

A NAPI WELLNESS-ÉLETMÓD SZOKÁSAI

7-9 óra pihentető alvás minden éjjel

Napi tudatos jelenlét/meditáció

Érzelmi egyensúly

Érezd jól magad, és maradj kiegyensúlyozott. Ismerd fel az érzelmeidet, és találd meg azokat a doTERRA™ olajokat, amelyek elősegítik az érzelmi egyensúlyt.



doTERRA Érzelmi Aromaterápia Kollekción

Hat, egyedi, gondosan megalkotott, célzott aromatikusan tulajdonságokkal rendelkező illóolaj keverék.

A doTERRA™ Essential Aromatics System az aromatikusan növénycsaládok forradalmian új összeállításán, mely az illóolajok aromatikusan alkalmazásával az érzelmekek széles skálájának egyszerű és mélyreható megközelítését támogatja. A doTERRA bárki számára könnyen elérhetővé teszi az illóolajok aromatikusan előnyeit a jóllét hat kategóriáját képviselő, szabadalmaztatott olajkeverék által.

Motivate Bátorító keverék

Amikor frusztráltnak érzed magad vagy kudarcok érnek, használd a bátorító keveréket, amely segít hogy újraindítsd magad és megőrizd rugalmasságodat. Friss, tiszta és mentás - ez a keverék segít előhozni a bizalom, optimizmus és elszántság érzését. A doTERRA Motivate segít felszabadítani kreatív képességeidet és megtalálni a bátorságot, amely a magadba vetett újbóli hitből származik. Gyerünk - meg tudod csinálni!

Összetevők: Borsmenta, Klementin, Koriander, Bazsalikom és Yuzu, Orvosi citromfű, Rozmaring és Vanília.

Forgive Megújító keverék

A doTERRA Forgive friss, fás aromája segíti felszabadítani a megalégedés, megkönnyebbülés és türelem érzését. A doTERRA Forgive egy bátorító társ lesz a megbocsátás felé vezető úton, és mindig emlékeztetni fog arra, hogy engedd el a dolgokat és menj tovább.

Összetevők: Lucfenyő, Bergamott, Borókabogyó, Mirha, Óriás tuja, Nutka fa, Kakukkfű és Citronella.

Cheer Felemelő keverék

Mindenki tudja, hogy a világos hajlandóság és a jókedvű hozzáállás enyhítheti az élet sok akadályát és kihívását, igaz? De néha nem elég a pozitív, önmagunkkal való beszélgetés. A doTERRA Cheer citrus- és fűszerillóolajok keveréke biztosítja, hogy feltöltődj a boldogság és pozitivitás érzésével, amikor rosszul érzed magad. Friss, optimista aromája a nap bármely pillanatát beragyogja.

Összetevők: Vadnarancs, Szegfűszeg, Csillagánizs, Citrom Mirtusz és Szerecsendió, Vanília, Gyömbér, Fahéj és Zdravetz.

Console Megnyugtató, vigasztaló keverék

A doTERRA Console édes virág- és faillóolajok használatával támogatja a vigasz érzését, és rávezet a reménytelen gyógyulás útjára. A doTERRA Console segít, hogy életedbe visszatérjen az öröm, a boldogság és a megnyugvás..

Összetevők: Tömjén, Pacsuli, Ilang Ilang, Balzsamos szuvar, Amyris, Szantálfa, Rózsa és Ozmantusz.

Passion Inspiráló keverék

A doTERRA Passion fűszeres és gyógynövényes illóolajok inspiráló keveréke, amely feléleszti életedben az izgalmakat. Lehet, hogy megtalálod magadban a bátorságot, hogy olyan dolgokat tegyél meg, amelyeket még soha nem próbáltál, mint például hogy elmenj egy festő vagy tánc tanfolyamra. De ami még fontosabb, a doTERRA Passion segíthet abban is, hogy újra megtaláld az örömet mindennapi tevékenységeidben és kapcsolataidban.

Összetevők: Frakcionált kókuszolaj, Kardamom, Fahéj, Gyömbér, Szegfűszeg, Szantálfa, Jázmin, Vanília és Damiána.

Peace Megnyugtató keverék

Virágos és mentás, a doTERRA Peace egy pozitív emlékeztető, hogy nem kell tökéletesnek lenned a béke megtalálásához. Lassíts le, végy mély lélegzetet, és kapcsolódj újra az összerakott, összeszedett énedhez. A doTERRA Peace használatával támogathatod a elégedettség, a megnyugvás és a megnyugtató érzését. A béke veled kezdődik - és néhány csepp doTERRA Peace keverékkel.

Összetevők: Vetiver, Levendula, Ilang Ilang, Tömjén, Muskotályzsálya, Majoranna, Balsamos szuhar és Fodormenta.



A doTERRA™ Essential Aromatics rendszer hat, egyedi, célzott aromatikus tulajdonságokkal rendelkező illóolaj keveréket tartalmaz, melyeket gondos odafigyeléssel állítottak össze. Mindegyik gyengéd keverék tiszta, tesztelt minőségű illóolajat tartalmaz, amelyek aromatikusan vagy helyileg is használhatóak, így hozva egyensúlyt a hangulatváltozásokba.

Mindössze néhány csepp ezekből a természetes, komplex, illatos keverékekből képes mélységes érzelmi reakciókat kiváltani, így segítenek megszabadulni a túl régóta cipelt terhektől, megnyugvást találni és bátorítani vagy motiválni és inspirálni, hogy újra szenvedéllyel tudj álmodni.

Alapvető aromák

Az érzelmek összetett pszichológiai és szenzoros ingerek eredményei, beleértve az illatokat is. A pozitív vagy negatív tapasztalatokhoz kapcsolódó illatok megmaradhatnak az emlékeinkben és akár egész életünkre megváltoztathatják az érzelmeinket. Emiatt van az, hogy sok ember illatokat használ érzelmeik kezelésére és a jó közérzet fokozására.

Az aromák érzelmekre gyakorolt hatásáról szóló modern tudományos tanulmány megerősíti azt, melyet a világ minden táján, évszázadok óta tudnak az emberek: a tiszta illóolajok finom és komplex aromatikus összetevői hatékonyan használhatók az érzelmek kiegyensúlyozására és a hangulat felemelésére..

Használati utasítás az érzelmi keverékekhez

- Használd aromatikusan diffúzorban.
- Cseppents 1-2 cseppet a tenyeredbe, dörzsöld össze és lélegezd be (ne nyúlj bele a szemeidbe!)
- Hígítva kend a tarkódra, csuklódra vagy a szívujjaid fölé.
- Érzékeny bőrű gyerekeknél hordozó olajban hígítva kend a talpukra, különösen lefekvéskor és ébredés után.
- Kellemes hangulat-kiegyenlítő masszázshoz keverj pár cseppet testápolóhoz vagy hordozó olajhoz.