





Minze – stimmungsanhebend und beruhigend
Citrus – energetisierend und belebend
Gewürze – aufregend, faszinierend, leidenschaftlich
Kräuter/Gräser – beruhigend und klärend
Baum/Holz – erdend, ausgleichend
Blüten – beruhigend, bringen Wohlgefühl

- sechs 5 ml Ölmischungen für äußerliche oder aromatische Anwendung
- hilfreich für innere Balance
- Stimmungs- und Gefühlsschwankungen ausgleichend Belastungen loslassend
- Trost und Ermutigung findend
- inspirierend
- Leidenschaft und Freude wieder entdeckend

Aromatische oder äußerliche Anwendung

zur Wiederherstellung der inneren Balance und zum Ausgleich von Stimmungs- und Gefühlsschwankungen, geeignet zur Anwendung im Diffuser oder 1-2 Tropfen (meist verdünnt mit frakt. Kokosöl) auf Handflächen verreiben und inhalieren (vermeiden Sie Kontakt mit den Augen), auf Handgelenke, Nacken oder über dem Herzen aufgetragen.



auch als Touch-Kit erhältlich!

Motivate — ermutigende Mischung

- Inhalt: Pfefferminz, Klementine, Koriander, Basilikum, Melisse, Rosmarin, Vanille
- frisch, sauber, minzig
- Wirkung: erzeugt ein Gefühl von Selbstvertrauen, Mut und Glauben – wirkt negativen Gefühlen wie Zweifel, Pessimismus und Zynismus entgegen
- unterstützend bei Frust am Arbeitsplatz
- hilft Kreativität freizusetzen und wieder an sich selbst zu glauben
- nach häufigen Rückschlägen oder erschüttertem Selbstvertrauen
- vor einer Rede oder Ansprache auf den Kragen des Shirts geben
- diffusen während einer Projektarbeit oder in der Schule
- vor der Teilnahme an Sportveranstaltungen oder Wettkämpfen auf den Handgelenken (oberhalb des Pulses) verreiben



Cheer — belebende, erhebende Mischung

- Inhalt: Wilde Orange, Gewürznelke, Sternanis, Zitronenmyrte, Muskatnuss, Vanilleschoten Extrakt, Ingwerwurzel, Zimtrinde, Zdravetz Kraut
- frisch, würzig, warm
- Wirkung: erzeugt ein Gefühl von Optimismus, Fröhlichkeit und Freude – wirkt Niedergeschlagenheit, Traurigkeit sowie emotionalen Tiefpunkten entgegen
- unterstützt belebenden Aufschwung von Glücksgefühlen und Positivität hilft leichter über Hindernisse, steinigten Lebenswegen und Veränderungen hinweg
- diffusen zu Hause, bei der Arbeit oder in der Schule, um eine positive belebende Umgebung zu schaffen einen Duftstein oder Baumwollball im Auto platzieren, um das energetisierende Aroma während der Autofahrt zu genießen
- bei Niedergeschlagenheit auf Handflächen verreiben und inhalieren (12 Stunden nach äußerlicher Anwendung direkte Sonnenbestrahlung vermeiden)



Passion — inspirierende Mischung

- Inhalt: fraktioniertes Kokosnussöl, Kardamon, Zimt, Ingwer, Gewürznelke, Sandelholz, Jasmin, Vanille, Damiana
- würzig, warm, reichhaltig
- Wirkung: entfacht ein Gefühl von Erregung, Leidenschaft und Freude – wirkt negativen Gefühlen wie Langeweile oder Desinteresse entgegen
- hilft die Erregung im Leben wieder aufleben zu lassen, die Kühnheit völlig Neues auszuprobieren und erneute Freude und Begeisterung für Wünsche und Ziele im Leben wieder zu entdecken
- Interesse völlig Neues auszuprobieren - Freude, Begeisterung und Kühnheit werden entwickelt – Wünsche und neue Ziele wiederentdeckt
- diffusen am Morgen, um den Tag mit einem Gefühl von Energie und Enthusiasmus zu beginnen
- auf Handgelenken oder oberhalb des Herzens mehrmals am Tag verreiben, um sich inspiriert und leidenschaftlich zu fühlen diffusen bei der Arbeit, um Kreativität, Klarheit und Bewunderung zu fördern



Forgive — erneuernde / auffrischende Mischung



- Inhalt: Fichte, Bergamotte, Wacholderbeere, Myrrhe, Arbovitae, Nootka, Thymian, Zitronenkraut
- krautig, frisch, holzig
- Wirkung: Gefühle wie Wohlbehagen, Entlastung und Geduld werden erzeugt – wirkt negativen Emotionen wie Wut oder Schuldgefühlen entgegen
- fördert die Bereitschaft, sich vorwärts zu bewegen
- Belastungen loslassen, abgeben – Zukunft fernab von Wut und Schuldgefühlen erzeugen
- hilft befreiende Handlung von Vergebung und Vergessen zu entdecken
- diffusen während der Meditation, um versteckte Gefühle von Wut und Schuld loszulassen
- auf Handgelenken und oberhalb des Herzens verreiben, um ein Gefühl von Erdung und Zufriedenheit zu erlangen
- Forgive immer griffbereit halten, um plötzlich unerwarteten und unerwünschten Situationen jederzeit entgegenwirken zu können

Console — tröstende Mischung



- Inhalt: Weihrauch, Patschuli, Ylang Ylang, Labdanum, Amyris, Sandelholz, Rose, Osmanthus
- süß, moschusartig, blumig
- Wirkung: erzeugt ein Gefühl von Trost und Hoffnung – wirkt negativen Gefühlen wie Kummer, Traurigkeit und Hoffnungslosigkeit entgegen
- jemanden oder etwas zu verlieren, den oder das man über alles liebt, kann sehr tiefgehend, irritierend und schmerzvoll sein unausgesprochene Worte, unbeantwortete Fragen ... zurück bleibt Besorgnis, Verstörung und Orientierungslosigkeit
- hilft die Tür der Traurigkeit zuzuschließen und erste hoffnungsvolle Schritte auf dem Pfad der emotionalen Heilung zu tun
- bestärkt ein gebrochenes Herz
- morgens und abends über dem Herzen aufgetragen, unterstützt Gefühle der Geduld und fördert positive Gedanken
- auf Kragen von T-Shirts oder Schals geben, um den wohltuenden Geruch als wunderbaren Tagesbegleiter aufzunehmen und um so Kummer und Traurigkeit loszuwerden

Peace — beruhigende Mischung



- Inhalt: Vetiver, Lavendel, Ylang Ylang, Weihrauch, Muskatellersalbei, Majoran, Labdanum, Spearmint
- süß, reichhaltig, minzig
- Wirkung: erzeugt ein Gefühl von Frieden, Beruhigung und Zufriedenheit – wirkt negativen Gefühlen wie Besorgtheit und Angst entgegen
- hilft, sich mit einem tiefen Atemzug mit dem eigenen gefassten, gesammelten Ich zu verbinden
- stärkt den Glauben an das Gute und das Gelingen
- diffusen in der Nacht erschafft eine beruhigende Umgebung und einen ruhigen Schlaf
- auf Handflächen verreiben und inhalieren vertreibt Gefühle von Besorgtheit
- diffusen und inhalieren vor Prüfungen oder Präsentationen vor einer großen Gruppe oder in Zeiten von Sorgen oder Notlagen
- auf Fußsohlen massieren bei aufgeregtem oder unruhigem Kind

Dieses Informationsblatt gibt einen kurzen Überblick beschriebene Produkte kennen zu lernen, um bei Interesse auch selbst mehr nachzuforschen.

Es gilt nur für den internen Bereich und als Grundinformation.

Die hier beschriebenen Produkte sind nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt.

dōTERRA ersetzt weder den Arztbesuch, noch verhindert, behandelt oder heilt es Krankheiten.