

Aceites esenciales

Aceites afrodisíacos y potentes para despertar la sensualidad y encender la pasión.

Si mezclas el Ylang-Ylang con Patchouli con uno de los otros abajo indicados, es un afrodisiaco total, con 3 o 4 gotas de cada uno es suficiente.

Aparte te indico algunas cosas más.

Aceite esencial de Ylang Ylang, también regenera la piel y previene la caída del cabello. Es bueno para los sofocos, subir la libido y te reconecta con la feminidad.

Aceite esencial de Patchouli, también es un antiestrés, alivia la tensión y estabiliza las emociones

Aceite esencial de jazmín, también cuida tu piel y mejora el estado de ánimo.

Aceite esencial de Canela, también es un buen antiestrés, para los dolores menstruales.

Aceite esencial de Clavo, alivia dolores dentales, sube el animo

Aceite esencial de rosas es relajante, desintoxicante, regenerador y antiinflamatorio

Aceite esencial de Jengibre, antiinflamatorias, bueno para la tos, bronquitis.

Aceite esencial de flor de vainilla, regula la menstruación, alivia estrés, ansiedad y depresión, te ayuda a conciliar el sueño, fomenta el crecimiento del cabello

Aceites para la menstruación

Si tenemos dolores punzantes, que normalmente vienen del frío hay que usar aceites calientes.

Aceite esencial de clavo

Aceite esencial de canela

Aceite esencial de hinojo

Aceite esencial de romero

Para los dolores o inflamación

Aceite de hinojo

Lavanda

Jengibre

Caléndula

Salvia

Síndrome premenstrual, dolores, hinchazón

Bergamota

Salvia

Lavanda

Calambres por ciclos menstruales

Tomillo

Una esencia muy buena para regular el ciclo hormonal: Esencia Vitex Agnus-Castus y alivia los efectos del síndrome premenstrual también para los desarreglos de la plenipausia (menopausia)

Aceites para la plenipausia (menopausia)

Enebro: Ejerce como equilibrante hormonal y te potencia la valentía interior.

Salvia: Para el equilibrio hormonal

Lavanda: Si tienes sudores nocturnos te ayuda, en un buen equilibrante nervioso

Ciprés: Te ayuda a reducir los sofocos, reduce retención de líquidos

Albahaca: Es buena para la concentración. Ayuda con la fatiga física y fomenta la autoconfianza.

Geranio: Ayuda a equilibrar las emociones.

Jengibre: Te ayuda con la disfunción sexual. Da fuerza para superar momentos de debilidad.

Menta: Muy buena para dolores de cabeza, sofocos y fatiga

Aceite para equilibrar los chakras

1. Patchouli
2. Ylan Ylang
3. Cardamomo
4. Rosa (para un corazón cerrado, el aceite esencial de bergamota)
5. Eucalipto
6. Sándalo
7. Incienso

Y aquí te indico algunos más que igual te pueden interesar.

Aceite esencial de pimienta negra

Te ayuda totalmente a centrarte. Te despierta la mente. Te llevara al poder y fuerza que llevas dentro. Si necesitas una dosis extra de energía, fuerza, para centrarte, abre la botellita y respira hondo oliendo la esencia.

Refuerza tu confianza.

Aceite esencial de Neroli

Te abre el corazón, alivia el stress, te relaja el cuerpo y te despierta los sentidos. Hace que tengas un sueño reparador. Te alivia a no echarte la culpa de muchas cosas y nuestras creencias limitantes. Te potencia la alegría

Algunos consejos de los aceites esenciales.

No es bueno abusar de ellos, ya que con unas gotitas es suficiente.

Aquí te indico algunas formas de usarlo y tu intuición te dirá cual te va mejor en cada momento.

Los puedes diluir en un aceite como puede ser aceite de almendras para poder hacerte un masaje.

Agregar unas gotas a un baño caliente.

Puedes poner unas gotas a una toalla para luego ponerlo en la parte del cuerpo que necesites.

Puedes abrir la botella y olerlo.

También hay difusores eléctricos

También puedes hacer algunas mezclas para potenciar el efecto.

Espero que estos aceites te ayuden a vivir mejor, son una muy buena compañía diaria.

Un saludo