

# NEW MOON JOURNAL

So schön, dass du da bist und dir das NEW MOON JOURNAL abonniert hast.

Ich freue mich wirklich von ganzem Herzen!

**LASS DICH VON DIESEM JOURNAL TÄGLICH BEGLEITEN UND UNTERSTÜTZEN. ALLES IST MÖGLICH UND WUNDERE DICH NICHT WENN DU DICH VERÄNDERST. DIE KRAFT DER ÄTHERISCHEN ÖLE IST NICHT ZU UNTERSCHÄTZEN. DIESES NEW MOON JOURNAL NIMMT DICH AUF EINE EMOTIONALE DUFT REISE, WIE DU ES VIELLEICHT NOCH NIE ERLEBT HAST. MIR LIEGT ES AM HERZEN, DASS AUCH DU DIR EIGENE ÄTHERISCH ÖL MISCHUNGEN KREIEREN KANNST, DIE DICH BEGLEITEN IN DEINEM ALLTAG. DIE ÖLE SIND KRAFTVOLL UND WENN DU NOCH KEINE HAST, KANNST DU GERNE EINE KUNDIN WERDEN UND DICH BEI MIR EINSCHREIBEN.**

[JA, ICH MÖCHTE doTERRA KUNDIN ODER BERATERIN SEIN](#)

**UND MIT DEM AROMA TOUCH STARTER SET BEGINNEN.**

**(Wenn du etwas anderes als Start möchtest, kannst du das im Warenkorb anpassen)**

## NEW MOON JOURNAL 14.10.2023

Der Neumond am 14. Oktober 2023 ist ein besonderes astrologisches Ereignis, das Einfluss auf unsere Energie und unsere spirituelle Reise haben kann. Dieser Neumond fällt im Sternzeichen Waage und trägt daher die Energie dieses Zeichens.

Die Waage ist das Zeichen der Harmonie, des Gleichgewichts und der Partnerschaften. Während dieses Neumonds werden wir dazu ermutigt, unsere Beziehungen zu überdenken und nach einem Gleichgewicht in unserem Leben zu suchen. Es ist eine Zeit, in der wir unsere eigenen Bedürfnisse und die Bedürfnisse unserer Partner oder enger Freunde in Einklang bringen können.

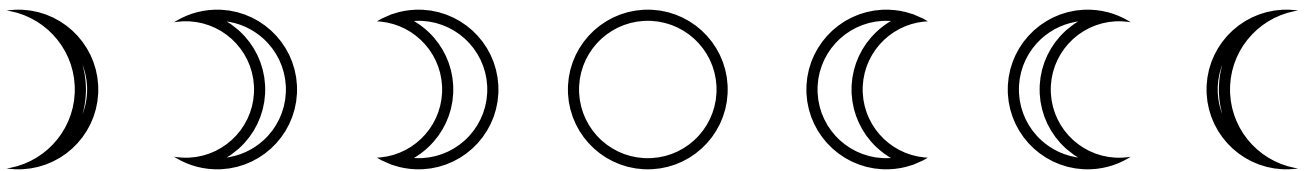
Dieser Neumond erinnert uns auch daran, Schönheit und Ästhetik in unser Leben zu integrieren. Es ist eine Zeit, in der wir uns mit Kunst, Kultur und der Natur verbinden können, um unsere Sinne zu beleben.

Auf einer tieferen Ebene können wir während dieses Neumonds auch unser inneres Gleichgewicht und unsere Harmonie mit uns selbst in den Fokus rücken. Es ist eine Gelegenheit, innere Konflikte zu lösen und nach innerem Frieden zu suchen.

Astrologisch gesehen können Neumonde eine Zeit der Neubeginne und frischen Starts sein. Es ist eine gute Zeit, um Absichten und Ziele zu setzen und sich auf neue Projekte oder Lebensabschnitte vorzubereiten.

Die genauen Auswirkungen dieses Neumonds auf jeden Einzelnen können variieren, abhängig von ihrer persönlichen Geburtskonstellation und ihrem Lebensweg. Es kann hilfreich sein, sich mit den Energien der Waage vertraut zu machen und darüber nachzudenken, wie sie in dein Leben passen.

Insgesamt ist der Neumond in der Waage am 14. Oktober 2023 eine Zeit der Ausgewogenheit, der Harmonie und der Chancen für neue Anfänge, sowohl in unseren Beziehungen als auch in unserem persönlichen Wachstum.



Wenn am 14. Oktober 2023 der Neumond zwischen Erde und Sonne hindurch zieht, befindet sich dabei die Mondscheibe so genau vor der Sonnenscheibe, dass sie sie bedeckt. Es kommt zu einer Sonnenfinsternis. Allerdings ist die Mondscheibe diesmal kleiner als die Sonnenscheibe, sodass ein strahlender Sonnenring zu sehen bleibt: eine ringförmige Sonnenfinsternis, die Sonderform einer totalen SoFi. Zu sehen ist das leider nur von der gegenüberliegenden Seite des Globus.

### **Sonnenfinsternis auf beiden amerikanischen Kontinenten**

Der Schatten, den der Mond auf die Erde wirft, ist recht klein: nur ein Punkt, der über die Erdoberfläche rast. Genießen wird die Sonnenfinsternis daher nur, wer genau am richtigen

Ort ist: Auf einem knapp 180 Kilometer breiten Streifen kann man den Sonnenring sehen. Die annulare Sonnenfinsternis beginnt um 18.10 Uhr unserer Zeit über dem Pazifik im Nordwesten Nordamerikas, dort geht der Schatten des Mondes kurz darauf an Land. Von hier zieht die Kernzone der Sonnenfinsternis quer über Nordamerika, genau über Mittelamerika und anschliessend Südamerika. Im äussersten Osten Brasiliens verlässt der Mondschatten die Erde um 21.49 Uhr unserer Zeit, kurz bevor dort die Sonne untergeht. Der spektakuläre Sonnenring ist nur in dieser Kernzone zu sehen.

Für jeden einzelnen Ort, über dem die Sonnenfinsternis zu sehen ist, dauert das Spektakel jedoch nur wenige Minuten.

Nordöstlich und südwestlich dieses Streifens ist fast für ganz Amerika eine partielle Sonnenfinsternis zu sehen: Dort bedeckt der Mond die Sonnenscheibe teilweise und nur der Halbschatten des Mondes trifft auf die Erde. Pech haben der äusserste Westen Alaskas und die Südspitze Südamerikas: Hier ist von der SoFi gar nichts zu sehen.

## **Zu jeder Sonnenfinsternis eine Mondfinsternis**

Zwei Wochen vor oder nach einer Sonnenfinsternis kommt es immer auch zu einer Mondfinsternis. Und die ist nicht nur auf einer schmalen Strecke, sondern immer über weite Teile der Welt zu beobachten. Überall dort, wo der Mond zum Zeitpunkt der Mondfinsternis über dem Horizont steht. So gibt es am 28. Oktober 2023 eine Mondfinsternis, die von Europa aus gut zu sehen ist. Allerdings ist die Verfinsterung nur partiell.

Der Oktoberneumond vom 14.10. mit seiner Stellung in Waage im 6. Haus greift die Beziehungs-, Alltags- und Routinethemen nochmals bis zum 13.11. auf. Da dieser Neumond eine (ringförmige) Sonnenfinsternis ist, reichen die in ihm gelagerten Themen bis in den kommenden Frühling hinein. Jetzt kann es wichtig werden in allen Beziehungen, die den Alltag und die Arbeit betreffen, die tiefere Wahrheit anzuerkennen und alte Selbstbilder im Miteinander zu hinterfragen. Unbewusste und auf Symbiose ausgerichtete Konditionierungen blockieren dabei ggf. notwendige Entwicklungsprozesse und machen auf projizierte Selbstablehnungskomplexe aufmerksam. Die Opposition des Neumonds zu Chiron verdeutlicht nun, wo Wunden und Verletzungen aus mangelnder Abgrenzungsfähigkeit resultieren. Chironwunden zeigen sich in ständig wiederkehrenden Szenarien, ähnlich einer springenden Schallplatte, um auf Bruchstellen unserer Integrität aufmerksam zu machen.

Der Vollmond am 28.10. als partielle Mondfinsternis kann als Höhepunkt der Entwicklungen gesehen werden. Der gesamte Oktober fokussiert durch die Sonnen- und Mondfinsternis karmische Geschehnisse. Dabei reichen Lebensthemen vergangener Inkarnationen ins aktuelle Geschehen hinein und mögen uns auffordern, selbstverleugnende Tendenzen im Miteinander genauer zu erkennen. Mit Mars im Skorpion (ab 12.10 – 24.11) kann es jetzt auch einmal angesagt sein, den eigenen Willen durchzusetzen.



# RITUAL

## NEUMOND-RITUAL

**Diese Rituale sind oft darauf ausgerichtet, neue Energie zu schöpfen, Absichten zu setzen und sich auf persönliche Entfaltung zu konzentrieren:**

**Meditation und Reflexion:** Viele Menschen nutzen den Neumond als Gelegenheit zur Meditation und zur inneren Reflexion. Sie setzen sich in Stille, um ihre Gedanken und Gefühle zu klären und Absichten für den kommenden Monat zu setzen.

**Rituelles Bad:** Ein entspannendes Bad mit ätherischen Ölen oder Kräutern kann eine wunderbare Möglichkeit sein, den Neumond zu feiern. Du kannst dieses Bad nutzen, um negative Energie loszulassen und dich auf positive Veränderungen vorzubereiten.

**Kerzenritual:** Das Anzünden von Kerzen während des Neumonds ist ein häufiges Ritual. Jede Kerze kann eine bestimmte Absicht oder einen Wunsch symbolisieren. Beim Anzünden der Kerzen konzentrierst du dich auf deine Absichten und sendest sie ins Universum.

**Tarot- oder Orakelkartenlesen:** Das Ziehen von Tarotkarten oder Orakelkarten zum Neumond kann eine Methode sein, um Antworten auf Fragen zu erhalten und Hinweise für die kommenden Wochen zu erhalten.

**Naturverbinding:** Der Neumond bietet die Gelegenheit, sich mit der Natur zu verbinden. Ein Spaziergang im Mondschein oder das Beobachten des Himmels kann eine spirituelle Erfahrung sein, die Ruhe und Erneuerung bringt.

**Manifestation:** Viele nutzen den Neumond, um Manifestationsrituale durchzuführen. Sie schreiben ihre Wünsche und Absichten auf und nutzen die Neumondenergie, um diese ins Universum zu senden.

**Gruppenrituale:** Einige Menschen bevorzugen es, den Neumond in einer Gemeinschaft zu feiern. Sie treffen sich mit Gleichgesinnten, um gemeinsam zu meditieren, zu singen oder Rituale durchzuführen.

Es ist wichtig zu beachten, dass es keine "richtige" oder "falsche" Art gibt, den Neumond zu feiern. Jeder kann seine eigenen Rituale und Praktiken entwickeln, die zu seinen persönlichen

Bedürfnissen und spirituellen Überzeugungen passen. Das Wichtigste ist, dass diese Rituale eine Quelle der Inspiration, der Erneuerung und der Verbindung mit sich selbst und der Natur darstellen.



# KARMA

## WAS BEDEUTET KARMA EIGENTLICH?

**Karma** ist ein Konzept aus den indischen Religionen und Philosophien, insbesondere dem Hinduismus, Buddhismus. Es beschreibt das Prinzip von Ursache und Wirkung im moralischen und ethischen Kontext. Das Wort "Karma" stammt aus dem Sanskrit und bedeutet wörtlich "Tat" oder "Handlung".

Hier sind einige wesentliche Punkte zur Bedeutung von Karma:

**Ursache und Wirkung:** Karma ist eng mit dem Prinzip von Ursache und Wirkung verknüpft. Es besagt, dass jede Handlung, sei sie positiv oder negativ, eine Folge oder Konsequenz hat, die sich auf das Leben einer Person auswirken wird.

**Gesetz des Ausgleichs:** Karma wird oft als das Gesetz des Ausgleichs betrachtet. Gute Taten führen zu positivem Karma, während schlechte Taten zu negativem Karma führen. Dieses Karma kann sich im gegenwärtigen Leben oder in zukünftigen Inkarnationen manifestieren.

**Reinkarnation:** Die Vorstellung von Karma ist eng mit der Idee der Reinkarnation verbunden, die besagt, dass die Seele nach dem Tod in einem neuen Körper wiedergeboren wird. Das Karma, das im vorherigen Leben angesammelt wurde, beeinflusst das Schicksal und die Umstände des nächsten Lebens.

**Moralisches Verhalten:** Karma ermutigt zu moralischem und ethischem Verhalten. Es lehrt, dass man durch gute Taten und rechtschaffenes Handeln gutes Karma schaffen kann, das zu Glück und positiven Erfahrungen führt.

**Bewusstsein und Absicht:** Im Karma-Konzept spielt das Bewusstsein und die Absicht hinter einer Handlung eine wichtige Rolle. Eine positive Absicht kann selbst aus einer scheinbar negativen Handlung positives Karma schaffen.

**Läuterung und Befreiung:** Im Buddhismus ist das Ziel, sich von der endlosen Wiedergeburt und dem Kreislauf des Leidens zu befreien. Dies wird oft durch das Läutern von Karma und das Streben nach spirituellem Wachstum erreicht.

Es ist wichtig zu beachten, dass das Konzept des Karma in verschiedenen Kulturen unterschiedlich interpretiert und verstanden wird. Während es im Hinduismus, Buddhismus eine zentrale Rolle spielt, gibt es auch viele verschiedene Ansichten über Karma in anderen spirituellen und philosophischen Traditionen weltweit.

Zusammengefasst steht Karma für das Prinzip von Ursache und Wirkung im moralischen und ethischen Kontext und betont die Verantwortung für unsere Handlungen und deren Konsequenzen. Es ist ein Schlüsselkonzept in der Suche nach spiritueller Entwicklung und persönlichem Wachstum in vielen östlichen Philosophien.



Ein inneres Gleichgewicht kann Sicherheit bieten, weil es das Wohlbefinden und die Stabilität auf emotionaler, mentaler und spiritueller Ebene fördert.

Hier sind einige Gründe, warum ein inneres Gleichgewicht Sicherheit bieten kann:

**Emotionale Stabilität:** Wenn du innerlich ausgeglichen bist, bist du besser in der Lage, deine Emotionen zu regulieren. Du reagierst weniger impulsiv auf stressige oder herausfordernde Situationen und kannst negative Emotionen wie Wut oder Angst besser bewältigen. Das gibt dir ein Gefühl der emotionalen Sicherheit, weil du dich selbst besser verstehen und kontrollieren kannst.

**Mentale Klarheit:** Ein Gleichgewicht im Denken führt zu mentaler Klarheit. Du kannst rationaler und fokussierter denken, was es einfacher macht, Entscheidungen zu treffen und Probleme zu lösen. Dieses Gefühl der mentalen Sicherheit ermöglicht es dir, Herausforderungen mit Selbstvertrauen anzugehen.

**Selbstbewusstsein:** Innere Balance führt oft zu einem gestärkten Selbstbewusstsein. Du kennst deine Stärken und Schwächen, und das gibt dir das Vertrauen, deine eigenen Grenzen zu setzen und authentisch zu sein. Das Selbstbewusstsein stärkt dein Gefühl der Sicherheit in dir selbst.

**Gesundheit und Wohlbefinden:** Ein inneres Gleichgewicht kann sich positiv auf deine körperliche Gesundheit auswirken. Stress und negative Emotionen können sich auf den Körper auswirken, während innere Ruhe und Ausgeglichenheit das Immunsystem stärken und das allgemeine Wohlbefinden steigern können.

**Beziehungen:** Stabilität in deinem inneren Selbst kann sich auch auf deine Beziehungen auswirken. Du bist in der Lage, gesunde Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, weil du weniger anfällig für übermäßige Abhängigkeit oder Konflikte bist. Du kannst mehr Vertrauen in deine Beziehungen haben, wenn du ein starkes inneres Gleichgewicht hast.

**Sinn und Zweck:** Innere Balance kann dir auch dabei helfen, deinen Sinn und Zweck im Leben zu finden. Wenn du dich selbst und deine Werte besser verstehst, kannst du leichter erkennen, wohin du dich entwickeln möchtest und welche Ziele du verfolgen willst. Das gibt dir ein Gefühl der Sicherheit in Bezug auf deine Lebensreise.

**Resilienz:** Menschen mit innerem Gleichgewicht sind oft widerstandsfähiger gegenüber Lebensveränderungen und Krisen. Sie können sich schneller erholen und sich an veränderte Umstände anpassen, was ein hohes Mass an Sicherheit in unsicheren Zeiten bietet.

Insgesamt kann ein inneres Gleichgewicht ein starkes Fundament für ein erfülltes und sicheres Leben bieten. Es ermöglicht es dir, Herausforderungen gelassener zu bewältigen, Beziehungen aufzubauen und authentisch zu leben. Es ist ein wichtiger Aspekt des persönlichen Wachstums und der psychischen Gesundheit.

## BALANCE IN BEZIEHUNGEN



Die Balance in einer Beziehung ist von entscheidender Bedeutung, um eine gesunde und erfüllende Partnerschaft aufrechtzuerhalten. Hier sind einige Schlüsselprinzipien, die zur Schaffung und Aufrechterhaltung dieser Balance beitragen:

**Kommunikation:** Offene und ehrliche Kommunikation ist das Fundament jeder erfolgreichen Beziehung. Beide Partner sollten sich frei fühlen, ihre Gedanken, Gefühle und Bedenken zu teilen,

und aktiv zuhören, wenn der andere spricht. Die Fähigkeit, effektiv zu kommunizieren, trägt dazu bei, Missverständnisse zu minimieren und Konflikte frühzeitig zu lösen.

**Gegenseitiger Respekt:** Respekt ist unerlässlich. Beide Partner sollten einander mit Wertschätzung, Achtung und Würde behandeln. Das bedeutet, die Meinungen, Bedürfnisse und Grenzen des anderen zu akzeptieren und zu respektieren, selbst wenn sie unterschiedlich sind.

**Gemeinsame Entscheidungen:** Entscheidungen in der Beziehung sollten gemeinsam getroffen werden. Beide Partner sollten die Möglichkeit haben, ihre Ansichten einzubringen und Kompromisse einzugehen, um Lösungen zu finden, mit denen beide zufrieden sind. Eine Beziehung sollte nicht von einer Person dominiert werden.

**Unabhängigkeit und Nähe:** Die Balance zwischen Unabhängigkeit und Nähe ist entscheidend. Beide Partner sollten ihre eigenen Interessen, Freundschaften und Hobbys pflegen und gleichzeitig Zeit miteinander verbringen. Dies ermöglicht es, die Individualität jedes Partners zu respektieren und gleichzeitig die Verbindung zu vertiefen.

**Unterstützung:** In einer ausgewogenen Beziehung unterstützen sich beide Partner gegenseitig in ihren individuellen Zielen und Träumen. Es ist wichtig, einander zu ermutigen, zu inspirieren und in schwierigen Zeiten Unterstützung anzubieten.

**Konfliktbewältigung:** Konflikte sind unvermeidlich, aber wie sie gelöst werden, ist entscheidend. Beide Partner sollten gesunde Konfliktlösungsfähigkeiten entwickeln, wie das aktive Zuhören, das Vermeiden von Schuldzuweisungen und das Bemühen um Win-Win-Lösungen.

**Gleichgewicht zwischen Geben und Nehmen:** Eine Beziehung sollte nicht einseitig sein. Es ist wichtig, dass beide Partner gleichermaßen in die Beziehung investieren und gleichermaßen von ihr profitieren.

**Zeitmanagement:** Das Finden eines Gleichgewichts zwischen Beruf, Familie und Beziehung erfordert oft effektives Zeitmanagement. Planung und Priorisierung können helfen, die Balance zwischen verschiedenen Lebensbereichen zu wahren.

**Selbstpflege:** Beide Partner sollten auf ihre physische und emotionale Gesundheit achten. Wenn jeder Partner für sich selbst sorgt, kann dies dazu beitragen, eine ausgewogene und stabile Beziehung aufrechtzuerhalten.

**Kontinuierliche Entwicklung:** Beziehungen verändern sich mit der Zeit. Es ist wichtig, sich gemeinsam weiterzuentwickeln und sich den neuen Herausforderungen und Veränderungen des Lebens anzupassen.

Die Balance in einer Beziehung erfordert kontinuierliche Arbeit und Aufmerksamkeit von beiden Partnern. Wenn beide sich darum bemühen, ein gesundes Gleichgewicht zu finden und aufrechtzuerhalten, kann die Beziehung stark und erfüllend bleiben.





**Befreie dich aus toxischen Beziehungen. Diese Mischung hilft dir dich aus ungesunden, kräftezehrenden Konstrukten zu lösen. Im Allgemeinen wissen wir, was und wer gesund und nahrhaft für unser Leben ist. Oft können wir jedoch süchtig nach dem werden, was für uns ungesund ist.**

**Hawaiianisches Sandalwood** hebt deine Schwingung und bringt deine Herzensenergie auf Trab, mit deinem Herzen kannst du gutes und schlechtes am besten erkennen.

**Frankincense** ist ein weiteres grossartiges Öl, oftmals schafft Bewusstsein allein Motivation für Veränderungen.

**Cedarwood** hilft, die unterstützenden Personen in deinen Kreisen zu identifizieren, die dich bedingungslos lieben.

**Cinnamon** ist der Inbegriff der Ermächtigung. Dieses Öl hilft dir deine Kraft zu finden.

**Eukalyptus** hilft dir anzunehmen, dass es dir erlaubt ist gesunde Beziehungen zu geniessen.

**Lemongrass** ist ein Reinigungsöl, das hilft, den Geist von giftigen, negativen Vibrationen zu befreien. Dieses Öl wirkt, um all das toxische aus deinem Leben loszulassen.

**Tea Tree** hilft, notwendige Grenzen zu schaffen und erlaubt nur die Nähe zu liebevollen, unterstützenden Personen. Klärt deinen Geist und deine Gedanken.

**Thymian** ist das Öl, das dich lehrt, anderen zu vergeben. Selbst bei Feinden ist es wichtig zu vergeben. Du kannst vergeben und gleichzeitig gesunde Grenzen setzen.

**Siberian Fir** ist das beste Öl, um negative Muster zu durchbrechen, einschliesslich koabhängiger Beziehungen. Viele dieser negativen emotionalen Muster werden uns von unseren Eltern und Grosseltern gelehrt.

**Douglas Fir** begeistert dich ein Leben mit gesunden Grenzen und höheren Standards zu führen.

**ÖL MISCHUNG FÜR EINEN 10ML ROLLER VERDÜNNE DIE MISCHUNG MIT FRACTIONIERTEM KOKOSÖL ODER EIN ANDERES NEUTRALES ÖL (MANDELÖL, JOJOBAÖL, ...)**

4 Tropfen Hawaiian Sandalwood

3 Tropfen Frankinsence

3 Tropfen Cedarwood

2 Tropfen Cinnamon

2 Tropfen Eucalyptus

4 Tropfen Lemongrass

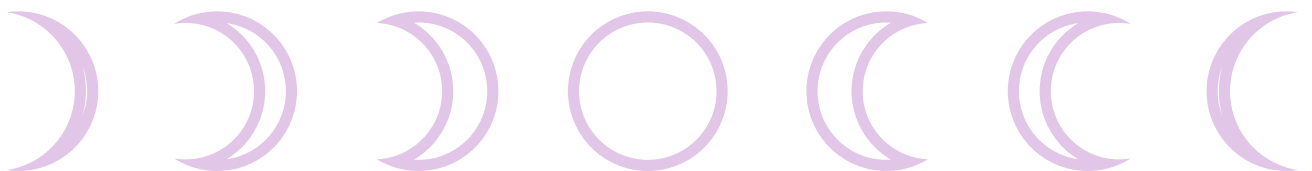
4 Tropfen Tea Tree

2 Tropfen Thymian

3 Tropfen Siberian Fir

3 Tropfen Douglas Fir

**Falls dir ein oder zwei Öle fehlen, ist das nicht schlimm.**





### **Oktober: Der Zauber des Herbstes**

Der Oktober ist eine Zeit des Übergangs, wenn der Sommer langsam in den Herbst übergeht und die Natur ihr farbenfrohes Kleid trägt. Diese besondere Jahreszeit hat ihren eigenen Zauber und ihre eigenen Geschichten zu erzählen.

**Die Farbenpracht:** Wenn der Oktober kommt, erwacht die Natur zu einem wahren Farbenrausch. Die Blätter der Bäume verwandeln sich in leuchtende Rot-, Orange- und Gelbtöne. Ein Spaziergang im Wald oder durch die Parks wird zu einem visuellen Fest für die Sinne.

**Die Erntezeit:** Der Oktober markiert auch die Erntezeit, wenn Bauern und Gärtner die Früchte ihrer harten Arbeit einfahren. Es ist die Zeit der Kürbisse, Äpfel, Trauben und anderer köstlicher Herbstleckerbissen. Die Märkte sind voll von frischen, regionalen Produkten.

**Gemütlichkeit:** Mit kürzeren Tagen und kühleren Nächten kehrt auch die Gemütlichkeit zurück. Menschen kuscheln sich in warme Decken, genießen Tee und Kaffee in gemütlichen Cafés und entzünden Kerzen, um eine behagliche Atmosphäre zu schaffen.

**Halloween:** Der Oktober gipfelt in Halloween, einer Zeit der Fantasie und des Grusels. Kinder ziehen in Kostümen von Tür zu Tür, um Süßigkeiten zu sammeln, und Erwachsene dekorieren ihre Häuser mit gruseligen Motiven.

**Die Veränderung der Natur:** Der Oktober erinnert uns daran, dass Veränderung eine natürliche und schöne Sache ist. Die Bäume lassen ihre Blätter los, um Platz für Neues zu schaffen, und die Natur bereitet sich auf den Winter vor.

**Die Stille der Natur:** Die ruhigen Morgenstunden im Oktober sind eine Gelegenheit, die Stille der Natur zu genießen. Der Nebel hängt über den Feldern, und die Welt erwacht langsam aus ihrem Schlaf.

Der Oktober ist ein Monat des Wandels, der Schönheit und des Zauberhaften. Er lehrt uns, die einfachen Freuden des Lebens zu schätzen und die Vergänglichkeit der Zeit zu akzeptieren. Geniesse diesen besonderen Monat in vollen Zügen und lass dich von seiner Magie verzaubern.



Was ist eine Numerologische ätherisch Öl Agenda? Jeder Tag ist einer Zahl zugeordnet z.Bsp.  $1+4+1+0+2+0+2+3=13=1+3=4$

So ist der 14.10.2023 ein 4 er Tag.

Zu jedem Tag ist ein berechnetes Öl, mit der passenden Botschaft, auf was du dich achten kannst oder wo du vielleicht Unterstützung brauchst damit es leichter ist. Viel Spass beim lesen.



## ätherische Öle & ihre Botschaft

14.10.2023

4er Tag

NEUMOND  
IN DER  
WAAGE

**Douglas Fir** ist das Öl um Generationen Muster oder Probleme anzugehen und aufzulösen. Es revitalisiert, regeneriert und energetisiert. Dieses ätherische Öl fördert ein besseres Selbstbild und kann zur Stärkung der persönlichen Identität und deinem Selbstwert beitragen. Es erhöht die positive Energie und verhindert weiterhin von Themen anderer belastet zu werden. Es kann helfen Familienmuster zu lösen und hilft bei der Generationsheilung. Alles was nicht deins ist kannst du mir der Unterstützung von Douglas Fir transformieren. Douglas Fir hilft auch aus der Vergangenheit zu lernen und nach deinem Willen und Vorstellungen, nach deinem eigenen Gewissen und eigenen Werten zu leben, indem du schädliche und untaugliche Muster loslassen kannst. Dieser

hohe, immergrüne Nadelbaum wird gerne als Weihnachtsbaum verwendet und duftet nach einem Hauch von Zitrone – süß und erfrischend.

**Insgesamt ermutigt uns die Zahl 14, auf unser Inneres zu hören, uns auf unsere Ziele zu konzentrieren und auf unserem Weg zur Selbsterkenntnis und persönlichen Erfüllung voranzuschreiten.**

**Du kannst dich romantisch und benommen fühlen. Mach etwas neues, lerne neue Fähigkeiten, lade Freunde ein, ein tag für gesellschaftliches. Es kann sein, dass du dich heute zu Verwandten stärker angezogen fühlst als sonst.**

15.10.2023

5er Tag

MOND IN  
DER WAAGE

**Kardamom** passt perfekt zusammen mit Limettenöl. Das Öl von Kardamom ist mein absolutes Hilfsmittel, wenn ich mich wieder auf mich selbst besinnen möchte, z.Bsp. weil ich durch eine Situation oder eine Person aus meiner Mitte geworfen werde. Es bringt mich auch immer wieder zurück in den Raum des Mitgefühls, es unterstützt mich, die andere Seite zu betrachten und nicht in meinem Ärger oder Frust hängen zu bleiben. Kardamom holt dich wieder zurück in deine Klarheit, dein Gleichgewicht, denn mal unter uns gesprochen: Wie oft projizieren wir unseren Ärger und unsere Wut auf andere? Dieses Öl hilft dir, die Verantwortung für deine Lage zu übernehmen, Schuldzuweisungen zu unterlassen und wirklich zu schauen, was hinter all deinen Gefühlen steckt. Es ist das Öl der Objektivität und hilft dir dabei, fair und in deiner Integrität verankert zu bleiben. Es eignet sich sehr gut, wenn du dazu neigst, schnell voreingenommen zu sein. Da empfehle ich dir, Kardamomöl zusammen mit Kurkumaöl zu diffundieren.

**Die Zahl 15 symbolisiert Veränderung und Transformation. Sie ermutigt dazu, Veränderungen in unserem Leben zu akzeptieren und anzunehmen. Diese Veränderungen können sowohl positive als auch herausfordernde sein, aber sie führen oft zu materiellem Wachstum und persönlicher Weiterentwicklung.**

**Dies ist der Tag der Möglichkeiten und offenen Türen, du musst sie nur sehen. Sei vorsichtig und achte auf alle Informationen, die du heute bekommst. Denke zweimal darüber nach, was du denkst, sagst und tust, denn dies sind die Samen, die du später ernten möchtest. Auch wenn du viele Möglichkeiten sehen kannst, denken daran, nicht gierig zu sein und wähle besser eine aus und mach Grosses.**

16.10.2023

6er Tag

**Grüne Mandarine** wird aus der unreifen Frucht des Mandarinenbaums gewonnen. Es symbolisiert die Anfangsphase von Wachstumsprozessen und bringt uns mit unserer Schöpferkraft in Verbindung. Grüne Mandarine unterstützt uns dabei, über unsere Grenzen hinauszuwachsen, Limitierungen aufzulösen und unser Potenzial auszuschöpfen. Grüne Mandarine hilft uns dabei,

## MOND IM SKORPION

uns von einengenden Gefühlen und Glaubensmustern zu verabschieden. Für Menschen, die viel zweifeln, besonders an sich selbst, sich in einer aussichtslosen Situation gefangen fühlen oder sich wünschen, wieder mehr Leichtigkeit zu verspüren und Ballast abzustreifen, kann grüne Mandarine eine Aufmunterung und Entlastung fördern. Dieses fruchtige ätherische Öl lädt dich dazu ein, dich wieder an dein inneres Kind zu erinnern, das unschuldig, frei und voller Lebensfreude in dir steckt. Grüne Mandarine hat ein frisches und energetisierendes Aroma und eignet sich sehr, um deinen Räumen einen frischen Duft zu verleihen.

**Die 16 betont die Bedeutung von Zusammenarbeit und Partnerschaft. Sie erinnert daran, dass wir oft gemeinsam mehr erreichen können und dass das Teilen von Verantwortung und Ideen zu Erfolg führen kann.**

**Heute kannst du aktiv und energisch sein, was sich sehr auszahlen wird. Die Energie des Tages wird dir helfen, dich zu konzentrieren und dein Bestes zu geben, um deine Ziele zu erreichen, also verwende sie entsprechend.**

17.10.2023

7er Tag

## MOND IM SKORPION

**Siberian Fir** hat einen erfrischenden, holzigen Duft und ist für seine beruhigenden und entspannenden Eigenschaften bekannt. Es ist das Öl, das uns in den gegenwärtigen Augenblick zurückbringt und das uns hilft, ehrlich auf unser Leben zu schauen und aufzuhören, die Vergangenheit zu bedauern. Es schenkt uns eine positive Ausrichtung und lenkt unsere Perspektive nach vorn. Es ist auch ein hilfreiches Öl, wenn es darum geht, mit dem Älterwerden, dem Bedauern nicht ausgelebter Momente und der Trauer über die Vergangenheit klarzukommen. Sibirische Tanne hält uns auf unserer Reise durch das Leben flexibel und entschlossen. Wir sind in der Lage, Weisheit und Bedeutung aus unseren Erfahrungen zu ziehen, auch aus den härteren Lektionen. Wir bleiben im Fluss des Lebens, anstatt auf unsere Vergangenheit zu beharren.

**Die 17 symbolisiert Vertrauen und Optimismus. Sie ermutigt dazu, an sich selbst und an die Zukunft zu glauben, selbst wenn es Herausforderungen gibt.**

**Heute ist der richtige Tag, um normalen Hausarbeiten zu erledigen. Wähle diejenigen aus, die positive Emotionen bringen, aber nicht viel Energie benötigen. Vielleicht möchtest du einige Zeit damit verbringen, gründlich nachzudenken, dich selbst zu analysieren und zu überlegen, was richtig und falsch ist.**

18.10.2023

8er Tag

**Eukalyptus** ist stresslösend und erzeugt ein inneres und äusseres Gefühl von Wohlbefinden. Es ist ideal in Zeiten, in denen du dich schlecht fühlst oder dir die Vitalität fehlt bzw. wenn du das Gefühl hast, nicht richtig atmen zu können und eingengt zu sein, nicht genug Raum zu bekommen. Eukalyptus hilft dir, Verantwortung für unsere Gewohnheiten, besonders im Bereich deiner



## MOND IM SCHÜTZ

Gesundheit zu übernehmen, und dadurch fühlst du dich freier und lebendiger. Eukalyptus hilft dir, wieder Anschluss an deine innere Führung zu erhalten und deine Ganzheit und Erhabenheit zu spüren.

**18 Diese Zahl ermutigt zur Selbstbestimmung und Unabhängigkeit. Sie erinnert daran, dass wir die Fähigkeit haben, unser eigenes Leben zu gestalten und unsere Ziele zu verfolgen.**

**Wenn du das Gefühl hast, dass etwas zu viel für dich ist, verschiebe es lieber komplett, anstatt es heute schlecht zu machen. Lade deine Freunde zu einer Party ein. Tue dir gutes und achte auf dich.**

19.10.2023

9er Tag

## MOND IM SCHÜTZEN

**Wild Orange** ist ein erhebendes Öl, das uns lehrt, die eigene Fülle und die Fülle um uns herum zu erkennen. Es unterstützt uns in dem Verständnis der Tatsache, dass von allem genug für alle da ist. Fülle ist wie die Sonne - sie ist immer da, auch wenn wir uns entscheiden, sie hinter unseren eigenen grauen Wolken zu verbergen. Orangenöl verwandelt alle Gefühle des Mangels und des Kampfes und des Versuches, über die Runden zu kommen, in Inspirationen und spielerische Leichtigkeit. Mithilfe von Orange finden wir mehr zu natürlicher Kreativität, Motivation und Spontaneität. Wir lernen, zu geben und zu empfangen, etwas zu erwarten und wiederum das Horten loszulassen. Orange fördert einfallsreiche Ideen und Lösungen, die leicht umzusetzen sind. Seine beruhigenden Eigenschaften machen es auch zu einem natürlichen Aphrodisiakum, das bei wiederholter und systematischer Anwendung ideal ist, um die Symptome einer geringen Libido sowohl bei Männern als auch bei Frauen zu lindern. Es wird ausserdem angenommen, dass der Duft des Orangenöls die kognitiven Funktionen verbessert und so das Abrufen von Erinnerungen erleichtert, besonders bei Alzheimer-Patienten.

**Die 19 symbolisiert auch Weisheit und Einsicht. Sie ermutigt dazu, Wissen anzuhäufen und kluge Entscheidungen zu treffen.**

**Heute ist ein Glückstag, also verbringe ihn einfach und glücklich. Möglicherweise erhaltest du Unterstützung und Hilfe von denen, du das nie erwartet hättest. Sei emotional und genieße jeden einzelnen Moment des Tages. Höre auf dein Herz, füllen es mit Dankbarkeit und versuche, das Gefühl für die Zukunft zu bewahren. Befreie dich von jeglicher Negativität - sei es komplizierte Menschen, unangenehme Gespräche oder verpasste Züge. Versuche die Emotion in etwas Positives umzuwandeln.**

20.10.2023

ier Tag

**Blue Lotus** ätherisches Öl wird oft mit einer Reihe von spirituellen, emotionalen und seelischen Vorteilen in Verbindung gebracht, obwohl es wichtig ist zu betonen, dass diese Vorteile subjektiv und individuell variieren können. Hier sind einige der möglichen Vorteile, die dem Blue Lotus ätherischen Öl zugeschrieben werden:

## MOND IM STEINBOCK

### Spirituelle Vorteile

**Erweiterung des Bewusstseins:** Blue Lotus wird manchmal als "Heilige Blume" angesehen und kann dazu beitragen, das Bewusstsein zu erweitern und eine tiefere spirituelle Verbindung herzustellen.

**Meditation:** Das ätherische Öl der Blue Lotusblume wird häufig während der Meditation verwendet, um die geistige Klarheit zu fördern und eine tiefere Meditationserfahrung zu ermöglichen.

**Transformation:** Blue Lotus steht symbolisch für Transformation und Erneuerung, was es zu einem geeigneten Begleiter für spirituelle Übergänge oder persönliche Wachstumsphasen macht.

**In der Numerologie wird die Zahl 20 oft als eine Zahl der Partnerschaft und der spirituellen Reife betrachtet. Sie ermutigt dazu, harmonische Beziehungen zu pflegen und diplomatisch zu handeln. Gleichzeitig kann die Zahl 20 auf eine spirituelle Reise hinweisen, bei der persönliches Wachstum und spirituelle Entwicklung im Vordergrund stehen.**

**Dies ist der Tag, an dem deine Gedanken und Worte eine starke Energie haben und Wirklichkeit werden können. Sei vorsichtig in dem, was du sagst, und grosszügig, wenn du etwas Gutes sagen. Vermeide jegliches Tratschen und verzichte auf provokatives Plaudern. Affirmationen, gute Wünsche, Mantras und Gebete sind heute äusserst kraftvoll, sodass du den Tag nutzen kannst, um all deine Wünsche und Hoffnungen auszudrücken. Beende den Tag mit stiller Meditation - um die Kraft und Bedeutung jedes Wortes zu schätzen.**

21.10.2023

2er Tag

## MOND IM STEINBOCK

**Wintergreen** (3er Öl aber passt zum heutigen Tag) verströmt ein süßes, mintiges und etwas wärmendes, holziges Aroma, das eine erhebende, belebende Wirkung auf die Stimmung hat. Das macht es ideal, um die Energie zu steigern in Zeiten, in denen sich der Körper träge fühlt. Wintergrün ist auch das Öl der radikalen Hingabe. Es hilft dabei, Kontrollprobleme im Alltag zu beheben und Sturheit aufzulösen. Es schafft Vertrauen zu anderen und fördert die Fähigkeit, sich leicht auf das Grosse und Ganze - was auch immer das sein mag - einzulassen. Es ist sehr gut geeignet für Menschen, die Schwierigkeiten haben, die Führung abzugeben, und die alle Last selbst auf ihren Schultern tragen möchten. Ich liebe es, mir mit Wintergrün die Schultern zu massieren; es bewirkt ein tolles Gefühl des Loslassens. Wintergrün lehrt uns, die Wahrheit der Hingabe zu verstehen und auch zu wissen, wann Schluss ist. Ich finde, es ist ein hilfreiches Öl für Menschen, die sich nicht auf andere einlassen können und auch immer alles besser wissen. Es ist für Menschen mit einem starken Ego, die glauben, dass sie alles selbst machen müssen, und nicht selten als ausgepowerte Märtyrer enden. Das ätherische Öl lehrt uns ausserdem, Negativität und Schmerz loszulassen und uns nicht immer für alles verantwortlich fühlen zu müssen. Es löst den Kampf auf und ersetzt ihn durch Herzlichkeit und eine ganz feine Qualität der Offenheit.



In der Numerologie kann die 21 auf spirituelles Wachstum hinweisen. Sie ermutigt dazu, nach spiritueller Erkenntnis und innerem Gleichgewicht zu streben.

Hier beginnt die zweite Mondphase. Die ersten Ergebnisse der Schritte, die du in der letzten Mondwoche unternommen hast, kannst du bereits sehen. Dies ist ein Tag der Veränderung - wenn du dich auf das Neue einlassen kannst, wirst du alle Änderungen problemlos durchstehen. Unerwartete Ereignisse und Stimmungsschwankungen sind allerdings möglich. Denke daran, dass du nicht die/der Einzige bist, die eventuell Stimmungsschwankungen erlebt - deinen Liebsten, deinen Kollegen und deinem Chef geht es vielleicht genauso. Berücksichtige das, wenn du mit Menschen in Kontakt kommst.

22.10.2023

3er Tag

MOND IM  
WASSER-  
MANN

Wir alle erleben Momente der Ungebundenheit oder Angst. Der warme holzige Duft von **Balance**, doTERRA's Erdungsmischung schafft ein Gefühl der Ruhe und des Wohlbefindens. Diese erdende Mischung enthält Öle, die auf den Ausgleich des zentralen Nervensystem und andere Systeme des Körpers ausgerichtet sind. Es unterstützt in Zeiten der Verwirrung, Unsicherheit, oder wenn man ein Gefühl des Wohlbefindens braucht. Die Balance-Mischung ist dafür eine hervorragende Option. Balance bedeutet, wieder festen Boden unter den Füßen zu finden. Das Öl unterstützt das angenehme Gefühl von Erdung und hilft bei Gefühlen wie Unruhe, Wut, Ängstlichkeit, Panik, Schock, Überwältigung etc. die Ruhe zu bewahren. Es hilft Stressgefühle zu lindern und hat eine wohltuende Wirkung auf den Geist & Seele. Es fördert Gefühle von Entspannung, Ruhe und Ausgeglichenheit. Vertieft die Meditation und steigert die Geduld, die innere Stärke und das Selbstbewusstsein. Ich liebe Balance auf meinen Fussohlen. Entweder am Morgen um ruhig in den Tag zu starten oder am Abend um einen hektischen Alltag abzuschliessen. Es riecht unglaublich gut.

**Die 22 ist oft als "Meisterbauer" oder "Meistermanifester" bekannt. Sie repräsentiert die Fähigkeit, grosse Träume, Visionen und Ziele in die Realität umzusetzen. Diese Zahl ermutigt dazu, konkrete Schritte zu unternehmen, um Träume zu verwirklichen.**

**Der 9. Montag ist unvoreilhaft. Nutze diese Informationen für die Planung, anstatt deine Ängste zu schüren: Beginne keine neuen Unternehmungen, sondern setze die fort, die du bereits begonnen hast, sei kreativ und gib dich nicht negativen Emotionen hin. Werte alle Informationen aus, die du erhältst - das wird dir helfen, Schwierigkeiten zu vermeiden.**

23.10.2023

**Blue Tansy** (2er Öl aber passt heute perfekt) ermutigt uns, die richtigen Schritte in unserem Leben zu unternehmen und das, was getan werden muss, nicht auf die lange Bank zu schieben, sondern tätig zu werden. Wenn du generell unter

4er Tag

MOND IM  
WASSER-  
MANN

„Aufschieberitis“ leidest, ständig energetisch festhängst, weil du nicht das angehst, was wirklich getan werden muss, um wieder in den Flow zu kommen, dann kann dieses ätherische Öl dir helfen, aus der Stagnation herauszukommen. Wie oft nehmen wir uns Dinge vor oder versprechen uns selbst, etwas zu beginnen - sei es Sport, Yoga oder ein neues Projekt - und schieben es trotzdem immer wieder auf weil wir uns in unseren Befindlichkeiten verstricken oder uns einfach nicht aufraffen können? Blue Tansy holt uns vom Sofa runter und aus dem Zögern und den Ausreden heraus. Blue Tansy hilft uns dabei, unserem inneren Wissen zu folgen und unseren tiefsten Wünschen und Leidenschaften entsprechend zu handeln, auch wenn sich unser Weg voller Hindernisse und Begrenzungen zeigt. Unter der mittleren Zehe befindet sich die Reflexzone des Gehirns; das ist die ideale Stelle am Körper, um dort mit Blue Tansy zu arbeiten. Massiere täglich 1 Tropfen morgens und abends dort ein, um Stagnation aufzulösen.

**In einigen Kulturen gilt die Zahl 23 als Glückszahl und wird oft mit positiven Ereignissen oder Glück in Verbindung gebracht.**

**Der 10. Montag ist einer der schönsten im Mondmonat. Geh neue Wege, nimm die Dinge in Angriff, die du aufgeschoben hast, setze deine Kreativität in Erfolg um. Deine Familie und dein Zuhause werden am meisten von diesem glückbringenden Tag profitieren.**

24.10.2023

5er Tag

MOND IN  
DEN  
FISCHEN

**Kardamom** holt dich wieder zurück in deine Klarheit, dein Gleichgewicht, denn mal unter uns gesprochen: Wie oft projizieren wir unseren Ärger und unsere Wut auf andere? Dieses Öl hilft dir, die Verantwortung für deine Lage zu übernehmen, Schuldzuweisungen zu unterlassen und wirklich zu schauen, was hinter all deinen Gefühlen steckt. Es ist das Öl der Objektivität und hilft dir dabei, fair und in deiner Integrität verankert zu bleiben. Es eignet sich sehr gut, wenn du dazu neigst, schnell voreingenommen zu sein. Da empfehle ich dir, Kardamomöl zusammen mit Kurkumaöl auf deine Fußsohlen zu massieren.

**Die Zahl 24 wird oft als eine Zahl der harmonischen Beziehungen betrachtet. Sie ermutigt dazu, liebevolle und unterstützende Beziehungen zu pflegen und aufzubauen, sei es in der Familie, in der Partnerschaft oder in der Gemeinschaft.**

**Heute ist ein vielversprechender, aber auch anstrengender Tag. Du hast eine ganze Menge innerer Energie angesammelt, die es zu verwalten und auf bestimmte Aktivitäten zu lenken gilt. Andernfalls wird ein starker Strom denjenigen kontrollieren, der ihn hält. In diesem Fall sind Verletzungen nicht ausgeschlossen.**

25.10.2023

Das ätherische Öl der **Melisse** ist magisch und bringt Licht in die Tiefen der Seele. Es ist ein erhebendes, ermutigendes und heilendes Öl, das unser Herz und unsere Seele stärkt. Melisseöl nutze ich gerne, wenn ich wirklich innerlich düster bin und Hoffnung und Glauben brauche. Es wirkt ziemlich schnell bei mir und

6er Tag

MOND IN  
DEN  
FISCHEN

ich habe dann das grundsätzliche Gefühl, wieder mit meiner Essenz in Kontakt zu kommen und meinen Platz in der Welt zu kennen. Melissenöl unterstützt dich dabei, wirklich alles loszulassen, was dich daran hindert, deiner Bestimmung zu folgen und dein höchstes Potenzial zu leben. Es sprengt Blockaden auf und durchflutet sie mit Licht und Liebe. Dieses Öl ist dafür bekannt, daran zu erinnern, wie wichtig jede einzelne Stimme in der Welt ist und dass jeder etwas bewirken kann, wenn er oder sie es will. Zudem bringt es in die Fülle zurück und löst Mangel Gedanken auf.

**Die 25 ermutigt zur Unabhängigkeit und Freiheit. Sie betont die Bedeutung der Selbstständigkeit und der Fähigkeit, eigene Entscheidungen zu treffen.**

**Der 12. Montag. Der ruhige Tag, der zu Einsamkeit, Zuneigung und Mitgefühl neigt. Heute ist die Welt besonders sensibel für Ihre Anliegen. Gleichzeitig darfst du dich grosszügig zeigen, dich in der Wohltätigkeit engagieren und spenden. Zögere nicht, Liebe und Fürsorge zu zeigen.**

26.10.2023

7er Tag

MOND IM  
WIDDER

**Black Spruce** (6er Öl aber passend zum Tag)

Dieses tief erdende und Stabilität schenkende Öl hilft dir dabei deine innere Balance zu finden. Gerade, wenn du turbulente Zeiten oder gar eine Krise erlebst, Schock oder Trauma zu verarbeiten hast, kann es dich erden und dir wieder Entspannung schenken. Es ist auch sehr energetisierend und kraftspendend, ein ideales Werkzeug also, um zu regenerieren. Auch bei Angstzuständen ist es ein gutes Hilfsmittel. Ängste werden transformiert, besonders solche, die in unserem Unterbewusstsein wirken oder schon seit Generationen unser Familiensystem belasten. Black Spruce unterstützt uns dabei, zu erkennen, dass wir diese Ängste verstehen und loslassen müssen, um uns entfalten zu können. Es ermöglicht uns, in den Stürmen des Alltags ruhig und energetisiert zu bleiben.

**In einigen Interpretationen kann die 26 auf Kreativität und Liebe hinweisen. Sie ermutigt dazu, kreative Ideen zu verfolgen und Liebe in all ihren Formen auszudrücken.**

**Es ist ein schöner Tag, um sich mit der Vergangenheit zu beschäftigen. Begegne alten Sorgen, die vielleicht wieder auf dich zukommen, mit Ruhe und Besonnenheit - das wird dir frische Lebensenergie geben. Mit Menschen zu kommunizieren und Veranstaltungen zu besuchen, wird dir an diesem Tag gut tun.**

27.10.2023

8er Tag

**Römische Kamille** bringt uns in Kontakt mit unserer eigenen Genialität. Unsere Bestimmung zu finden, gibt uns einen tiefen Frieden, weil es unserem Leben einen tieferen Sinn gibt. Wir kommen wieder näher zu unserer Essenz und jeglicher Lärm, der uns davon abhalten möchte, uns nach innen zu kehren, kann

## MOND IM WIDDER

uns nichts anhaben. Verwende Römische Kamille, wenn du dich in dein Warum oder deine grosse Vision für deine Arbeit vertieft, oder wenn du daran arbeitest, sie anderen zu vermitteln. Dieses Öl hilft dir, dich führen zu lassen und dich mit einer tieferen Bedeutung des Lebens zu verbinden. Bringt Frieden und Leichtigkeit in das, was sich wie ein überwältigender oder frustrierender Prozess anfühlt.

**Die 27 kann auf spirituelle Entwicklung und Intuition hinweisen. Sie ermutigt dazu, spirituelles Wissen zu suchen und auf die innere Weisheit und Intuition zu hören.**

**Der 14. Montag ist einer, der bis zum Anschlag mit Energie gefüllt ist. Falls etwas angepasst oder korrigiert werden muss, ist heute der beste Tag, die nächste Chance wird es nicht schnell genug geben.**

28.10.2023

9er Tag

## VOLLMOND IM STIER



### ÄTHERISCHE ÖLE DIE PERFEKT ZUM VOLLMOND PASSEN

**Kardamom** wird mit Intimität, Lust und Romantik assoziiert, und diese Aspekte können bei Vollmond oft verstärkt werden. Du kannst Kardamom auch nutzen, um objektiv zu bleiben und klar zu sehen.

**Myrrh** ist ein uralter Duft, der mit Spiritualität und Zentriertheit in Verbindung steht. Das ätherische Öl wird oft mit Weihrauch gepaart, der in Bezug zur Sonne (männlich) steht und den Gegenpol zur vom Mond (weiblich) beherrschten Myrrhe bildet. Beide zusammen sind nicht nur sehr symbolträchtig, sondern duften auch wunderbar - auch wenn beide Öle gut alleine verwendet werden können.

**Sandalwood** dieses ätherische Öl ist ein kraftvoller Duft, der die Reinigung und Spiritualität unterstützt. Die Pflanze wird stark von den Mondphasen beeinflusst. Oftmals findet Sandalwood Verwendung als Räucherwerk (direkt als Holz).

**Ylang-Ylang** diese Pflanze wird mit Romantik, Lust und Sexualität in Verbindung gebracht, verleiht aber auch jeder Atmosphäre Frieden und Ruhe.

Die **Mondfinsternis**, ein kosmisches Ereignis, das in Ehrfurcht und Geheimnis gehüllt ist, erscheint am 28. bis 29. Oktober 2023! Sichtbar aus den Ecken Europas, Asiens, Australiens, Afrikas, Nordamerikas, eines Grossteils Südamerikas und der Gewässer des Pazifiks, des Atlantischen und des Indischen Ozeans und sogar der abgelegenen Reiche der Arktis und der Antarktis - es ist eine globale himmlische Feier! Diese Mondfinsternis beeinflusst das standhafte und erdige Zeichen des Stiers, ein Symbol für Zuverlässigkeit, Produktivität und Sinnlichkeit. Der Stier, ein Zeichen, das in Stabilität und materiellen Bereichen schwelgt, kann die transformative Energie der Sonnenfinsternis speziell Enthüllungen und Veränderungen im Zusammenhang mit materiellen Besitztümern, Werten und Sinnen bringen. Die Wirkung könnte tiefgreifend sein und eine Neubewertung dessen fördern, was auf materieller und sinnlicher

Ebene wirklich wichtig ist, was zu einer Rückkehr zum Wesentlichen und einer Wiederverbindung mit der natürlichen Welt führt.

**Die Zahl 28 wird oft mit weiblicher Energie und dem weiblichen Zyklus in Verbindung gebracht. Der weibliche Menstruationszyklus dauert in der Regel etwa 28 Tage, und daher wird die Zahl 28 oft mit der Weiblichkeit und der Fruchtbarkeit assoziiert.**

29.10.2023

ier Tag

MOND IM  
STIER

**Ylang-Ylang** Es ist bekannt für seinen süßen und zartblumigen, frischen Duft mit einer fruchtigen Nuance. Wenn du das Leben mal wieder leichter nehmen und dich freier fühlen möchtest, kann Ylang-Ylang ein hervorragender Begleiter sein. Dieses Öl hilft dir, nicht alles so bitter ernst zu nehmen und eine Verbindung zur Herzesebene herzustellen. Ylang-Ylang wirkt beruhigend auf den geschäftigen Geist und ist sehr unterstützend, wenn du dich freudlos, traurig oder gestresst fühlst. Es stellt eine Verbindung zum inneren Kind her, um wieder mehr zu fühlen, statt immer nur zu reagieren. Ylang-Ylang wird auch oft verwendet, um einen erholsamen Schlaf zu fördern.

**Die 29 diese Zahl kann auf eine verstärkte Intuition und Weisheit hinweisen. Sie ermutigt dazu, auf die innere Stimme und das Bauchgefühl zu hören.**

**Der 16. Montag ist der Zeitpunkt, um nach der vorhergehenden intensiven Periode eine Pause einzulegen. Endlich kannst du einfach faulenz! Aber dieser Ratschlag gilt nur für diejenigen, die ihre Energie in den vorherigen Tagen stark investiert haben. Engagiere dich in Meditation, kreativer Arbeit oder beim Putzen, um Harmonie zu erlangen.**

30.10.2023

zer Tag

MOND IM  
ZWILLING

**Fenchel** fördert Toleranz, Mitgefühl und Verständnis. Die Anwendung seines ätherischen Öles befähigt uns, Dinge aus der Vogelperspektive zu betrachten, mehrere Sichtweisen einzuladen und ganz besonders auf die innere Stimme zu hören. Fenchel ist auch sehr hilfreich für Menschen, die es verlernt haben, auf die Signale des Körpers zu achten, z.Bsp. aufgrund von Überarbeitung oder auch Übersättigung und die ständig über ihre Grenzen gehen. Fenchel kann dir die Kraft verleihen, wieder Verantwortung für deine Entscheidungen zu übernehmen, und dein schlechtes Gewissen beiseite zulegen. Wer unter einem geringen Selbstwertgefühl leidet, sollte unbedingt Fenchelöl ausprobieren. Fenchel entfacht deine Leidenschaft die Verantwortung für dein Leben in die Hand zu nehmen und ermutigt deine Seele die volle Verantwortung zu übernehmen.

**Die Zahl 30 wird oft mit Kreativität und Kommunikation in Verbindung gebracht. Sie ermutigt dazu, kreative Fähigkeiten und Ausdrucksmöglichkeiten zu nutzen, sei es durch Kunst, Musik, Schreiben oder verbale Kommunikation.**

**Der 17. Montag ist die Zeit der Freude, der vergnüglichen Anlässe und des Feierns. Triff dich mit deinen Freunden, besuche diverse Veranstaltungen und suche deine Freude. Du solltest diesen Tag mühelos und zwanglos leben. Dieser Tag legt den Grundstein für eine gute Stimmung für den Rest des Monats.**

31.10.2023

3er Tag

SAMHAIN

MOND IM

ZWILLING

Zum heutigen Tag passen die Öle Frankisence, Wintergreen, Tangerine

**Samhain ist ein traditionelles keltisches Fest, das heute als Vorläufer des modernen Halloween gefeiert wird. Es markiert den Beginn des keltischen Winterhalbjahres und fällt auf den 31. Oktober. Der Name "Samhain" stammt aus dem Gälischen und bedeutet "Ende des Sommers". Dieses Fest hat eine lange Geschichte und eine tief verwurzelte Bedeutung.**

**Jahreskreis:** Samhain ist eines von vier großen Festen im keltischen Jahreskreis. Die anderen sind Imbolc (Anfang Februar), Beltane (Anfang Mai) und Lughnasadh (Anfang August). Samhain markiert den Übergang in die dunkle Hälfte des Jahres und den Beginn des Winters.

**Ahnenverehrung:** Samhain ist eine Zeit, in der die Kelten ihren Ahnen gedachten. Es wurde angenommen, dass die Grenze zwischen der Welt der Lebenden und der Welt der Toten zu dieser Zeit besonders dünn war. Menschen entzündeten Feuer und Kerzen, um die Seelen ihrer verstorbenen Angehörigen zu ehren und ihnen den Weg zu erleichtern.

**Erntedankfest:** Samhain war auch ein Erntedankfest, bei dem die letzten Ernten eingeholt wurden. Die Menschen bereiteten sich auf die kalte Jahreszeit vor, indem sie Vorräte anlegten und das Vieh von den Weiden holten.

**Halloween:** Viele der Bräuche und Traditionen von Samhain haben sich im Laufe der Zeit in das moderne Halloween verwandelt. Dazu gehören das Tragen von Kostümen, das Schnitzen von Kürbissen und das Sammeln von Süßigkeiten von Tür zu Tür.

**Rituale und Feierlichkeiten:** Samhain wird oft mit Riten und Zeremonien gefeiert, die auf die Verbindung zur Natur, die Erneuerung des Lebenszyklus und die spirituelle Bedeutung des Übergangs hinweisen. Dies kann das Entzünden von Feuern, das Lesen von Orakeln oder das gemeinsame Teilen von Geschichten und Liedern beinhalten.

**Samhain ist ein Fest, das die Verbindung zur Natur, zu unseren Vorfahren und zu spirituellen Aspekten des Lebens betont. Es erinnert uns daran, dass der Tod ein natürlicher Teil des Lebens ist und dass der Übergang zwischen den Welten ein mysteriöses und bedeutungsvolles Ereignis sein kann.**



**31 Diese Zahl kann auch auf das Auftauchen neuer Möglichkeiten und Chancen im Leben hinweisen. Sie ermutigt dazu, offen für Veränderungen zu sein und neue Wege zu erkunden.**

I.II.2023

ier Tag

MOND IM  
ZWILLING

**Spanish Sage** hilft dir dich zu befreien. Dich loszulösen aus alten Muster. Es ist ein reinigendes Öl auch bei negativen Frequenzen. Es Verleiht Kraft, wenn man einen Verlust erlebt, erleichtert tiefen Kummer und tröstet.

Fördert das Gefühl der Sicherheit und ermöglicht es, die eigene Verletzlichkeit zu sehen und sich selbst zu akzeptieren. Die beruhigenden Eigenschaften des Spanischen Salbei könnten dazu beitragen, einen Raum der Entspannung und Erholung zu schaffen, der es der Seele ermöglicht, sich zu regenerieren. Die Verwendung von Spanischem Salbei in meditativen Praktiken kann helfen, Achtsamkeit zu fördern und die Selbstreflexion zu vertiefen, indem sie die Sinne beruhigt und die Konzentration verbessert. Einige Menschen glauben, dass der Einsatz von Spanischem Salbei eine energetische Balance fördern kann, indem er negative Energien reinigt und positive Energien anzieht, was zur Harmonie der Seele beitragen könnte

**Die Zahl 1 wird oft mit Neuanfang, Schöpfung und Anfang assoziiert. Sie steht für den Beginn von etwas Neuem und die Schaffung von etwas Einzigartigem.**

**Der 19. Montag ist einer der kontroversesten Tage des Mondmonats. Alles, was passiert, kann sich zu einer Belastungsprobe entwickeln.**

2.II.2023

zer Tag

MOND IM  
KREBS

**Tea Tree** ist dafür bekannt, dass es reinigend und erhebend wirkt. In der spirituellen Praxis wird es verwendet, um die Gedankenkraft zu erhöhen und zu schützen, den Geist energetisch zu reinigen und seine Kanäle zu öffnen, ihn zu fokussieren und so mehr Klarheit zu schaffen. Es wird auch zum Öffnen der oberen Chakren verwendet. Dieses Öl ist Gold wert! Wer unter schwierigen, Energie saugenden Menschen im eigenen Umfeld leidet, kann mit Tea Tree eine hervorragende Grenze setzen. Wenn wir ausgelaugt sind, können nämlich zu viele Dinge unsere Grenzen überschreiten und wir sagen dann Ja und Nein zu den falschen Dingen.

**Die Zahl 2 repräsentiert Dualität und Gegensatz. Sie erinnert daran, dass in der Welt oft zwei gegensätzliche Kräfte oder Elemente existieren, wie Licht und Dunkelheit, Gut und Böse, männlich und weiblich.**

**Der heutige Tag ist ideal, um Dinge zu beenden. Der grösste Teil des Mondmonats liegt hinter uns, deshalb ist es wichtig, die vorhandenen Ressourcen zu nutzen. Du solltest nur Dinge beginnen, die du zweifelsohne vor dem Ende des Mondmonats zu Ende bringen kannst.**

3.II.2023

3er  
TagMOND  
IM KREBS

**Madagascar Vanille** das Öl der Entfaltung mit seinem reichen, süßen, balsamischen Duft und ihren aphrodisierenden Eigenschaften ruft Sinnlichkeit, Sexualität und Romantik hervor. Die magischen Eigenschaften der Vanille ruft Liebe, Sinnlichkeit, Sexualität und Romantik hervor, fördert das emotionale Wachstum und zieht das Glück an. Tatsächlich war die Vanille in früheren Zeiten als hochwirksames Aphrodisiakum sehr begehrt. Auch heute noch halten viele Heiler sie für ein starkes Aphrodisiakum, das die Nerven entspannt und die Sinne anregt.

**In einigen Interpretationen kann die 3 auf die Bedeutung von Kindern und Familie hinweisen. Sie erinnert daran, Zeit mit der Familie zu verbringen und sich um die Bedürfnisse von Kindern zu kümmern.**

**Der 21. Montag ist kraftvoll und inspiriert uns zu grossen Leistungen. Es ist wichtig, sich auf die richtige Spur zu begeben, dann wirst du wesentlich schneller zum Ziel kommen als an jedem anderen Tag.**

4.II.2023

4er Tag  
MOND IM  
LÖWEN

**Frankinsence** (Weihrauch) enthüllt Täuschungen und falsche Wahrheiten. Es dich ein wenn du das Gefühl von niedrigeren Schwingungen, Lügen, Täuschungen und Negativität loslassen willst. Dieses Öl hilft, neue Perspektiven zu schaffen, die auf Licht und Wahrheit basieren. Weihrauch erinnert an spirituelles Verständnis, Gaben, Weisheit und Wissen, dass die Seele in die Welt gebracht hat. Es ist ein kraftvoller Reiniger der spirituellen Dunkelheit. Durch die Verbindung der Seele mit ihrem inneren Licht offenbart dieses Öl die Wahrheit.

**Die 4 repräsentiert Stabilität und ein solides Fundament. Sie erinnert daran, dass es wichtig ist, eine stabile Basis im Leben zu haben, auf der man aufbauen kann.**

**Heute ist der Tag der Weisheit. Das Lernen wird an diesem Tag besonders wirksam sein.**

5.II.2023

5er Tag  
MOND IM  
LÖWEN

**Lemon** ist besonders hilfreich bei Lernproblemen. Unabhängig davon, ob eine Person Schwierigkeiten hat, sich zu konzentrieren oder sich unfähig fühlt zu lernen, klärt Lemon Selbsterteile wie "Ich bin dumm" oder "Ich bin kein guter Schüler". Lemon beruhigt Ängste und Unsicherheiten und stellt gleichzeitig das Vertrauen in sich selbst wieder her. Emotional inspiriert Lemon eine natürliche Verspieltheit und Auftrieb im Herzen. Es hilft, Gefühle der Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit zu lösen, indem es Gefühle der Freude und des Glücks wiederherstellt.

**Diese Zahl steht für Freiheit und Unabhängigkeit. Sie ermutigt dazu, sich von Einschränkungen zu befreien und das Leben in vollen Zügen zu genießen.**



	<p><b>Es ist ein perfekter Tag für Bildung und Selbstentwicklung. Du findest vielleicht elegante Lösungen für scheinbar komplizierte Probleme und kannst die ganze Situation aus einem ganz anderen Blickwinkel betrachten.</b></p>
<p>6.II.2023 6er Tag MOND IM LÖWEN</p>	<p><b>Rosmarin</b> bringt uns Unterstützung in herausfordernden Zeiten der Veränderung und des Wachstums. Wir verbinden uns mit einer größeren Kraft, außerhalb von uns selbst, und erden uns in Vertrauen und Klarheit. Rosmarin löst Verwirrungen auf, gerade, wenn es um wichtige Entscheidungen geht, und öffnet uns für neue Erfahrungen. Dieses Öl kann auch ein grossartiger Helfer bei Lernschwierigkeiten und einem trägen Geist sein. Es erhöht einerseits unseren Fokus, andererseits unsere Flexibilität und Offenheit. Wir können uns den Veränderungen besser anpassen. Es eignet sich auch sehr gut für Menschen, die studieren und über einen längeren Zeitpunkt intensiv lernen müssen.</p> <p><b>Die 6 erinnert daran, auf die Gesundheit und das Wohlbefinden zu achten, sowohl auf körperlicher als auch auf emotionaler Ebene.</b></p> <p><b>Am 23. Montag beginnt der Mond seine letzte Phase. Dieser Tag ist voller Energie, doch er ist nicht so einfach. Stimmungsschwankungen und Negativität sind ein Thema.</b></p>
<p>7.II.2023 7er Tag MOND IN DER JUNGFRAU</p>	<p><b>Geranie</b> unterstützt dabei, das Gute im Leben und im Menschen wiederherzustellen, das Vertrauen in die Existenz und in sich selbst zu fördern. Sie kann auch dazu ermutigen, emotional ehrlicher zu werden. Das ätherische Öl der Geranie ist sehr unterstützend, wenn es darum geht, dein inneres Kind zu nähren. Wenn es dir schwerfällt, deine Emotionen auszusprechen, führt es dich weg vom logischen Verstand und hin zur Wärme und Pflege des Herzens. Ein geschwächtes Vertrauen und situative Lieblosigkeit werden durch emotionale Ehrlichkeit, Intimität und ein offenes Herz ersetzt. Wut und Trauer werden transformiert, und die Beziehung zu Mutter und Vater werden energetisch gestärkt.</p> <p><b>Die 7 repräsentiert Spiritualität und Mystik. Sie ermutigt dazu, nach spiritueller Erkenntnis und Wahrheit zu suchen und eine tiefere Verbindung zur spirituellen Welt zu entwickeln.</b></p> <p><b>Der heutige Tag kennzeichnet den letzten Energieschub des laufenden Mondmonats. Dieser heitere und helle Tag wird sich für viele Vorhaben als Glücksfall erweisen.</b></p>
<p>8.II.2023 8er Tag</p>	<p><b>Jasmin</b> unterstützt uns dabei, eine gesunde Sexualität zu leben und ein erhebendes Verhältnis zum eigenen Körper zu schaffen. Es weckt schlummernde Leidenschaften und wird gern angewandt, um wieder Schwung ins Liebesleben zu bringen. Die Intimität in unseren Beziehungen wird wiederhergestellt und</p>

MOND IN  
DER  
JUNGFRAU

wir können uns in der Gesellschaft des Partners/ der Partnerin sicher und genährt fühlen. Jasmin reinigt uns energetisch, sodass unsere Absichten klarer werden und unsere Unschuld wieder gespeichert wird. Unsere Selbstakzeptanz wird wiederhergestellt, sodass wir in der Lage sind, unsere Beziehungen mit Präsenz und Vertrauen zu gestalten. Das gilt auch für die Beziehung, die wir zu uns selbst aufbauen. Wir sind endlich wieder in der Lage, uns selbst anzubeten und neue Ebenen der Freude zu entdecken.

**Die 8 erinnert daran, dass es im Leben einen Ausgleich gibt und dass unsere Handlungen Konsequenzen haben. Sie ermutigt dazu, gute Taten zu tun und positives Karma aufzubauen.**

**Am 25. Montag ist endlich Zeit zum Faulenzen; lebe den Tag ohne Eile und Hektik. Vermeide neue Bemühungen, denn die Energie lässt nach. Am besten ist es, in die Natur zu gehen, um etwas Zeit für sich zu haben. Dies ist die Zeit für Reflexion und Selbstliebe.**

9.II.2023

9er Tag

MOND IN  
DER  
JUNGFRAU

**Magnolia** lädt die Süße des Lebens wieder ein, wenn eine Situation anstrengend und hoffnungslos erscheint. In der traditionellen chinesischen Medizin werden der Magnolia scharfe und warme Eigenschaften zugeschrieben und sie wird mit den Lungen- und Magenmeridianen in Verbindung gebracht. Das ätherische Öl hilft dabei, das Gute und Göttliche in sich selbst und anderen zu sehen, daher wirkt sie besonders dann, wenn wir Schwierigkeiten mit jemandem haben oder uns selbst nicht ausstehen können. Menschen, die sich schmerzlich getrennt fühlen von der weiblichen Energie, profitieren ebenso vom Magnolienöl wie Menschen, die sich generell isoliert, wie betäubt und allein fühlen. Magnolia lehrt uns Verbundenheit und Mitgefühl und verhilft uns zu dem Verständnis, dass wir alle miteinander verbunden sind und ähnliche Wünsche und Bedürfnisse im Leben haben.

**Die 9 repräsentiert Vollendung und Abschluss. Sie erinnert daran, dass Dinge in einem Zyklus oder Prozess ihren natürlichen Abschluss finden.**

**Lass dich nicht von anderen negativ beeinflussen, konzentriere dich nicht auf Ihre Probleme und lass dich nicht in Konflikte verwickeln.**

10.II.2023

ier Tag

MOND IN  
DER WAAGE

**Motivate (Mischung)** Bist du zynisch weil dein Vertrauen missbraucht wurde? Dann halte an, hole tief Luft und fang neu an mit doTERRA Motivate (Ermutigende Mischung) aus Minze- und Zitrusölen. Motivate wird helfen, deine kreativen Kräfte zu entfesseln und den Mut wieder zu finden, der aus deinem tiefen Selbstvertrauen stammt.

(Kombiniert Pfefferminz, Clementine, Koriander, Basilikum, Yuzu, Zitronenmelisse, Rosmarin und Vanille)

**Die 9 repräsentiert Vollendung und Abschluss. Sie erinnert daran, dass**

	<p><b>Dinge in einem Zyklus oder Prozess ihren natürlichen Abschluss finden.</b></p> <p><b>Der 27. Montag ist vorteilhaft für die Arbeit und das Geschäft, die Dinge zu ende bringen.</b></p>
<p>II.II.2023</p> <p>2er Tag</p> <p>MOND IN DER WAAGE</p>	<p><b>Vetiver</b> bringt Erdung und wunderbare Entspannung in den gestressten Geist. Gerade wenn wir uns enorm im Alltag verlieren, keine Prioritäten mehr erkennen, herumirren und uns nicht mehr konzentrieren können, kann es unseren Fokus neu ausrichten und uns Verankerung schenken. Dieses Öl kann sehr intensiv sein, gerade wenn du dazu neigst, deine Schattenseiten nicht anzuschauen. Es hilft dir, mehr in die Tiefe zu gehen, die Dinge an der Wurzel zu packen und dich mehr mit dir selbst zu verbinden. Auch der Drang, Schmerzen zu vermeiden, wird transformiert. Dein Schmerz verschwindet, weil du in der Lage bist, ihn anzuerkennen und zu verarbeiten, anstatt ihn zu betäuben. Wir müssen die Dinge fühlen, um sie transformieren zu können.</p> <p><b>Diese Zahl 11 steht für Intuition und Eingebung. Sie ermutigt dazu, auf die innere Stimme und das höhere Selbst zu hören.</b></p> <p><b>Heute ist ein ruhiger und guter Tag. Der Mondmonat neigt sich dem Ende zu.</b></p>
<p>12.II.2023</p> <p>3er Tag</p> <p>MOND IM SKORPION</p>	<p><b>Lime</b> hilft wenn es darum geht, Frust loszuwerden. Das ätherische Öl der Limette ist pure Lebensfreude und ermutigt dazu, sich im Leben zu engagieren und das Interesse wieder anzukurbeln, wenn Langeweile Einzug gehalten hat. Es energetisiert Körper, Geist und Seele. Wenn du das Gefühl hast, betrogen worden zu sein, und in Wut und Trotz gerätst, kann Limette dich dabei unterstützen, deine Gefühle wieder anzuheben, dich klar auszudrücken und Verletzungen zu heilen. Lime erinnert dich an die Schönheit des Lebens, muntert dich auf und stärkt deine Verbindung von Kopf und Herz.</p> <p><b>Diese Zahl steht für Ordnung und Struktur. Sie ermutigt dazu, einen geordneten und strukturierten Lebensstil zu pflegen, um Ziele effektiv zu erreichen.</b></p> <p><b>Der 29. Montag ist hart. Der Mondmonat ist so gut wie vorbei und mancher findet es schwierig, mit der Mondenergie umzugehen. Unangenehme und heikle Situationen sind möglich, ebenso wie Pannen und Unfälle, und die Menschen werden explosiv und reizbar. Sei einfach vorsichtig!</b></p>

The header features a light pink background with black line-art illustrations of roses and leaves in the corners. The text 'APHRODISIERENDE ÖLE' is centered in a large, black, serif font.

# APHRODISIERENDE ÖLE

Ätherische Öle werden seit Tausenden von Jahren genutzt, um Sinnlichkeit und Libido auf natürliche Art und Weise zu steigern. Wenn es um Lust, sexuellen Ausdruck und Genuss geht, haben hundertprozentig reine ätherische Öle eine ganze Menge zu bieten, denn Intimität hat so viel mit Berührung und Duft zu tun! Sie sprechen eine Einladung an dein Liebesleben aus und verbessern dein sexuelles Erleben. Ätherische Öle können dir helfen, dich emotional zu öffnen und auch offener zu kommunizieren. Sie können den Fokus stärken und die Leidenschaft fördern.

Wärmende Öle steigern die Libido und die Erregungs-fähigkeit, während kühlende Öle das Nervensystem beruhigen.

## ÄTHERISCHE ÖLE FÜR INTIMITÄT

**Rose** - Das ätherische Rosenöl wird auch das „Öl der Liebe“ genannt. Es unterstützt dich emotional, ist sehr gut für das Herz und das Kreislaufsystem, erhöht das Selbstwertgefühl und weckt das sexuelle Verlangen. Zudem bekämpft es Stress, nervöse Anspannung und es kann die Spermabildung anregen. Rose unterstützt auch die reproduktive Gesundheit (Fruchtbarkeit) von Frauen und hat nachweislich eine beruhigende Wirkung auf die Umgebung; es schafft Entspannung und fördert die Intimität.

**Muskatnuss** - Muskatnuss ist ein würziges, stimulierendes ätherisches Öl, das helfen kann, Empfindungen der Verbundenheit und Einheit zu erzeugen. Es ist keine Überraschung, dass Muskatnussöl traditionell zur Behandlung von sexuellen Störungen verwendet wird, da ihm eine aphrodisierende Wirkung zugeschrieben wird. Für ein entspannendes Bad, das ihr gemeinsam genießen könnt, kombiniere wärmende Muskatnuss mit den beruhigenden und dennoch romantischen Düften von Rose oder Vanille.

**Jasmin** - Jasminöl kann allgemein die Energie und die Stimmung zwischen Liebenden verbessern. Es hat eine ausgleichende Wirkung auf das Nervensystem, wirkt stimmungsaufhellend, kann euphorische Gefühle, Zuversicht und Optimismus fördern. Jasmin ist außerdem wohltuend bei Nervosität.

**Lavendel** - Lavendelöl fördert den zwischenmenschlichen Frieden, erzeugt emotionale Ruhe und Entspannung, beruhigt auf tieferen Ebenen und stimmt auf Leidenschaft ein.

**Ingwer** - Ingweröl ist ein wärmendes, süßes und würziges Öl, das die Durchblutung fördert und Offenheit einlädt. Hier gilt, dass weniger mehr ist, da es sich um ein sehr kraftvolles ätherisches Öl handelt.

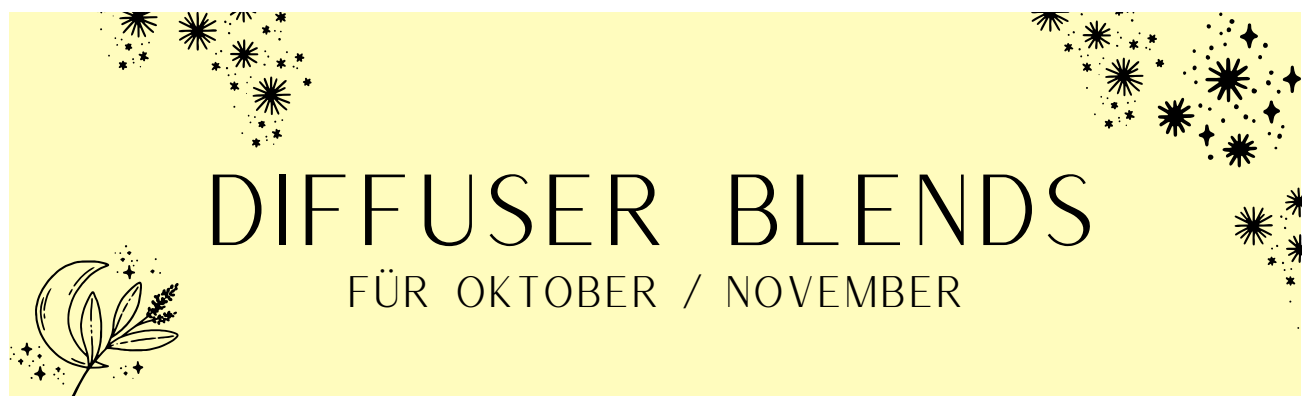
**Ylang-Ylang** - Ylang-Ylang ist eines der stärksten ätherischen Öle im Bereich der Aphrodisiaka. In einigen Traditionen der Welt werden die Blütenblätter des Ylang-Ylang-Baumes auf die Betten von Frischvermählten gestreut. Das opulente Öl kann das sexuelle Verlangen in Fahrt bringen, die gegenseitige Anziehung verstärken und das Herz-Kreislauf-System unterstützen. Es bewirkt, dass Gefühle der Sorge, Angst, Wut und Unruhe abschwellen. Ylang-Ylang hat einen starken Duft, der überwältigend sein kann, aber er lässt sich gut mit hellen Zitrusölen kombinieren. Bringe etwas Liebe in die Luft, z.Bsp. mit einer Mischung aus süßem Ylang-Ylang und wild Orange - und wenn du magst, gib noch ein bisschen Clary Sage hinzu.

**Kardamom** - Kardamom lindert geistige Müdigkeit und löst nervöse Belastungen, besonders wenn anhaltender Stress die Libido erdrückt.

**Schwarzer Pfeffer** - Schwarzer Pfeffer unterstützt dabei, das wahre Gesicht zu zeigen, und stimuliert den sexuellen Appetit. Kombiniert mit Sandelholz und Pfefferminze entsteht eine sinnliche Mischung, die so richtig aufwärmt! Schaltet das Licht aus und massiert euch abwechselnd die Schultern, den Nacken und den Rücken.

**Sandelholz** - Sandelholz ist ein starker Spannungslöser, besonders für die Muskeln. Das ätherische Öl entlastet auch bei Stress. Es ist vielleicht nicht deine erste Wahl, um deine Sinnlichkeit anzuregen und die Liebe anzukurbeln, aber sein warmes, holziges Aroma beruhigt die Nerven und wird oft verwendet, um sexuelle Gefühle zu fördern, besonders bei Männern. Besprühe deine Bettwäsche mit diesem exotischen Duft, um in seinen vollen Genuss zu kommen.

**Patchouli** - Patchouliöl hat eine lange Geschichte als Aphrodisiakum, weil sein Duft das Verlangen entfachen kann. Es ist perfekt für einen intimen Abend zu zweit. Außerdem wird das reichhaltige, erdige Aroma als tief entspannend empfunden vor dem Schlafengehen. Wenn du Patchouli zusammen mit Ylang-Ylang, Bergamotte und Weihrauch in deinen Diffuser gibst, schaffst du eine Atmosphäre, in der ihr euch als Paare füreinander öffnen und miteinander verschmelzen könnt.



NOVEMBER BLUES

**CASSIA, WILD ORANGE, JUNIPER BERRY**

TROST

**CYPRESS, HELICHRYSUM, WILD ORANGE**

WALDSPAZIERGANG

**DOUGLAS FIR, FRANKICENSE, ROSEMARY**

DANKBARKEIT

**CORIANDER, INGWER, CLOVE**

JETZT ODER NIE

**YLANG-YLANG, NEROLI, FRANKINCENSE**

**DANKE FÜR DEINE ZEIT,**

**FÜR'S LESEN MEINER WORTE.**

**ALLES LIEBE LIZA**

Ich erstelle keine Diagnosen und gebe keine Heilversprechen. Die Informationen über die Öle und Produkte von doTERRA beruhen auf allgemein bekannten Wirkungsweisen von Ölen und reinen Essenzen. Zum Einnehmen oder Absetzen von Medikamenten oder anderen Therapieformen, gebe ich keinen Rat. Dies liegt in der alleinigen Entscheidung des Kunden bzw. dessen betreuenden Arztes. Auch bei reinen Naturprodukten sind Hautreaktionen, Unverträglichkeiten und andere allergische Reaktionen möglich, daher teste jedes Öl erst an einer kleinen Hautstelle bevor du es wie von doTERRA vorgegeben anwendest.