

Duftinspiration Mai 2023 - Orange süß - Citrus sinensis

Der Duft der Orange süß riecht leicht, frisch, sanft wärmend wie die aufgehende Morgensonne und bleibt für mich in der Herz-Kopfgegend hängen. Als Farbe würde ich hellgelb und/oder hellgrün wählen. Das Duftwesen meint: Nimm es leicht und mit einer Prise Humor - sei gut geerdet aber trotzdem beschwingt - achte auf die kleinen Dinge des Lebens die dir ein Lächeln ins Gesicht zaubern und die dein Herz mit Freude erfüllen - schau hin, es gibt sie, die vielen kleinen Wunder: das Lachen eines Kindes, fröhliche Musik, feines Essen, belebende Morgendusche, Leuchten der Sterne am Nachthimmel, Kuschelstunde mit dir... spüre Dankbarkeit und lächle dabei innerlich sowie äusserlich.

Die Leichtigkeit des Seins - Alles steht mir offen - Ich bin frei - Mein Herz ist offen, weit + warm - Ich breite meine Arme aus und heisse das Leben willkommen

Lebensfreude - Seelentrost - Herzenswärme - Süsse - Licht - Sonne - Geborgenheit - Heiterkeit - Gelassenheit - Entspannung - Zuversicht

Nutze die lebendige Kraft der Orange, um dir der Freuden deines Alltags bewusst zu werden.

Der Duft der Orange wirkt entspannend bei Unruhe + Stress sowie aufmunternd bei Sorgen + Traurigkeit. Er verbreitet eine wohltuende, angenehme Atmosphäre, stimmt aufhellend, gleicht aus und erfrischt zugleich.

Sein Duftprofil ist klar, frisch, fruchtig, sonnig, warm, harmonisierend, strahlend, lebenslustig, sinnlich, verwöhnend.

Auf der körperlichen Ebene wirkt Citrus sinensis antibakteriell, antiviral, immunstimulierend, entzündungshemmend, durchblutungsfördernd, kreislaufbelebend, lymphflussanregend, entkrampfend.

Das ätherische Öl der Orange wird angewandt bei Erkältungen, Lymphstau, rheumatischen Beschwerden, Blasenentzündung, Cellulite, Schwangerschafts-Übelkeit, Burn-Out-Syndrom, depressiver Verstimmung...

Trotz seines sanften Duftes gilt das Orangenöl wegen seines hohen Monoterpengehalts als Poweröl. In zu hoher Dosierung und bei Sonneneinstrahlung (photosensibilisierend) kann es die Haut reizen; insbesondere bei kleinen Kindern, älteren Menschen und bei empfindlicher Haut - in physiologischer Dosierung* sind keine Nebenwirkungen bekannt - zur Sicherheit immer erst an Handgelenk-Innenseite testen

*Darunter versteht man 0.5 bis 1%ige ätherische Ölmischungen. Dies bedeutet, dass der Anteil ätherischer Öle an der Gesamtmischung nicht mehr als 0.5 bis 1% beträgt. Als Faustregel gilt: 1%ige Mischung = 6 Tr. ätherische Öle auf 10 ml fettes Trägeröl



Themen Mai 2023

Anbindung an die Seele der Sonne (aus dem Kartenset «Heilsymbole & Zahlenreihen» von Pavlina Klemm) - Diese einfache Übung hilft dir dabei, dich über die Kraft deines Herzens mit der Seele eurer Erdsonne Ra zu verbinden. Diese verbindet dich dann weiter mit den Informationen der Zentralsonne unserer Galaxis und diese wiederum mit den Informationen der Zentralsonne der Schöpfer-Lichtquelle: Lasse einen Lichtstrahl aus deinem Herzen zur irdischen Sonne Ra aufsteigen - verbinde dich mit ihrer Seele und lasse den Lichtstrahl danach wieder zu deinem Herzen hinabströmen - du kannst diesen Lichtstrahl zwischen dir und der Sonne Ra kreisen lassen.

Schildkrötenpanzer - Landkarte der Seele (aus dem Kartenset Schöpfungsmuster der Natur» von Jeanne Ruland) - Der Schildkrötenpanzer steht für Führung von innen. Ziehe dich immer wieder zurück, verbinde dich mit dem Herz der Erde und des Universums - folge den Impulsen die von innen kommen.

Entwickle dich immer weiter (aus dem Kartenset Tools für die Neue Zeit von Christina von Dreien) - Viele Menschen sind der Meinung, dass es nur die Wege gibt, die sie kennen. Jedoch verhindert diese Art und Weise zu denken, dass Wunder in dein Leben treten können. Du darfst dich entwickeln, du darfst lernen. Das ist Evolution. Beginne damit, dir in deinem Leben einen Raum für Wunder zu erschaffen. Stelle dir einmal vor, dass alle Himmelssterne Sonnen sind und zu jeder Sonne gehört ein Planet... Beobachte, wie du über dich und andere denkst. Ändere dein Denken falls es nicht aufbauend und konstruktiv ist. Nimm Verbindung zu dem grossen Feld auf, das uns alle umgibt. Die Botschaft des Lichts an dich: Zeige dein Licht, lade Wunder ein, erwarte Wunder jederzeit. Alles was du erreichst und was du heilst, dient dir und gleichzeitig allem im Universum. Du hast eine grossartige Mission - Du bist schon alles, was du werden wolltest. Doch du solltest nie die Fähigkeit verlieren, zu lernen

Roher Morganit (aus dem Kartenset Die Magie der Kristalle von Colette Baron-Reid) - Behutsame Selbstbehauptung ist jetzt der Weg und die Botschaft des Morganit-Geistes an dich lautet, dich zu bewahren und nicht in Dramen und Kämpfe verwickeln zu lassen. Menschen, die aus ihrer Verletztheit heraus agieren, wissen dich und was dich ausmacht in diesem Moment vielleicht nicht zu schätzen; ziehe also gesunde Grenzen, denn dein Mitgefühl und dein Wohlwollen müssen auch dir selbst gelten. Bringe die Kraft, die in der Verletzlichkeit liegt, aufrichtig zum Ausdruck ohne dabei zu offenherzig zu sein. Lass andere erkennen, dass du dich auf dem Pfad der Heilung befindest - es weckt in ihnen vielleicht den Wunsch, es dir gleich zu tun. Überstürze nichts. Vertraue auf den Strom der Fülle. Wisse, dass deine Sensitivität dich die Zeichen erkennen lässt, wenn eine Situation der Korrektur bedarf. Du kannst auf deine Intuition und deine Empathie zählen... Morganit reinigt auf sanfte Weise unser Herz und ist eine wertvolle Hilfe, wenn wir uns von alten Mustern, Verletzungen und Blockaden lösen wollen, die liebevollen Beziehungen im Wege stehen...