

EMOTIONAL MANAGEMENT met dōTERRA etherische oliën



Wist je dat essentiële olie een drager van je intentie is en het je intentie versterkt? Dat is waarom je intentie zetten met de olie die daarbij past zo goed werkt.

Dus als je motivate (of peace, passion, cheer, console of forgive) opbrengt maak dan contact met je intentie, datgene waar jij de aanmoediging (of vrede, passie, verlichting, troost of vergeving) voor nodig hebt. De essentie van deze olie begeleidt je intentie.

MOTIVATE moedigt aan en motiveert

Als het tijd is voor je om in actie te komen of je hebt een acquisitiesprek, presentatie of training zet dan je intentie op een succesvolle afloop en stel je beeldend voor wat je voor resultaat wilt bereiken.

PEACE geeft innerlijke vrede

Vrede geeft het vertrouwen en de veiligheid die nodig is om in vrede met jezelf en anderen te leven. Als je in een omgeving bent waar de rust ver te zoeken is of je voelt in jezelf onrust, gebruik dan de Peace en maak verbinding met het vertrouwen en de veiligheid in jou.

PASSION zorgt voor opwinding

Ben jij het contact met je drijfveren kwijt? Is je motivatie verdwenen en ben je je "WHY", je passie verloren? Te veel, zelfs van iets goeds kan, in de loop van de tijd, voorspelbaar en saai worden.

Met Passion raket je de opwinding in je leven weer op, vind je de moed iets nieuws te proberen.

CHEER verlicht, geeft vertrouwen en zekerheid

Het is de lichte, zonnige emotional blend van dōTERRA. Als je je chagrijnig voelt, tegenslag ervaart of negatieve gedachten blijven malen, dan zorgt de kruidige citrus geur dat je ontspant, het zorgt voor een energie boost en maakt (weer) happy.

CONSOLE geeft de troost die nodig is bij verdriet en pijn.

Het opent, de rauwe pijn komt boven en de olie helpt bij de verwerking en om rust te vinden. De hoge trilling van de Roos en Sandelhout geeft liefde en zachtheid en Frankincense geeft de kracht om de pijn te dragen.

FORGIVE van verwijten naar vergeven

Baal je van jezelf of anderen en merk je dat je geïrriteerd, boos of cynisch bent? Geef je anderen de 'schuld' van jouw onvrede? Dat zorgt ervoor dat je uit je kracht raakt. Je geeft onbewust de energie aan de ander i.p.v. deze bij jezelf te houden. Rol Forgive op je hart en voel de ontspanning in jou.

Toepassing van de oliën

👉 Verdamp in een diffuser

👉 Cupping: Doe 1 druppel in de palm van je handen, wrijf de palmen over elkaar en maak een kommetje van je handpalmen over je neus heen en inhaleer diep

👉 Verdun en gebruik het plaatselijk, onder de voetzolen, in de nek of de op rug, over het hart of op de reflexpunten