

Duftinspiration März 2023 - Lavendelsalbei (kleinblättrig, ketonarm)

Beim Einatmen dieses Salbeiduftes wird es in meinem Brust-Kopfbereich sofort hell + leicht. Es riecht für mich frisch und rein. Jedoch gibt es da auch noch eine wärmende Komponente und diese fließt nun runter und lässt mich tief in den Bauch hineinatmen was diesen erhellt -

Was im Verborgenen liegt wird erhellt und über den Herz-Brust-Raum in meinen Geist/Verstand ans Tageslicht/Bewusstsein gebracht bzw. sichtbar gemacht. Dadurch entsteht Erleichterung und Klarheit für das weitere Vorgehen wird geschafft.

Der Duft wirkt stärkend, kräftigend, erhellend, anregend, konzentrationsfördernd, schleimlösend, aktivierend, antiinfektiös, auswurfördernd, krampflösend, entzündungshemmend... Er dient als sanftere Alternative zu echtem Salbei (niedrigerer Ketongehalt) bei Stress, Erschöpfung, Mutlosigkeit, Bedrücktheit, mentaler Erschöpfung, mangelnder Bodenhaftung, Erkältungen + Grippe, verstopfter Nase, unreiner Haut, Schuppen oder sich lictendem Haar.

Ebenso wird er angewandt zur Vorbeugung gegen winterliche Beschwerden, zur Luftreinigung, zur Nervenstärkung, zur Lern-Unterstützung und als Begleiter in schwierigen Situationen.

In der Alterspflege hat sich dieser Duft bewährt bei Konzentrationsschwäche, Demenz, Alzheimer, zur Raumreinigung und als Zugabe zum Waschwasser für die Einreibung zur morgendlichen Aktivierung.

Auch Muskelkater und -verspannungen sowie rheumatische Beschwerden können dank seiner krampflösenden Eigenschaften gelindert werden.

Immer wenn wir meinen, den Boden unter den Füßen zu verlieren, uns etwas auf den Magen schlägt oder wir die Nase voll haben, dann lindert er die stressbedingten Beschwerden. Auch bei mentalen Erschöpfungszuständen lässt er uns mit unseren Kraftreserven in Verbindung treten. Unser Nervenkostüm wird gestärkt, unsere Widerstandskraft angeregt und Zukunftsängste werden gemildert. Er hellt die Seele auf, so dass man in dunklen Momenten den berühmten Silberstreifen am Horizont erkennen kann.

Der kleinblättrige Salbei wird dem Halschakra zugeordnet - Ort wo Emotionen durch Stimme und Worte ausgedrückt werden. Dort unterstützt er uns dabei, die Selbsterkenntnis in uns und unsere persönliche Autorität zu stärken und diese auch liebevoll aber klar auszudrücken. Er verleiht unserer Stimme Kraft, Klarheit und Entschlossenheit.

Der Lavendelsalbei darf wegen seines Ketongehalts nur stark verdünnt (1 Tropfen auf 50 ml) zur Anwendung kommen. Bei Kindern unter sechs Jahren, in der Schwangerschaft und bei Epilepsie verzichten wir auf dieses Ätherische Öl/Duft.

Themen März 2023

Gott-Einheit (aus dem Kartenset «Heilsymbole & Zahlenreihen» von Pavlina Klemm) - Jedes Wort weist eine bestimmte geometrische Form auf, die eine energetische Wirkung entfaltet. Indem du die Karte anschaust, kannst du die Frequenz des Wortes «Gott-Einheit» in deinem System verstärken. Deine Anbindung an das Göttliche wird dadurch stabilisiert und erfüllt dein ganzes Sein. Sprich dabei die folgende Affirmation 3x laut aus: Ich bin an Liebe, Energie und Licht der göttlichen Quellen angebunden - Ich trage Liebe, Energie und Licht der göttlichen Quelle in meinem Herzen - Zeit + Raum sind eins.

Kleeblatt - Dreifaltigkeit - Körper, Geist & Seele (aus dem Kartenset Schöpfungsmuster der Natur» von Jeanne Ruland) - Achte auf die Balance von Körper, Geist und Seele. Indem du alle Ebenen in dir beachtest und abstimmt, bleibst du glücklich und gesund.

Lebe dein Leben wie DU es willst (aus dem Kartenset Tools für die Neue Zeit von Christina von Dreien) - Finde heraus, was dein Herz möchte und wer du selbst bist. Dein Herz ist dann glücklich, wenn du Du selbst bist - Führst du ein Leben, das dich glücklich macht? Was sind deine Herzenswünsche? Bist du ganz du selbst oder spielst du Rollen? In der neuen Zeit, die wir gerade immer mehr betreten, wirst du leben, was deiner Berufung und deiner Natur entspricht. Nur wenn du eins mit deinen Wünschen und der Realität bist, wirst du spüren, dass du im Fluss bist. Beginne, dein Herz und dein Leben immer mehr in Einklang zu bringen. Du darfst jetzt die unendlich wundervollen und hohen Energien, in denen wir sind, zusammen mit deinen Fähigkeiten dazu gebrauchen, dein Herz immer mehr an die erste Stelle zu stellen. Dein Herz darf der Seismograph sein, der dir den Weg zeigt. Du kannst bei jeder Handlung dein Herz befragen, ob es im Einklang mit dieser Tat ist. Je mehr du auf dieses wundervolle Werkzeug achtest, umso schneller und feiner wirst du erkennen, dass es nur darum geht, die Dinge mit dem Herzen und in Verbindung anzugehen. Begegne jeder Situation aus dem Herzen. **Die Botschaft des Lichts an dich:** Dein Herz ist dein Lehrer und du bist dein Herz, du bist pure Liebe. Spüre, wie sich dein Herz durch dich ausdrückt, wie es alles in deiner Umgebung leuchten lässt. Du bist das Licht, das Leuchten, die Liebe.

Chrysokoll (aus dem Kartenset Die Magie der Kristalle von Colette Baron-Reid) - Oft verharren wir in Schweigen, weil wir fremde Gefühle nicht verletzen oder uns nicht blamieren wollen. Wenn der Geist des Chrysokolls erscheint, will er dir sagen, dass jetzt nicht die Zeit ist, um deine Wahrheit zurückzuhalten. Übe dich in der rechten Rede und bringe dich in deinen Angelegenheiten auf liebevolle und aufrichtige Weise zum Ausdruck. Sprich aus, was du brauchst und erwartest. Du wirst gehört werden. Erkenne zugleich jede Wahrheit, die du von anderen Menschen hörst, als ihre Wahrheit an, denn als solche ist sie für uns alle von Wert. Hör genau zu, leg jede Abwehrhaltung ab und sei empfänglich für den Kern dessen, was andere dir mitzuteilen haben. Du kannst heute vieles lernen, wenn du bereit dazu bist. Vieles verhilft dir dabei, eine stabile Basis zu schaffen.

