

Verborgenes Wissen neu entdeckt



Das 4 Diebe Rezept und ätherische Öle für den Hausgebrauch



Mit ätherischen Ölen kraftvoll
und gesund bleiben.

CHRISTINA STEINER

Inhalt



Einführung	3
Warum Ätherische Öle	5
Öle für den Hausgebrauch	5
Rezept Tipps	9
Allgemeines	12

Einführung

Das Wissen um die Kraft der Pflanzensäfte war schon im frühen Ägypten bekannt und vielleicht auch schon früher. Fakt ist das man in den Gräbern der Ägyptischen Pharaonen Grabbeilagen von bis zu 40 Litern ätherischen Ölen fand. Und viele davon waren noch absolut brauchbar. Und das nach 4000 Jahren.

Jedoch dürfen wir die ätherischen Öle die wir im allgemeinen kennen nicht mit den wirklich reinen Essenzen vergleichen. Ein in Europa vertriebenes ätherisches Öl hat zum Teil nur noch einen Anteil von 10 % oder weniger an der ursprünglichen Essenz. Der Rest sind Streckmittel wie einfache Fettöle oder chemische Zusatzstoffe.

Die Wirkung dieser im allgemeinen verbreiteten Ölen ist daher für den menschlichen Organismus eher schädlich als helfend. Da ätherische Öle eine so kleine Dichte haben dass sie in Nano gemessen werden, wandern sie auch direkt nach Kontakt bis in unsere Zellen. Sie können reinigend wirken und leider auch wenn sie chemisch belastet sind unsere Zellen mit Chemie belasten.

Deswegen ist es so wichtig den wirklichen Wert eines reinen ätherischen Öles zu erkennen.



Neueste wissenschaftliche Studien haben jetzt sogar bewiesen, dass die Pflanzensäfte Sonnenlicht speichern können. Dieses wird dann durch das ätherische Öl bis in unsere Zellen geleitet. Es ist ein Fest für jede einzelne Zelle. Sie wird mit bis zu 200.000 Molekülen aufgeladen und wird dadurch stark und gesund.

Ein reines therapeutisches Öl ist wie eine Kur für unsere Zellen. Pures Licht, verbunden mit der Information der Pflanze. Es ist wie eine Kommunikation von Natur zur Natur.

In diesem E Book möchte ich Euch ein paar einfache Tricks verraten wie Ihr mit Hilfe von ätherischen Ölen, Euer Leben zu mehr Wohlwollen und Licht bringen könnt.

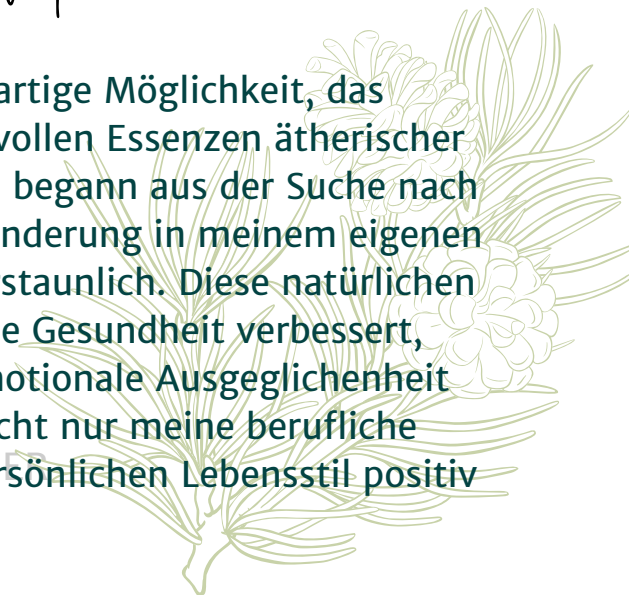
Ich spreche ausdrücklich nur über therapeutische Öle zum Beispiel von der Firma Young Living, da ich von deren Reinheit überzeugt bin.



Christina Shakti Ma

Als Aromatherapeutin habe ich die einzigartige Möglichkeit, das Wohlbefinden meiner Klienten durch die kraftvollen Essenzen ätherischer Öle zu fördern. Mein Weg in die Aromatherapie begann aus der Suche nach ganzheitlichen Heilmethoden. Die positive Veränderung in meinem eigenen Leben durch den Einsatz ätherischer Öle war erstaunlich. Diese natürlichen Substanzen haben nicht nur meine physische Gesundheit verbessert, sondern auch meine mentale Klarheit und emotionale Ausgeglichenheit gesteigert. So hat die Aromatherapie hat nicht nur meine berufliche Laufbahn beeinflusst, sondern auch meinen persönlichen Lebensstil positiv transformiert.

© CHRISTINA STEINER





Öle für den Hausgebrauch

An erster Stelle stehen hierbei die Zitrusöle wie **Zitrone, Orange oder Grapefruit.**

Zitrusöle sind wunderbare Fett löser und bei vielen schon bekannt da es in vielen chemischen Reinigern vorkommt. Aber zum Glück geht es auch ohne Chemie.

Ich habe Euch ein paar Tips zusammengestellt, wie ihr mit Hilfe von ätherischen Ölen auf Chemie verzichten könnt.





Öle für den Hausgebrauch

Eucalyptus Öl

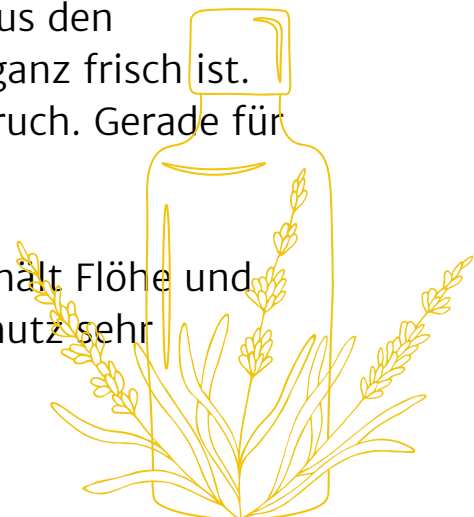
Mit Eucalyptus können wir lästige Milben in Betten vertreiben – Sehr praktisch auf Reisen. 2-3 Tropfen Eucalyptusöl in eine Sprühflasche füllen und mit Salz und Wasser vermischen und die Matratzen damit einsprühen. Gegebenenfalls am nächsten Tag wiederholen.

Lavendel Öl

Lavendel hat ja schon lange den Ruf dass es Motten aus den Kleiderschränken vertreibt. Allerdings nur solange er ganz frisch ist. Ansonsten verleiht er der Wäsche einen herrlichen Geruch. Gerade für Bettwäsche sehr empfehlenswert.

Aber Lavendel kann noch mehr .

Vor dem Spaziergehen denn Hund damit einreiben hält Flöhe und Zecken fern. Auch für die eigenen Beine als Zeckenschutz sehr empfehlenswert oder gegen Insektenstiche.





Öle für den Hausgebrauch

Das vier Diebe Rezept

Eine wirksame Kombination von Kräutern und Ölen
Der Schutz Ihrer Familie gegen Keime, Bakterien und Viren war
nie wichtiger.

Durch häufigen Gebrauch von chemischen Verbindungen zur
Beseitigung von Viren und Bakterien, werden viele Bakterien
und Keime resistenter gegen die allgemeinen Putzmittel.

Umso wichtiger ist es ungiftige, natürliche, antibakterielle
Reinigungsmittel zu verwenden.





Öle für den Hausgebrauch

Aber warum 4 Diebe ?

Im 14. Jahrhundert ging in Südfrankreich die Pest um. Sie kostete 30 % der Bevölkerung das Leben. Irgendwann bemerkte man Gruppen von Dieben, die die Pesttoten beraubten und sich nicht ansteckten. Man erkannte sie an grossen Schnabelmasken. In diesen Masken waren Filter eingebaut, auf denen sie eine bestimmte Mischung von Kräuterölen geträufelt hatten. Um sich vor einem qualvollen Tod zu retten, gaben die Diebe nach ihrer Gefangennahme ihr Geheimnis bekannt.

Es handelte sich um eine Mischung aus **Rosmarin, Zimt, Nelke, Zitrone und Eucalyptus**. Alles samt Öle mit einer ausserordentlich starken antibakteriellen Wirkung. Diese Formel wurde dann in den Städten veröffentlicht und hat geholfen, die Pest zu vertreiben.





Rezept-Tipps

Haushaltsreiniger

Fülle eine Sprühflasche mit Wasser und gib einen Spritzer biologisch abbaubares Geschirrspülmittel plus 3–5 Tropfen ätherisches Lavendel-, Zitronen- und Kiefernöl hinzu. Gut schütteln und auf die zu reinigenden Flächen sprühen.

Bodenreiniger

Gib 60 ml Essig in einen Eimer Wasser und füge 5–10 Tropfen ätherisches Zitronen-, Kiefer-, Fichten-, Teebaum Öl zur Reinigung hinzu.

Bekämpfung von Hausstaubmilben:

Aktuelle Studien zeigen, dass ätherisches Eukalyptusöl Hausstaub Milben tötet, die sich in Betten und Bettwäsche einnisten. Gib dazu 25 Tropfen ätherisches Eukalyptusöl auf ein Baumwolltuch und tu es mit in die Waschmaschine.





Whirlpools und Saunen

Verwende pro Person 3 Tropfen Lavendel-, Zimt-, Nelken-, Eukalyptus-, Thymian-, Zitronen- oder Grapefruitöl, um das Wasser zu desinfizieren und aufzufrischen.

Gib für die Reinigung von Saunen mehrere Tropfen Rosmarin-, Thymian-, Kiefer- oder Lavendelöl in eine Sprühflasche mit Wasser und besprühe damit die Oberflächen. Mit diesem Wasser-Öl-Gemisch kann auch ein Aufguss in der Sauna gemacht werden.

Küchen und Bäder:

Mische folgende Öle in 1 Liter Wasser in einer Sprühflasche gut durch: 2 Tropfen Rosmarin, 4 Tropfen Zitrone, 3 Tropfen Eukalyptus und 4 Tropfen Lavendel.

Fensterreiniger:

250 ml Essig, 10–15 Tropfen ätherisches Zitronenöl und Wasser werden in einer 1-Liter-Sprühflasche gut vermischt und auf die Fenster gesprüht.





zur Wäscheauffrischung:

10 Tropfen Lavendel-, Zitronen-, Teebaum- oder Bergamottenöl auf einem angefeuchteten Waschlappen mit in den Trockner geben.

Entfernen von Kaugummi:

Wattebausch mit Thieves Haushaltsreiniger befeuchten und die Rückstände damit einreiben. Einige Minuten einwirken lassen.

Abfluss reinigen

Ätherisches Zitronenöl direkt auf den Problembereich träufeln.

Geruchsbelästigung

1 Tropfen der ätherischen Ölmischung zur Reinigung auf etwas Watte geben und diese in sämtliche Mülleimer des Hauses legen. Ideal zum Neutralisieren von unangenehmen Gerüchen





Ich hoffe ich konnte Euch für die Kraft von ätherischen Ölen begeistern.
Wenn Ihr mehr wissen wollt und lernen möchtet, wie man die Öle
richtig anwendet, sie auch als Hausapotheke oder zur Unterstützung für
Wohlbefinden und Klarheit nutzen kann,
dann empfehle ich Euch meine Online Kurse zu den ätherischen Ölen
Mehr Infos findet ihr hier

<https://seelenstern.coachy.net>

Duftende Grüße
Eure
Christina



SEELENSTERN

Christina Steiner
Lachergarten 2
86919 Utting
E-Mail: anu.steiner@gmail.com
www.seelen-stern.com
www.happyoils.ch