

5 HELPENDE OLIEN RONDONDOM ROUW

Lavender

In de starterskit, de lavender. Rust in een flesje. Lavender helpt ontspannen en lekker slapen. Kalmeert het zenuwstelsel

White Angelica

Olie van de engelen... is een olie voor kracht en bescherming. Rondom hoogsensitiviteit is deze olie heel passend.

De olie geeft kracht aan je aura.

Ikzelf gebruik deze olie op speciale dagen, waarin extra ondersteuning gewenst is.

prikkelgevoelige kinderen reageren fantastisch fijn op deze mix.

Stress Away

De naam zegt het al. Dat is hoe Young Living een groot deel van zijn oliën ontwikkeld. Het doet wat het beloofd.

Een zalige olie om gevoelens van onmacht en niet meer kunnen weg te laten vloeien. Zo hoef je niet meer te vechten tegen jezelf en kun je vanuit je centrum de dag aan gaan...



Hoe nu verder

Als er iemand in je omgeving, wie je heel dierbaar is, sterft staat je wereld op zijn kop. Als je kinderen hebt, geldt dat ook voor je kinderen.

In mijn praktijk mag ik veel mama's ondersteunen, wiens kindje overleden is. Vaak is een van haar eerste vragen... "kan ik ooit weer lachen?" en ja! absoluut word je weer gelukkig en kun je weer genieten van de simpele dingen als een ijsje op een bankje. De verjaardag van je andere kinderen of jezelf. Kadootjes met sinterklaas.

Naast de ondersteuning van moeders, ligt mijn specialisatie op het gebied van rouw bij kinderen. Direct na de gebeurtenis, om een gezond rouwproces te ondersteunen of een poosje later als er toch klachten zijn ontstaan.

Kinderen rouwen anders, vaak in stukjes. En vaak wordt dat pas zichtbaar als er meer rust is in je gezin, de dagelijkse gang van zaken weer zijn weg vindt. Juist dan, kunnen kinderen klachten krijgen. Weer in bed plassen, boos zijn, angstig of ronduit vervelend en veeleisend.



Bergamot

Een mooie olie bij angst en onrust. Bergamot geeft je eigenlijk dat wat je op dit moment nodig hebt. De geur werkt opbeurend en daardoor ondersteunend in je kracht. De meeste kinderen vinden deze olie niet zo lekker voor zichzelf.

Cedar

staat bekend als olie rondom slaap. Helpt mogelijk melatonine verhogen, icm de lavendel. Minder bekend zijn de helende eigenschappen rondom rouw. Met name als de wereld weer verder gaat en jou dat niet lukt, helpt deze olie de scherpe randen verzachten. Cedar omhult en is een fantastische olie rondom verwerking. Zo kan jouw dierbare een zachte liefdevolle plek in je hart krijgen en blij en krachtig met je verder leven

Toepassing

Gebruik de olie in de diffuser 1-2 drupjes. Bv snachts in je slaapkamer, of in de keuken overdag.

Een paar drupjes op je polsen of achter je oor

Maak een verdunning in een rollerflesje om mee te nemen

Wat kan olie betekenen?

Pure essentiële olie werkt prachtig op ons emotie-lichaam. De stoffen in de olie, gaan direct naar een hersengebiedje wat we Amygdala noemen. Het is het gebied waar emotie gereguleerd wordt. Denk aan de geur van appeltaart, en jouw gevoel van warmte, de gedachte aan fijne dagen bij oma. Of, zoals in ons geval. Mijn man was kapitein, met mijn drietal bezochten we met regelmaat het schip in de Rotterdamse haven. Van Friesland reed ik dan naar daar en als de geur van de botlek, chemisch en stookolie onze neuzen binnendrong... Werd iedereen blij! en nog!

Dat is wat de oliën doen, rust geven. Kracht en moed. Je in je centrum helpen. Kortom, liefdevol ondersteunen van jou of je kind, zodat je overeind kunt blijven. Verder kunt en uiteindelijk weer blij kunt zijn.

Een aantal olietjes zitten in de starterskit van Young Living en kun je dus zo inzetten. In de mee geleverde diffuser, of verdund in een basisolie. Andere oliën kun je los bestellen, bij mij of als je de kit al hebt, via jouw eigen account.

Natuurlijk ben je ook welkom in mijn praktijk, of via skype voor een informatief gesprek. Gewoon eens samen klankborden wat voor jou zinvol zou kunnen zijn.

