

Die 10 wichtigsten Öle und ihre Emotionen

Lerne die ätherischen Öle von dōTERRA kennen. - das perfekte Starter Kit.



DEINE NATURLICHE
ALTERNATIVE

Du willst mehr darüber wissen?
Melde dich gerne.



LAVENDER

Öl der Kommunikation & Ruhe

Affirmation:

„Ich lebe und spreche meine eigene Wahrheit.“

Wirkung

Entspannend, lindernd, pflegend,
beruhigend

Der Duft des Lavendel unterstützt Menschen, die sich am liebsten verstecken würden und ihre Gedanken und Gefühle nicht ausdrücken können, weil sie die Erfahrung gemacht haben, dass man sich verletzlich und angreifbar macht, wenn man das sagt, was man fühlt und denkt.

Lavendel schenkt dir Vertrauen und Mut, dich auszudrücken

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Allergien, Hautallergien, Verbrennungen, Mückenstiche, Jucken, Trockene Haut, Sensible Haut, Wunden, Sonnenbrand

negative Emotionen: Schlafstörungen, Nervosität, Stress, Angst, Depression, Angst vor Zurückweisung, blockierte Kommunikation, sich ungesehen und ungehört fühlen, eingeschnürt, angespannt, verstecken

positive Eigenschaften: innerer Frieden, offene Kommunikation, ruhig, ausdrucksvoll, sich seiner selbst bewusst.

TIPP: Vor einem Vortrag oder einer Präsentation Lavendelöl einatmen, hinter die Ohren tupfen und entlang der Wirbelsäule auftragen.

Dani's Live & Love



TEA TREE

Öl der energetischen Abgrenzung

Affirmation:

„Ich halte meine Grenzen.“

Wirkung

Entzündungshemmend,
reinigend, unterstützend

Teebaumöl hat von Natur aus eine reinigende Kraft, löst negative energetische Belastungen. Es befreit insbesondere von abhängigen und parasitischen Beziehungen.

Teebaum ermutigt die Menschen, sich mit anderen auf eine Art zu verbinden, die die Individualität aller respektiert.

Anwendungsschwerpunkt*

Körperlich: Akne, Hautausschläge, bakterielle Infektionen, Husten, Halsschmerzen, Bindehautentzündung, Grippe, Herpes, Immunsystem, infizierte Wunden, Pilzinfektionen, Sonnenbrand

negative Emotionen: Parasitäre und voneinander abhängige Beziehungen, schlechte Abgrenzung, willensschwach, Toxizität, machtlos

positive Eigenschaften: Energetische Grenzen, gesunde und respektvolle Verbindungen, sicher



PEPPERMINT

“Öl des lebhaften Herzens”

Affirmation:

„Ich bin vital und lebendig.“

Wirkung

Kühlend, lindernd, belebend

Die Macht des Pfefferminz bringt Freude und Frohmot in Herz und Seele. Es belebt Geist, Körper und Seele und erinnert uns daran, dass das Leben glücklich sein kann und dass sie nicht von der Angst kontrolliert sein müssen.

Es unterstützt Menschen, die eine kurze Verschnaufpause brauchen.

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Aufmerksamkeit, Müdigkeit, Fieber, Kopfdruck, Hitzewallungen, Hitzeschlag, Verdauungsstörungen, Übelkeit, Lippenherpes, Mundgeruch

negative Emotionen: Unerträgliche Qualen, Verzweiflung, schweres Herz, pessimistisch, traurig

positive Eigenschaften: Lebensfroh, optimistisch, erleichtert,

Dani's Live & Love



LEMON

“Öl für Fokus und Energie”

Affirmation:
„Ich behalte Fokus.“

Wirkung

Reinigend, anregend, belebend,
erfrischend

Der angenehme Duft von Lemon regt den Geist an und hilft bei der Konzentration. Lemon unterstützt den Körper, aber ihre größten Effekte erzielt sie auf der mentalen Ebene.

Lemon ist besonders hilfreich bei Lernschwierigkeiten. Bei Menschen, denen die Konzentration schwerfällt oder die sich nicht in der Lage fühlen etwas zu lernen, klärt Lemon Selbstzweifel.

Anwendungsschwerpunkte

Körperlich: Heiserkeit, Sodbrennen, Darmparasiten, Wasserreinigung, Luftreinigung, Reinigung von Badzimmer/Küche,

negative Emotionen: Konzentrationsmangel, Angstzustände, mental erschöpft, Mangel an Freude und Energie, Lernschwierigkeiten, verwirrt, abgetrennt

positive Eigenschaften: Konzentriert, voller Energie, geistige Klarheit, wachsam, freudig

Dani's Live & Love



FRANKINCENSE

“Öl der Wahrheit”

Affirmation:

„Ich erlebe mein höchstes Selbst.“

Wirkung

Zellerneuernd, wärmend,
beruhigend

Weihrauch ermutigt die Menschen, niedrige Vibrationen, Lügen und Negativität loszulassen. Dieses Öl hilft dabei, neue Perspektiven zu sehen, die auf Licht und Wahrheit beruhen.

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Asthma, Bronchitis, Wunden, Entzündung, Warzen, Narben, Geschwüre, Falten, Multiple Sklerose

negative Emotionen: Alzheimer, emotionales Ungleichgewicht, Verwirrung, Mentale Erschöpfung, im Stich gelassen werden, geistig abgetrennt

positive Eigenschaften: Erleuchtet, geliebt, geschützt, Weisheit, offen für Spiritualität

Dani's Live & Love



OREGANO

Öl der Bescheidenheit und der Losgelöstheit

Affirmation:

„Ich lasse los.“

Wirkung

Reinigend, beruhigend, wärmend

Oregano löst negative Bindungen, Blockierungen und klärt Negativität. Menschen die Oregano brauchen, mögen auch versuchen, andere Menschen zu ihrer eigenen starren Meinung zu bekehren. Ihr starker Wille kann sie unbelehrbar und unwillig zum Nachgeben machen.

Oregano ermutigt zu wahrer Spiritualität, indem er die Seele dazu einlädt, in einem Zustand von Losgelöstheit zu leben.

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Darmparasiten, Warzen, Fußpilz, Muskelschmerzen, Grippe, Halsentzündung, Husten, virale Infektionen, Asthma, Bronchitis

negative Emotionen: negative Bindungen, stolz, rechthaberisch, eigensinnig, Überanhänglich, hochmütig, selbstherrlich, materialistisch

positive Eigenschaften: Bescheiden, Losgelöstheit, gutgewillt, flexibel

Dani's Live & Love



ON GUARD

“Die schützende Mischung”

Affirmation:
„Ich bin geschützt.“

Wirkung
Immunschutz, geschützt

On Guard stärkt unser Immunsystem, das unsere Fähigkeiten steuert, uns gegen Angriffe von psychischen und negativen Energien zu wehren.

On Guard ist sehr hilfreich, um das innere Selbst zu stärken, sowie die innere Entschlossenheit für sich selbst einzustehen und in Integrität zu leben.

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Erkältungen, Grippe, Halsschmerzen, Husten, Abszess, Reinigung, Schimmel, Schweißfüße, antiviral, antibakteriell, antimykotisch, Infektion, Luftverschmutzung,

negative Emotionen: Sich schutzlos und verletzlich fühlen, angegriffen, kontrolliert

positive Eigenschaften: gesunde Grenzen, geschützt, unabhängig, gestärkt

Dani's Live & Love



ZEN GEST

Verdauungsfördernde Mischung

Affirmation:
„Ich kann alles verdauen.“

Wirkung
Verdauung

Zen Gest unterstützt dabei Stress, Ärger und Probleme besser zu verdauen. Zusätzlich kann es helfen, Erschöpfung und Müdigkeit zu überwinden, sowie die Stimmung aufzuhellen.

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall, Bauchkrämpfe, Reisekrankheit, Morbus- Crohn, Übelkeit, Sodbrennen, Verdauungsstörung, Verstopfung

negative Emotionen: Appetit auf Lebensmittel oder auf das Leben selbst, unfähig neue Informationen oder Erfahrungen zu verarbeiten, überstimuliert

positive Eigenschaften: Hilft dir das Leben psychisch und physisch besser zu verdauen

Dani's Live & Love



AIR

“Atemwegsmischung - Luft zum Leben”

Affirmation:

„Ich atme frei und unbeschwert.“

Wirkung

durchatmen, frische Luft, befreit

Air unterstützt das Durchatmen, erleichtert und befreit die Atmung. Denn das tiefe und entspannte Durchatmen ist die Essenz des Lebens.

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Antiviral, Asthma, Atemwege, Bronchitis, Erkältung, Husten, Verstopfung oder Entzündung der Nasennebenhöhlen

negative Emotionen: Besorgtheit, Traurigkeit, Kummer, nicht fähig sein tief zu atmen, Ängstlichkeit, eingeschnürt, Misstrauen

positive Eigenschaften: befreiend, durchatmen, erleichtert das “Durchatmen”

Dani's Live & Love



DEEP BLUE

“Lindernde Mischung”

Affirmation:

„Ich lass die Anspannung los.“

Wirkung

Beweglichkeit, Aktivität,
Wohlbefinden

Deep Blue besänftigt Verspannungen nach körperlichen Aktivitäten. Es lindert das Gefühl von Überanspannung und wirkt beruhigend.

Anwendungsschwerpunkte*

Körperlich: Arthritis, Rückenschmerzen, Blutergüsse, Entzündungen, Prellungen, Spannungskopfschmerzen, Verstauchung, Gelenkschmerzen

negative Emotionen: Schmerzresistent, vermeiden emotionaler Themen, hysterisch in schmerzvollen Situationen

positive Eigenschaften: kühlend, beruhigend, losgelöst, schmerzlindernd

Dani's Live & Love

Du möchtest mehr über die Öle wissen?
Schreib mir gerne

*kein Heilversprechen. Informationen aus
Erfahrungsberichten.

Dani's Live & Love