



Geranium



Botanischer Name: Pelargonium graveolens

Herkunftsland: Mauritius

Anwendung: innerlich, äußerlich, aromatisch

Geraniumöl wird häufig als Bestandteil der Aromatherapie verwendet, da es viele gesundheitliche Vorteile hat. Es wird als ganzheitliche Anwendung zur Verbesserung der körperlichen, geistigen und emotionalen Gesundheit eingesetzt.

Von den Ägyptern zur Förderung schöner und strahlender Haut verwendet, wird Geraniumöl heute zur für die Haut, zur Linderung von Ängsten und zum Ausgleich von Hormonen verwendet. Dieses duftende Öl kann auch die Stimmung heben, Müdigkeit reduzieren und das emotionale Wohlbefinden fördern.

Körper-Systeme: Emotionen, Haut, Endokrines System, Immunsystem

Seelische & Emotionale Wirkung

- Geraniumöl besitzt eine stark stimmungsaufhellende Wirkung und lässt sich von daher sehr gut gegen die 'Winterblues' anwenden. Sein Duft ist positiv und erhebend, was den Geist sofort entspannt und das emotionale Gleichgewicht wiederherstellt. Menschen, die den Kontakt zu ihrem inneren Selbst verloren haben, werden dieses Öl sehr nützlich finden, da es den Geist stabilisiert und die sensorische Wahrnehmung und Phantasie verbessert.
- Entspannend bei emotionalen Belastungen
- Hilft bei Verlust, Misstrauen, Lieblosigkeit
- Zeigt die schönen Seiten des Lebens.
- Als Raumduft gleicht die Essenz den Menschen aus, vor allem bei starken Gefühlsbelastungen und Unausgeglichenheit.
- Bei Unzufriedenheit, Angstzuständen, Niedergeschlagenheit und Lethargie kann der Duft aufmuntern und die Stimmung heben.
- Das Öl wirkt bei Erschöpfung, Ärger und Aufregung beruhigend.

Anwendung & Rezepte

Allgemein

- Kombiniere Geranium mit Ylang Ylang und etwas doTERRA fraktioniertem Kokosöl, um deinem Partner eine sinnliche Massage zu geben.
- Kombiniere Geranium mit Lavendel, Melaleuca und Pfefferminze, um die eigene Mundspülung herzustellen.



Naturheilpraxis-Sense

Ernährungsberatung & Ätherische Öle

- Gib einen Tropfen in die Handflächen deiner Hände, reibe sie aneinander und halte die Hände über Nase und Mund. Dann atme es langsam tief ein für einen beruhigenden, erdendenden Effekt.
- Dieses ätherische Öl wehrt Insekten von Natur aus ab.
- Geranien können einen gesunden Harntrakt unterstützen.
- Dieses ätherische Öl unterstützt eine gesunde Immunfunktion und -antwort.
- Es kann einen gesunden Blutdruck unterstützen, der bereits im Normalbereich liegt.
- Es kann einen gesunden Blutzuckerspiegel unterstützen, der bereits im Normalbereich liegt.
- Geranium hat reinigende Eigenschaften, wenn es allein oder mit anderen ätherischen Ölen wie Oregano, Thymian, Zimtrinde, Zitronengras, Nelke, Pfefferminze oder Lavendel auf die Füße aufgetragen wird.
- Geranium enthält auch innere Reinigungseigenschaften.
- Geranien können dazu beitragen, den allgemeinen Gesundheitszustand einer Vielzahl von Organen und Organsystemen zu erhalten.

Haut & Haare

- Das Öl der Geranie strafft das Gewebe, unterstützt reife und müde Haut und wirkt ausgleichend auf alle Hauttypen. Es fördert die Regeneration der Hautzellen und ist für jedes Alter bestens geeignet.
- Kosmetik: Geranie ist das einzige ätherische Öl, das dazu in der Lage ist, die Talgproduktion unserer Haut zu regulieren. Es vermindert bei zu fetter Haut die Talgproduktion und regt sie bei zu trockener Haut an.
- Geranium nach dem Duschen auf die Haut auftragen, um eine glättende Wirkung zu erzielen.
- Gebe ein paar Tropfen in das Shampoo oder die Spülung für ein gesundes, lebhaftes Aussehen deiner Haare.
- Trage dieses ätherische Öl direkt auf die Haut auf oder genieße eine aromatherapeutische Dampfmaske, um die Haut zu verschönern.
- Trage Geranium nach einem schweißtreibenden Training oder einem Tag in der Sonne auf die Achseln auf.

Geranium mischt sich gut mit Basilikum, Bergamotte, Kassia, Koriander, Römische Kamille, Clary Sage, Zypresse, Fenchel, Ingwer, Grapefruit, Wacholderbeere, Lavendel, Zitrone, Zitronengras, Limette, Melisse, Wildorange, Patchouli, Pfefferminze, Mandarine, Rose, Rosmarin und Ylang Ylang.