann ist dieses das Öl der Wahl. Hast du Abhängigkeiten zu lösen zb von Tabak, Drogen, Alkohol - ? Wenn du nahestehende Menschen durch Unglück oder Krankheit verloren hast, dann hilft Helichrysum dir dabei, diese tiefen Wunden zu heilen.

## **Jasmin-Geniesse deine Sexualität!**

Jasminöl unterstützt dich dabei, eine gesunde Sexualität zu entwickeln und deine sexuelle Kraft auszubalancieren. Dann wirst du die Intimität mit deinem Partner wirklich genießen können. Es hilft dir auch dabei, die schlummernde Leidenschaft in dir wieder zu entwickeln. Ein Aphrodisiakum! Hilft auch bei der Lösung von sexuellen Traumata.

## **Juniper Berry-Erkenne deine Ängste!**

Wacholderöl hilft dir, lange verborgene Ängste zu entdecken und zu lösen. Es wirkt wie ein Katalysator und hilft diejenigen verdrängten Ängste und Themen zu erreichen, die dir selber gar nicht bewusst sind. Es gibt auch Mut und energetischen Schutz in der Nacht.

## **Lemongrass-Reinige dein Energiefeld!**

Lemongrass sorgt dafür, dass dein Energiefeld wieder gereinigt und geklärt wird, wenn zu viele unterschiedliche Energien auf dich einprasseln – wenn du nicht mehr weisst, was zu dir gehört und was nicht. Auf psychischer Ebene kann es dir helfen, alle Dinge aus deinem System zu entfernen, die du dir aufgeladen hast, jedoch nicht mehr benötigst. Du kannst alle toxischen Energien, die du unbewusst übernommen hast, loslassen. Zitronengras gibt dir das Vertrauen in deinen Lebensweg zurück.

## **Lime-Lass dein heiles Herz dein Kompass sein!**

Das Öl der Limette wird dir helfen, wieder eine gesunde Balance zwischen Herzen und Verstand zu erreichen. Wenn dein Herz blockiert ist und du resigniert bist, dass hilft dieses Öl. Es gibt dir Lebensmut und dein Herz erinnert sich wieder an Liebe und Vertrauen. Ein reinigendes Öl für dein Herz, es befreit dich von Entmutigung und von depressiven Gedanken und Gefühlen.

## **Marjoram-Verbinde dich mit anderen!**

Marjoram hilft dir, anderen zu vertrauen und bedeutungsvolle und tiefe Beziehungen zu anderen Menschen einzugehen. Oftmals haben schlimme traumatische Erlebnisse unser Vertrauen in andere Menschen erschüttert: in der Folge entwickelst du eine Angst vor menschlichen Beziehungen. Du ziehst dich immer weiter zurück und isolierst dich; Marjoram wird alte Muster an die Oberfläche holen und dein Unterbewusstes auf sanfte Weise läutern.

Es unterstützt dich dabei, wieder Vertrauen zu fassen und es heilt alte Wunden. Wenn du dich sicher und geliebt fühlst, dann brauchst du dich nicht mehr zu schützen und zu verstecken und kannst deine Einzigartigkeit freier zum Ausdruck bringen.

## **Melissa-Lasse dein Licht scheinen!**

Melisse lässt das Licht der Wahrhaftigkeit in uns erwachen: dieses Öl ist so lichtvoll, dass es dich daran erinnern wird, wer du wirklich bist und warum du auf die Erde gekommen bist. Melisse begleitet dich dabei, in dein wahres Potential und in deine Talente hineinzuwachsen – in deine Kraft zu kommen. Du wirst wieder der Weisheit deiner göttlichen Führung folgen können.

Befreie dich mit der Melisse von allem, was dich unterdrücken möchte!

## **Myrrh-Fühle Geborgenheit im Leben!**

Die Myrrhe ist ein sehr erdverbundenes Öl. Eines der drei Geschenke der Heiligen Drei Könige an das Jesuskind war die Myrrhe. Myrrhe unterstützt dich, wenn es Störungen in deiner Mutter-Kind-Beziehung gibt. Wenn es eine Trennung von deiner biologischen Mutter gibt, dann ist dies ein besonders wichtiges Öl, um diese zu überbrücken und wieder herzustellen.

Myrrhe heilt energetische Störungen in der Mutterbindung oder eine fehlende Mutter-Kind-Anbindung, die zb durch Adoption, ein Geburtstrauma oder einen frühen Bindungsabbruch oder durch grobe Abweisung als Kind entstanden ist.

Es hilft deiner Seele, die liebende und nährenden Präsenz einer Mutter zu fühlen.

Fühle dich geliebt und sicher!

## **Patchouli-Fühle Präsenz in deinem Körper!**

Patchouli hilft dir, dich wieder in die völlige Präsenz in deinem Körper zu bringen. Massiere das Öl in deine Füße ein und gehe damit ganz bewusst barfuß über die Erde. Wenn du dich ausgelaugt und erschöpft fühlst, dann hilft es dir, wieder in deine Kraft zu kommen. Patchouli hilft, wieder in die Verbindung mit der Erde zu kommen – es erdet und stabilisiert dich. Auf einer ganz tiefen Ebene hilft es dir, mehr Frieden in der Präsenz deines Körpers zu fühlen und deinen Körper anzunehmen, zu wertzuschätzen und mehr in dich und deinen Körper zu vertrauen.

## **Rom. Chamomile-Erkenne und lebe deinen spirituellen Weg !**

Die Kamille besänftigt dein Handeln und führt dich dazu, dass dein Ego sich entspannen kann und du dich besser hingeben kannst. Es bringt dir dein Selbstvertrauen zurück und lässt dich erspüren, dass es einen Grund gibt, weshalb du auf die Erde gekommen bist. Du bist ein einzigartiger Mensch mit einer ganz besonderen Begabung! Es hilft dir auch, dich auf erfüllende Betätigungen zu konzentrieren und dich nicht mit nutzlosen und frustrierenden Beschäftigungen zu beschäftigen. Mache das, was du liebst, dann wirst du automatisch Erfolg haben.

## **Rose-Lass göttliche Liebe in dein Herz fließen!**

Rose ist ein kraftvolles Heilmittel für das emotionale Herz. Es erinnert dich daran, die göttliche Gnade anzunehmen, wenn du in einem Genesungsprozess bist. Es hilft dir, den Druck und die Kontrolle loszulassen.

## **Rosemary-Die Quelle für höhere Weisheit**

Rosmarinöl hilft dir bei der optimistischen Einstellung für anstehende Veränderungen. Es führt dich zum Verstehen auf einer tieferen Ebene, als es der Verstand leisten kann. Es unterstützt dich auch bei Lernschwierigkeiten indem es deine Konzentrationsfähigkeit und dein Erinnerungsvermögen stärkt.

## **Sandalwood-Gib dich hin!**

Sandelholz hilft dir, ganz im gegenwärtigen Moment zu sein und dich dem JETZT hinzugeben. Es hilft dir, deinen Verstand zu beruhigen. Es ist so kraftvoll, dass es dich auch von materiellen Anhaftungen befreien kann. Du kannst auch vertrauen, dass für dich gesorgt ist. Du kannst loslassen und dich Gott hingeben.

## **Thyme-Lass los und vergib!**

Vergeben bedeutet, die Seele und den Körper von negativer Energie zu reinigen. Vielen Menschen geht es dadurch viel besser – und sie werden sogar von körperlichen Symptomen geheilt. Wir wissen, dass uns Wut und Groll auf die Dauer krank macht.

## **Vetiver-Fokussiere Dich!**

Unbewusst fliehen wir vor tiefem emotionalem Schmerz, weil wir ihn nicht erfahren möchten. Vetiver fordert dich heraus, dich der Tatsache zu stellen, dass du meist vor deinem Schmerz flüchtest. Das Öl wird dich so in deinem Selbst zentrieren, dass du direkt zu den Wurzeln deiner emotionalen Themen geführt wirst.



Es hilft dir auch dabei, dich von diesen Themen zu befreien, ohne jedoch ausgewichen zu sein. Vetiver führt dich zu einem emotionalen Heilungsprozess indem es dich im gegenwärtigen Moment verankert. Es hilft dir, eine tiefe Verbindung zu deinen Gefühlen und Gedanken einzugehen. So kannst du die Wurzeln deiner Themen aufdecken und dir all das ins Bewusstsein holen was bisher im Verborgenen gewirkt hat. Du wirst deine Prioritäten im Leben neu formulieren können und dich mehr fokussieren können. Vetiver verankert dich auch mit beiden Beinen auf der Erde und bringt deinen Kopf zur Ruhe. Es wird dich in Krisen begleiten und wieder ruhig schlafen lassen. Wenn du abends vor lauter Gedankenkarussell nicht schlafen kannst, dann helfen einige Tropfen Vetiveröl kombiniert mit Lavendelöl im Diffuser und du wirst wieder die Ruhe finden, um einschlafen zu können.

## **Wild Orange-Öffne dich für Wohlstand und Überfluss!**

Wild Orange spricht viele Themen im Zusammenhang mit Wertbewusstsein an. Es inspiriert Überfluss, fördert die Kreativität und unterstützt eine positive Stimmung, bringt körperliche Energie zurück und hilft bei notwendigen Veränderungen. Das Öl zeigt dir, dass es nichts zu befürchten gibt. Zudem inspiriert es dich, unbegrenzte Möglichkeiten für deine Herausforderungen und Probleme zu sehen. Das Öl der wilden Orange hilft dir auch, ein Bewusstsein zum Thema Geld zu entwickeln: es geht nicht darum, schnell viel Geld zu verdienen sondern vielmehr geht es darum, dir klar zu werden über deinen Beitrag, den du der Welt und den Menschen geben kannst und welche Werte du vertrittst.

Es hilft dir, das Thema „Überfluss“ zu verstehen und dein Mangelbewusstsein, deine Glaubenssätze dazu loszulassen. Angst, Nervosität, Mangel an Humor und Arbeitssucht sowie der Glaube daran, dass du nicht genug hast, werden weichen. Echter Reichtum besteht auch darin, zu geben ohne dass du etwas dafür zurückbekommen musst.

### **Wintergreen-Lass das Göttliche durch dich wirken!**

Wintergreen lehrt dich, dich völlig hinzugeben. Du musst nicht immer recht haben und alles wissen. Du musst nicht alle Last selber tragen. Wintergrün gibt dir eine starke innere Kraft, damit du dich mehr mit Gott verbinden kannst und damit du weißt, dass das Göttliche in dir ist und dich führt.

Deine emotionalen Anhaftungen beruhen oft auf dem Glauben, dass das Leben schmerzhaft sei und du alles alleine tragen musst. Du hast dies wahrscheinlich so von deinen Eltern und der Gesellschaft gelernt. Du lernst wieder vertrauen, dass eine höhere Quelle da ist und dich begleitet und führt. Du kannst wieder vertrauen lernen.

### **Ylang Ylang-Dein inneres Kind befreit sich!**

Ylang Ylang ist ein kraftvolles Heilmittel für das emotionale innere Kind – das emotionale Herz. Es verbindet dich mit der Einfachheit und Reinheit des Herzens. Deine kindliche Unschuld wird wieder entfachen. Ylang Ylang ist ein kraftvolles Heilmittel, um emotionale Traumata aus der Vergangenheit zu heilen. Wenn du als Kind verletzt wurdest durch Missachtung, Liebesentzug oder Beschimpfungen, dann wird dir dieses Öl bei der Verarbeitung helfen.

Diese Wunden werden geheilt werden. Oft versuchen wir, den Erwartungen von anderen Personen zu entsprechen – aus Angst vor Zurückweisung oder aus Angst, nicht liebenswert zu sein. Oft führt dieses Verhalten zu einer Abhängigkeit und das Selbstwertgefühl leidet darunter. Ylang Ylang ist ein wertvoller Begleiter beim Loslassen von blockierten Emotionen. Davon befreit, darf die Lebensfreude wieder Einzug halten in dein Leben.

## Roll-On Rezepte



### Mentale Klarheit

- 5 Lemon
- 3 Rosemary
- 2 Cypress

### Motivation

- 3 Tangerine
- 2 Peppermint
- 2 Rosemary

### Angstfrei

- 5 Adaptiv
- 3 Lavender
- 2 Melissa

### Gib niemals auf

- 4 Spearmint
- 4 Motivate
- 2 Lime

### Beruhigung

- 4 Serenity
- 2 Balance
- 2 Rom Chamomille

### Herzöffner

- 5 Wild Orange
- 3 Ylang Ylang
- 2 Frankincense
- 1 Geranium