

## **Balance™ Touch-Kiegyensúlyozó keverék**

A doTERRA Balance Touch friss, fás aromája tökéletesen illik azokhoz a helyzetekhez, amikor egy kis harmóniával tenne rendet mindennapjaiban. A lucfenyő, kámforfa, tömjén, kék varádics és kék kamilla esszenciális olajok olyan tökéletes keveréket alkotnak a frakcionált kókuszolajjal, amely magával ragadó illatával külsőleg alkalmazva békés, pihentető légkört és jó közérzetet teremt. Ez a praktikus doTERRA Touch keverék ideális társ akár otthon, akár útközben szeretné használni.

### **Összetevők:**

Frakcionált kókuszolaj, lucfenyő levél, rózsafa, tömjéngyanta, kék varádics virága, kék kamilla virága, illatcserje virága

### **Tulajdonságok:**

- a doTERRA Balance Touch keveréket olyan, az érzelmekre kedvező hatást gyakorló esszenciális olajok alkotják, amelyek együttes erővel járulnak hozzá a megnyugváshoz és a jó közérzethez
- a doTERRA Balance Touch illóolaj szétválasztja az összetapadt vérlemezkéket, növeli a véroxigénszintet
- frissít, revitalizál és emeli a sport teljesítményt
- enyhíti a stresszből adódó hátfájást
- a test minden pontjára kiterjedő, teljes körű relaxációt biztosít
- a doTERRA Balance Touch illóolaj békés, kiegyensúlyozott közérzetet teremt
- csillapítja az idegességet és a feszültséget
- vigasztal, harmonizál, nyugalmat áraszt
- nyugtatja a fájó izmokat és az ízületeket
- egyensúlyba hozza a hangulatingadozást vagy a hiperaktivitást
- segíthet energiahiány esetén
- görcsök, rohamok, kóma esetén elsősegély

### **Balance - Földelő egyensúly**

Elsősorban fás olajok és gyökerek kombinációja ez az egyensúlyi keverék. A fa a jelenben van, nem rohan, stabil. A Balance lágyító energiája tökéletesen nyugtatja a túlpörgős gyerekeket, akiknek nehézkes a megnyugvás. Gyógyír azoknak, akiknek szükséges újrapcsolódniuk a gyökereikhez. Megerősíti az alsó test kapcsolódását a Földdel, mely különösen fontos, amikor túlgondolás,

eltúlzott beszéd vagy túlzásba vitt spirituális munka történt. Különösen hasznos azoknak a személyeknek, akik menekülnek az életből szétkapcsolódással, lekapcsolódással. Ezek az emberek kerülnek a hosszú távú elköteleződéseket munkában és párkapcsolatban egyaránt, a sodródást választva. Emlékeztet az álmok megvalósítására, a vágyak és célok elérésére, míg ez meg nem valósul a fizikai világban. Megtanítja az igazi kitartást és támogatja a jelenben maradást azzal a különleges ötlettel vagy tervvel, ami szükséges az álmok megvalósításához. Lelkierőt is bátorítást ad, valamint megtanítja, hogy az ember az energiát földelje és beépítse az elképzeléseibe olyan türelemmel, mint amilyen egy fának is szükséges a kifejlődéséhez. Elősegíti a testi-lelki harmóniát, nyugodtságot.

### **Lavender - Levendula Illóolaj 15 ml**

Levendula – Lavandula angustifolia.

A levendula az olajok királynője, sokoldalú felhasználhatósága miatt az első számú illóolaj. Virágos, légies illata nyugtató és pihentető előnyökkel rendelkezik, akár fürdővízben vagy egyenesen a bőrünkön is használhatjuk. Levendula virágból nyerik gőzdesztillációval.

Tulajdonságok:

- a doTERRA Levendula Illóolaj nyugtatja az eseti bőrirritációt
- nyugtató tulajdonsága miatt elősegíti a békés alvást
- eloszlatja a depressziót, a félelmeket
- segít csillapítani az idegességet, javítja a hangulatot
- nyugtató hatást fejt ki a testre
- praktikus az izmok megnyugtatására és a test ellazítására megerőltető gyakorlatok után
- enyhíti a gyomorfájást, jótékony hatást gyakorol általános gyomorpanaszok esetén
- megnyugtatja a bőrt, gyógyítja a bőrhibákat, pattanásokat, és egyéb bőrproblémákat is orvosolhatja: ekcéma, pikkelysömör, herpesz, leégés, csalánkiütés, szájpenész
- megújítja a bőrt horzsolások, vágások, sebek, műtéti hegek, hólyagok esetén
- csökkenti a bőrhibák megjelenését

#### Alkalmazás:

- sűrű és egészséges hajért keverjük samponunkhoz
- hígítatlan illóolajat kenjük égésekre, rovarcsípésekre, vágásra
- stressz, szorongás, idegesség esetén a szobában párologtassunk diffúzorban levendula illóolajat
- allergiára, szénanáthára használjuk belsőleg, kapszulában vagy nyelv alá cseppentve együtt borsmentával és citrommal vagy inhalálja a tenyérből (Triage-allergia trió)
- a doTERRA Levendula Illóolaj gyerekeknél egészen kicsi kortól használható, fogzási fájdalom esetén kenjük a baba ínyére, hasgörcs, nyugós, zaklatott állapot esetén felületileg megfelelően hígítva gerinc mentén, masszírozva hasra és talpakra
- lázcsillapítás citrommal együtt gerincre, talpra kenve
- orrvérzés, kötőhártya gyulladáskor orrnyeregére, szem körül kenjük
- fejfájás, migrén esetén párologtassunk levendulát és használjuk felületileg halántékon
- menstruációs görcsre használjuk felületileg a petefészek fölött tömjénnel
- szőrtelenítés után megnyugtatja a pórusokat és az érzékeny bőrt
- használjuk egy egészséges fejmasszázshoz borsmentával együtt

#### Lelki hatás:

A levendulaolaj segít elűzni a félelmeket, kishitúséget, helyreállítja a lelki egyensúlyt.

#### Használat:

Külsőleg, belsőleg, aromásan, helyileg, bőrön, hígítás nélkül is használható.

#### Lavender (Levendula) - Kommunikáció és nyugalom

Segíti a verbális kifejezést és nyugtatja az elmét. Különösképp, mikor az ember a bizonytalanságból adódóan nyugtalan, mert kockáztatni kell az igazi gondolatok és érzések megélését és kiközvetítését. Mély félelemre lel, mely látható és hallható. Akinek a Levendulára van szüksége, blokkolja a valós önkifejezését. Mialatt külsőleg kifejezi az érzéseit, a valós, mély, belső gondolatokat és érzéseket visszafojtja. A kifejezés nincs kapcsolatban a szívvel, sem a lélekkel. A Levendula támogatja az embert, hogy kiengedje a feszültséget, ami a visszafojtott

érmelmekből fakad. Ez a fajta kommunikáció aggodalmat, szorongást és alvászavart okozhat. Múltbéli tapasztalatok miatt, az ember félelmet és védtelenséget érezhet, ha kifejezésre juttatja amit érez vagy gondol, amivel potenciális visszautasítás is előfordulhat, amit korábban már megtapasztalt. Ezek az emberek gyakran maguknak se engedik meg, hogy kapcsolatba lépjenek azzal, amit valóban érznek vagy gondolnak. Nem hallatják az igazi hangjukat, mert csapdában vannak. Ezzel az állapottal olyan erős érzések társulhatnak, mint a szeretetlenség, jelentéktelenség. A Levendula érzelmi őszinteségre ösztönöz, valamint ragaszkodik ahhoz, hogy az illető kibeszélje az igazi gondolatait és vágyait. Ahogy ezt sikerül megtanulnia, kiszabadul a maga általi bebörtönzésből. Az őszinte, nyitott kommunikáció eredményeként feltétel nélküli szeretetre, elfogadásra és békére lel az elmében, a lelkében és a szívében. Arra ösztönöz, hogy szabadon vállalja önmagát másokkal szemben.

### **Tee Tree - Melaleuca - Teafa Illóolaj 15 ml** Teafa- Melaleuca. Melaleuca alternifolia

Levelekből és a vékony ágakból desztillációval nyerik Ausztráliából. A Melaleuca (teafa) rendkívül hasznos növény. A Teafa olaj Ausztrália büszkesége. Aromája friss, zöld és felemelő. A tisztító, bőrfertőtlenítő és bőrfiatalító tulajdonságai miatt ismerik leginkább. A belőle nyert illóolaj valóságos patika már önmagában is.

Tulajdonságok: – a doTERRA Teafa Illóolaj elősegíti az egészséges immunrendszer működését

- véd a környezeti és szezonális fenyegetések ellen, erősíti a szervezet ellenálló képességét
- hatékony csíraölő, – általános fertőtlenítőszer, sebfertőtlenítő
- segít tisztítani és frissíteni a levegőt
- bőrfiatalító, bőrfertőtlenítő, – használható a bőr és a körmök tisztítására
- hűsítő: bőrbetegségekre, leégésekre, pattanásokra, vágásokra, sebekre, pikkelysömörre, csalánkiütésre, ekcémára, rovarcsípésre, szemölcsre alkalmazható
- alkalmi bőrirritáció esetén megnyugtatja a bőrt
- légúti betegségek tüneteit enyhíti (asztma, hörghurut, megfázás, fülfájás, torokfájás, mandula- és gégegyulladás)
- oldja a nyálkát, kihajtja a váladékokat

Alkalmazás: – használjuk felületileg vágások, sebek tisztítására és fertőtlenítésére

– megfázás, bronchitis esetén használja belsőleg kapszulában, felületileg a torkon és párologtassuk, – lakásban tisztításra, fertőtlenítésre használható

– fülfájás esetén használjuk felületileg a fül mögött és a fül körül, de semmiképpen a fülön belül

– citrommal együtt kenjük arcüregre arcüreggyulladás esetén

– torok-és mandulagyulladás esetén használjuk felületileg az érintett területen

– immunerősítés céljából gyerekeknek napi 1-2 alkalommal talpba és gerinc mentén masszírozzuk

– oregánóval együtt hatékony természetes antibiotikum, teafa oregano a gyilkos páros!

– hüvelygomba esetén tisztasági betétre cseppentve

– kötőhártya gyulladásnál, pattanásoknál belsőleg szurokfűvel (oregano) együtt kapszulában vagy felületileg az érintett területen használhatjuk

– használjuk felületileg hasfalon vírusok, baktériumok és hasmenés esetén

– lábgomba, candida esetén felületileg hígítva (pl. frakcionált kókuszolajjal) használjuk az érintett bőrfelületeken

– körömgombára oregánóval együtt hatásos

– herpesz esetén használjuk felületileg az érintett bőrfelületen

– fogszuvasodás esetén kenjük a fogínyre vagy a fogakra

– korpásodás, tetű ellen (megelőzőképpen ovis és iskolás gyerekeknél) adjon néhány cseppet a hajsamponhoz

Lelki hatás:

A doTERRA Teafa Illóolaj megnyugtat, erőt ad, segíti a logikus gondolkodást és a koncentrációképességet, segít összeszedettebbé válni. Ahogyan a teafa testi szinten elpusztítja a ránk rakódott parazitákat, úgy lelki szinten letisztítja rólunk a ránk rakódott negatív energetikai terheket.

Használat: Külsőleg, aromásan, helyileg bőrön hígítás nélkül is alkalmazható.

Nem okoz égő érzést, nem csíp, bátran használhatjuk gyerekek nyílt sebbe is.

Várandósság esetén is használható.

Tea Tree (Teafa) - Energetikai határok

Természetes méregtelenítő, segít megtisztulni a negatív energiáktól amiket hurcolunk magunkkal, illetve mérgező emberi kapcsolatoktól, amik leszívják az energiát, akiket konkrétan „energia-vámpíroknak” hívunk. Segít megtörni a negatív köteléket, hogy egy új, egészséges kapcsolódás alakuljon ki, mely tiszteli a személyes teret, határokat. Az energia vámpírok megsértik a szervezetek közti természetes törvényt. A Teafa ösztönzi az embert, hogy kapcsolódjon más emberekhez, ezáltal tisztelve, s becsülve mások működését. Segíti felismerni az egyénnek azt a részét, amely engedélyezi az ilyen fajta emberi kapcsolatokat. Ezáltal az erőteljes folyamat által a Teafa bátorítja a lemondást mindenféle önárulásról, beleértve azt is, hogy mások kihasználják idejét, energiáját, tehetségét, hogy mások belőle töltsenek, hogy nem áll ki önmagáért, vagy hogy ne érezze felelősnek magát mások problémái miatt.

### **On Guard Touch- Védelmet nyújtó keverék**

A doTERRA On Guard Touch gyengéd és praktikus felviteli módot biztosít ehhez a szabadalmazott, védelmet nyújtó keverékhez. A gyermekek és felnőttek számára egyaránt tökéletes doTERRA On Guard Touch keverék remekül alkalmazható külsőleg a mellkason és a talpon, hogy kellően átadhassuk magunkat energizáló és felemelő aromájának.

Összetevők:

Frakcionált

kókuszolaj, Vadnarancs, szegfűszeg, fahéj, eukaliptusz és rozmaring illóolaj.

27

Tulajdonságok:

- a doTERRA OnGuard Touch támogatja az immunrendszer természetes védekező mechanizmusát
- antioxidáns hatással rendelkezik
- véd a környezeti veszélyek ellen
- csírátlanítja a levegőt
- tisztítja a bőrt
- krónikus fáradtság kezelésére alkalmas
- a doTERRA OnGuard Touch aromája energiával és jobb kedvvel tölt el

Alkalmazás:

- immunerősítésre dörzsöljük rendszeresen doTERRA On Guard Touch keveréket gyermekünk talpába a tanév ideje alatt

- torokfájás esetén kenjük be vele a nyakunkat a torkunknál
  - alkalmazzuk a doTERRA On Guard Touch keveréket a csuklón és a pulzusponton minden reggel és este
  - praktikus golyós kiszerezésnek köszönhetően útközbeni használatra is tökéletesen alkalmas
  - használjuk a kezünkre bőrünk fertőtlenítése és hidratálása érdekében
- Lelki hatás:  
Energiakeltő és hangulatemelő hatást nyújt. Az On Guard megtanít kiállni önmagunkért. A védelem olaja.

Használat:

Gyermekek és felnőttek számára egyaránt ideális. Golyós kiszerezésének köszönhetően gyengéd és praktikus felvitelt biztosít.

On Guard – Védelem

Ahogy fizikai szinten megvéd a vírusoktól, baktériumoktól, energetikában pedig az élősködő személyektől, energiavámpiroktól, akik másokból táplálkoznak, negatív hatással vannak és lehúznak. Ahogy az illóolaj keverék megerősíti az immunrendszert, párhuzamosan úgy növeli a kapacitást az emberben, hogy ellent tudjon állni ezeknek a negatív energiáknak. Hihetetlen erőt ad belülről, hogy felálljunk, hogy kiálljunk magunkért, hogy felelősséget vállaljunk az életünkért, és döntéseket hozzunk. Amikor elgyengült valakiben az, hogy kijelölje a határait, hogy meddig enged be az életébe, az aurájába embereket, ezt a határ kijelölést nagyon megerősíti, mint egy pajzsot képezve. Megtanít arra, hogy „NEM”-et kell tudni mondani itt-ott embereknek az életünkben, saját magunk miatt, hogy így letisztazzuk a határainkat. Eddig és ne tovább! Segíti, hogy elvágjuk a nem egészséges kapcsolódásokat az életünk minden területén lévő emberi kapcsolatokban azokkal, akik élősködő, parazita mód érzelmi vírusként vannak jelen az életünkben. Ezekről megszabadulva megtanít, hogyan álljunk ki magunkért. Valamint segíti beépíteni az életünkbe az igazi önmagunkat, akik valójában vagyunk, így hozzájárulva ahhoz, hogy azt az életet éljük, ami igazán boldoggá tesz.

Aromatouch - Relaxáció

A testben lévő fizikai feszültséget segíti elengedni, megnyugtat, pihentet. Elmozdít az érzelmi merevségből, ami jelen van a szívben és az elmében, helyette a nyitottságot és rugalmasságot hozza felszínre. Nyugtatja a testet és az elmét,

amikor egy gyász/ veszteség folyamat feldolgozásában vagyunk, szomorúság van bennünk, ezeket segíti kezelni. Nagyon hasznos masszázst során, valamint párologtatva, egy állandó nyugalmi légkört teremt. Ellazítja az izmokat, segíti a mély ritmikus légzést. Ahogy fellazítja a feszültséget az izmokban, a szív kinyílik az életre. Hatékony a keringésre a testben, így az élet áramoltatásában is, mely elengedhetetlen ahhoz, hogy nyitottabbak legyünk, harmóniába kerüljön a testünk, a lelkünk és az elménk. Segíti az egyensúlyt, a kényelem- és biztonságérzetet, a rugalmasságot és nyitottságot.

### **Deep Blue Touch - Nyugtató keverék**

A Deep Blue termékek a használat közben kibocsátott nyugtató, mentolos aromájuk miatt népszerűek. Az izmokra és ízületekre kiterjedt hatása szinte azonnal érezhető, mély és tartós eredményt nyújt.

#### **Összetevők:**

A doTERRA Deep Blue Touch illóolaj frakcionált kókuszolaj, Kék varádics, Kúszó fajdbogyó, Szalmagyopár, Ylang Ylang, Borsmenta, Kámfor, Kék kamilla együttes keverék arra, hogy enyhítsék a fájó ízületeket és fájó izmokat.

#### **Tulajdonságok:**

- frakcionált kókuszolajjal hígított Deep Blue keverék praktikus golyós kiszerelésben a mindennapi támogatás érdekében
- felkészít a mozgásra
- a doTERRA Deep Blue Touch illóolaj hűsítő, nyugtató
- segít csökkenteni a feszültséget
- izmok megnyugtatása, test ellazítása
- rándulások, zúzódásokra, sérülésekre
- gyermekeknél növekedési fájdalom enyhítésére
- sportolóknak edzés előtt és után bemelegítésre, levezetésre, izomlázra

#### **Alkalmazás:**

- nehéz súlyok emelése után masszírozzuk a derekunkba
- helyileg használható a fájó pontokon
- használat után azonnal hűsít, majd fokozatosan csökkenti a fájdalmat
- gyermekek növekedési fájdalmára masszírozzuk lefekvés előtt gyermekünk lábaira

- rendkívül praktikus az izmok megnyugtatására és a test ellazítására megerőltető gyakorlatok után
- hosszú órákon át végzett ülőmunka után próbáljuk ki, hogy Deep Blue-t dörzsölünk az ujjainkba, a csuklónkra, a vállunkra és a nyakunkra

Használat:

Csak külsőleg, helyi alkalmazásra használható, belsőleg nem!

### Deep Blue - Fájdalomról való lemondás

Általánosságban fizikai fájdalomra használatos, de segíti azon egyént is, aki ellenáll vagy kerüli azokat az érzelmeket, amelyek a fizikai fájdalom háttérében állnak. Erősít abban is, hogy szembenézzünk az érzelmi sebeinkkel és engedjük a felszínre jönni, hogy átváltozzanak és gyógyuljanak. Ez az olajkeverék megtanítja az embernek, hogyan legyen megfigyelője a fájdalmas megtapasztalásnak ahelyett, hogy túlzottan azonosulna vele. Amikor az ember intenzív érzelmi vagy fizikai fájdalomtól szenved, akkor gyakori az irracionális viselkedés, vagy az, hogy elveszíti a fejét. A Deep Blue segít az elmének abban, hogy higgadt maradjon az érzelmi felfordulás, vagy fizikai fájdalom ellenére is. Ezáltal fenntartja a mentális tisztaságot, a veszéllyel vagy fájdalommal szemben. Lényegében a Deep Blue megtanít elviselni, tolerálni a fájdalmat. Felfedi annak a lehetőségét, hogy a fájdalom nem kegyetlen vagy rossz, csak egy Tanító. Ahelyett hogy az ember ellenállna a fájdalomnak, magáévá teheti a leckét, amit meg kell belőle tanulni. Ahogy az ember elengedi az ellenállást, a fájdalom csökken, és úgy ahogy van, elillan. Megértve a fájdalom természetét, a Deep Blue arra ösztönöz, hogy az ember asszimilálódjon az összes élettapasztalatával.

### **Wild Orange - Vadnarancs Illóolaj 15 ml**

Wild Orange- Vadnarancs- Citrus sinensis

A narancs héjából hidegsajtólással nyert friss, citrusos aromájú esszencia. A narancs héja tele van antioxidánsokkal, melyek segítenek az immunrendszert egészségesen tartani, főleg akkor amikor az a szezonális kihívásokkal találkozik.

Tulajdonságok:

- a Vadnarancs Illóolaj gazdag az antioxidáns hatásáról ismert monoterpénekben
- támogatja az immunrendszer működését

- édeskés illata szinte azonnali hangulatjavítóként, nyugtatóként hat
- csökkenti a félelmet, szorongást, stresszt
- energizál, felemelő érzést nyújt testnek, léleknek
- frissíti a bőrt
- szabályozza az étvágyat és segíti az emésztés folyamatát és az epehólyag működését
- segíti az alvást, nyugodt álmokat hoz
- tisztító hatású

#### Alkalmazás:

- méregtelenítésre adjuk kedvenc italunkhoz
- citrom olajhoz hasonlóan segít a konyhai, fürdőszobai felületek tisztán tartásában
- aromásan használva energizál, segíti a pozitív hozzáállást, hangulatjavító, fertőtleníti a levegőt
- gyomorégés, lassú emésztés esetén használjuk belsőleg (akár gyömbérrel együtt) egy pohár vízben
- szorongás miatti szorulásnál használjuk belsőleg kapszulában vagy tenyérből inhalálva
- érzelmi egyensúly megtalálására, kimerült lélek emelésére használjuk bőrre kenve vagy párologtassuk
- koncentráció segítésére keverjük borsmentával és párologtassuk vagy inhaláljuk tenyérből
- menopauza, klimax esetén hasra, pulzuspontra masszírozzuk és párologtassuk
- megfázás esetén masszírozzuk talpba vagy párologtassuk
- stressz, álmatlanság, félelem, szorongás esetén diffúzorban párologtassuk vagy inhaláljuk tenyérből

#### Lelki hatás:

A doTERRA Vadrarancs Illóolaj a bőség olaja. Bőségre inspirál, elősegíti a kreativitást, a pozitív hozzáállást, a hatékonyságot, a megújulást, segítséget nyújt az átmenetekben. Segít elengedni a félelmet, rugalmatlanságot. Örömet és játékosságot hoz az ember életébe.

#### Használat:

Külsőleg, belsőleg, aromásan, helyileg bőrön hígítás nélkül is használható. Napozás, szoláriumozás előtt 12 órával már ne használjuk a bőrre, mert fényérzékenyít, felerősítik az UV- sugárzás erejét, ami leégést okozhat.

## Wild Orange (Vadnarancs) - Bőség

Az érzelmi problémák széles skáláját ismeri fel és segíti. Inspirálja a bőséget, a kreativitást, a pozitív hangulatot. Segíti a kapcsolódást a Belső Gyermekekünkkel, ami hozzásegít a játékosság, spontanitás, élvezet megéléséhez. A lényege, hogy megtanítja mi is a bőség valós jelentése. Arra ösztönöz, hogy elengedjük a szűkös gondolkodás minden formáját: félelmet, merevséget, idegességet, munkamániát, humortalanságot, és azt a hitet, hogy valami nem elegendő, hogy „számomra nem juthat”. Emlékezted arra, hogy a természet forrásai kiapadhatatlanok, bőségesek. Megtanít úgy adni, hogy ne várjunk vissza cserébe semmit. A természetben mindig van elegendő, ezzel bátorít arra, hogy elengedjük a felhalmozást, gyűjtögetést, ami a hiány megtestesítője. Segíti az ember természetéből fakadó kreatív érzéseit, hogy határtalan megoldás van a problémákra, és nem kell félelemben élni. Megtanít, hogy teljes mértékben engedjük el magunkat, mint a gyerekek, és higgyünk a valós önmagunk szerinti életben. Az ember lényegében a bőség, osztozás, játékosság, nyugalom és élvezet, ezek az élet bőségei, és ezeket az ajándékokat adja a Vadnarancs.

## Peppermint - Borsmenta illóolaj- 15 ml

Borsmenta- Peppermint- Mentha piperita

A borsmenta a fodormenta és a vízi menta hibridje. Leginkább légzőszervi és emésztőszervi problémákra használhatjuk. Hűsít, frissít.

Tulajdonságok: – a doTERRA Borsmenta illóolaj enyhíti a görcsöket (menstruációs görcsök, hasi görcsök)

- gyomorpanaszokat nyugtatja (puffadás, gázképződése, hányinger, hányás, hasmenés, gyomorrontás, utazási betegségek, gyomorhurut)
- szezonális betegségek megelőzése levendula és citromolajjal együtt, lehűti a forró testet
- allergia, kiütések, rovarcsípések, viszketéscsillapítás
- égés, napszúrástól égett bőr
- izommerevség, izomfeszülés, sporthoz izomlazításra, lumbágó
- elősegíti a szájüreg egészségét
- élénkítő, frissítő, koncentráció segítő
- fejfájás, migrén, szédülés, ájulás tüneteit enyhíti
- asztmásoknak, felső légúti allergiával küzdőknek nagy segítség, hörgőtágító

hatású, csökkenti a légutak váladék termelő tevékenységét

– anyatej elapasztás, szaglászérzék elvesztése

Alkalmazás: – fejfájás, migrén esetén kenjük 1-2 csepp doTERRA Borsmenta illóolajat nyakra, halántékra, tarkóra, homlokra ( vigyázat szembe, szem környékére ne kerüljön)

– szezonális betegségek megelőzéséhez alkalmazzuk belsőleg levendula– és citromolajjal együtt ( Triease-allergia trió)

– láz enyhítésére használjuk felületileg a nyakon, háton, gerincen, talpon

– rossz lehelet és másnaposság esetén tegyünk egy cseppet egy pohár vízbe és gargalizáljunk

– émelygés, hányinger, emésztőrendszeri diszkomfort esetén cseppentsünk néhány cseppet tenyérbe, illetve kenjük has-, gyomor-, epe- májtájékán vagy vegyünk be pár cseppet kapszulában

– anyatej elapasztásra használjuk felületileg hordozó olajjal, kenjük a mellre vagy használjuk belsőleg kapszulában

– allergiára, kiütésekre vegyük be kapszulában, vízben vagy használjuk felületileg orr alatt vagy a talpon

– izomlazító, izomfeszülés esetén használjuk a fáradt izmokon

– fáradtság, kevés energia esetén, éberség fenntartásához keverjük hordozó olajjal és kenjük a pulzuspontokra

– lélegezzük tenyérből szaglászérzék elvesztése esetén

– égés, naptól leégett bőrön használjuk hígítva (pl. frakcionált kókuszolajjal) az érintett területen

– nyáron csodás hűsítő tarkóra kenve, bőrön használva először felhevít, utána hűt

– párologtassuk tanulás közben

Lelki hatás:

Élénkít, bátorít és étellel tölti meg az érzéseket. Fokozza az éberséget, segít leküzdeni a bizonytalanságot.

Használat:

A doTERRA Borsmenta illóolaj külsőleg, belsőleg, aromásan, bőrön használható, érzékeny bőrre hígítás (pl. frakcionált kókuszolajjal) javasolt.

6 éves kor alatt hígítva (pl. frakcionált kókuszolajjal) használjuk. Reflux esetén inkább Zengest lágyzselatin kapszula formában szedjük. Élénkítő hatása miatt ne alkalmazzuk közvetlen lefekvés előtt.

Peppermint (Borsmenta) - Lendületes szív

Élvezetet és lendületet hoz a szívbe és a lélekbe. Élénkíti a testet, a lelket és az elmét, valamint arra emlékeztet, hogy igenis lehet boldog életet élni, és nem kell, hogy a félelem irányítson. Rövid idő alatt kiemeli az embert az érzelmi megpróbáltatásokból. Amikor valaki használja a borsmentát, olyan keménynek érzi magát, mint az élet megpróbáltatásai. Segít a felszínen maradni az érzelmi megpróbáltatások során is, ahogy a víz felszínén is képesek vagyunk lebegni. Az esszencia ereje legfőképpen akkor érzékelhető, amikor bátortalanság vagy kétségbeesés lesz úrrá az emberen. Kedvetlenség esetén segíti felfedezni az életélvezetet. Azonban az ember vissza is élhet a borsmenta tulajdonságaival. Ha arra használja, hogy egy állandó meneküléshez folyamodik az érzelmi fájdalom kezelésének elkerülésére, ami gátolhatja a növekedést és haladást. Gyógyír azoknak, akiknek egy kis szusszanásra van szükségük. Időnként kell egy kis haladék, mielőtt újra rátérünk az érzelmi vizekre. Az embernek nem célja örökre a sekély vizekben gázolni. Mikor ez elfogadásra kerül, az érzelmi fájdalom tanításként szolgál. Hatékony segítség ahhoz, hogy az ember visszanyerje azt az erőt, ami szükséges ahhoz, hogy szembenézzon az érzelmi valósággal.