

Erste Hilfe für die Seele

Mit ätherischen Ölen emotional stärken,
zur Ruhe kommen & neue Kraft schöpfen

Deine Nase weiß,

was dir guttut.



Beruhigen
& entspannen



Stimmung
aufhellen



Herz öffnen
& verbinden



Klarheit finden
& loslassen



Neue Energie
& Kraft tanken



Körperöl - Wohlfühlzeit

- 50 ml Mandelöl
- 4 Tropfen Rose 3%
- 3 Tropfen Vanille Extrakt
- 1 Tropfen Lavendel



Alle Zutaten in einer Flasche mischen
und nach dem Duschen auf die
noch feuchte Haut auftragen.

Dekolleté-Spray

- 45 ml Melissenhydrolat
- 5 ml Alkohol 70%
- 2 Tropfen Melisse 10%
- 2 Tropfen Mandarine
- 1 Tropfen Tonka Extrakt



Ätherische Öle mit dem Alkohol
mischen, dann mit dem Hydrolat in
eine Sprühflasche füllen.

Herzbalance-Parfum

- 27 ml Parfum-Grundlage
- 2 Tropfen römische Kamille
- 4 Tropfen Orange
- 2 Tropfen Petitgrain Bergamotte
- 3 Tropfen Neroli 10%
- 2 Tropfen Tonka Extrakt



Alle Zutaten mischen und wie ein
Parfum benutzen.

Roll on „Herz im Takt“

- 10 ml Jojobaöl oder Alkohol 70%
- 3 Tropfen Ylang Ylang
- 3 Tropfen Narde
- 3 Tropfen Lavendel oder Bergamotte



Alle Zutaten (Alkohol mind. 70%)
in den Roll on füllen. Punktuell auf
die Pulse oder den Solarplexus
auftragen.



Für die Anwendung in Roll ons
sollte immer Jojobaöl oder Alkohol
gewählt werden, da andere
Pflanzenöle auf der Roll on Kugel
sehr schnell ranzig werden!

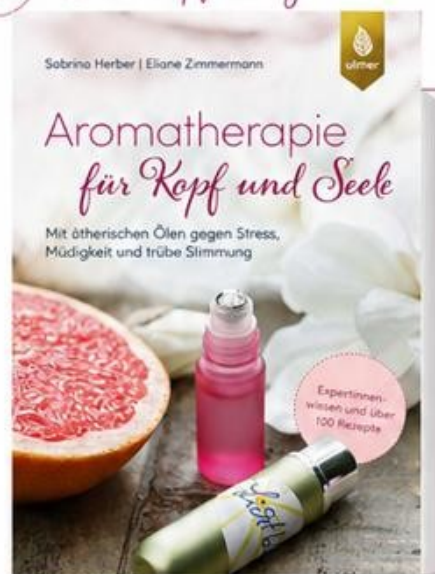
Duftauswahl

Lass deine Nase
entscheiden!



Dein Duft –
dein Moment –
deine Kraft.

Buchempfehlung



Mit Wissen, Duftprofilen und über
100 Rezepturen für mehr emotionale
Balance im Alltag.

Riechstift - in der Ruhe liegt die Kraft



- 1 Tropfen Zeder
- 2 Tropfen Bergamotte
- 1 Tropfen Melisse 10%
- optional 1 Tropfen Sandelholz 10%

Riechstift mit 1–2 ml Trägeröl befüllen,
ätherische Öle zugeben und kurz schütteln.
Bei Bedarf an der Nase riechen.

Herzbutter

- 1 TL Bienenwachspastillen
- 5 TL Mandelöl
- 3 Tropfen Benzoe Extrakt
- 2 Tropfen Rosen Absolve
- 2 Tropfen Melisse 10%



Bienenwachs bei ca. 65–70 °C im Wasserbad
schmelzen, dann die restlichen Zutaten
hinzufügen, rühren und abkühlen lassen.
Bei seelischem und körperlichem Herz-
Dysbalancen auf die Herzgegend auftragen.

Brustöl „Frei sein“

- 30 ml Mandelöl
 - 2 Tropfen Khella 20%
 - 4 Tropfen Majoran
 - 4 Tropfen Orange
 - 2 Tropfen Benzoe Extrakt
- Ätherische Öle mit dem Mandelöl
mischen und bei „Engegefühl“
den Brustkorb damit sanft einreiben.

