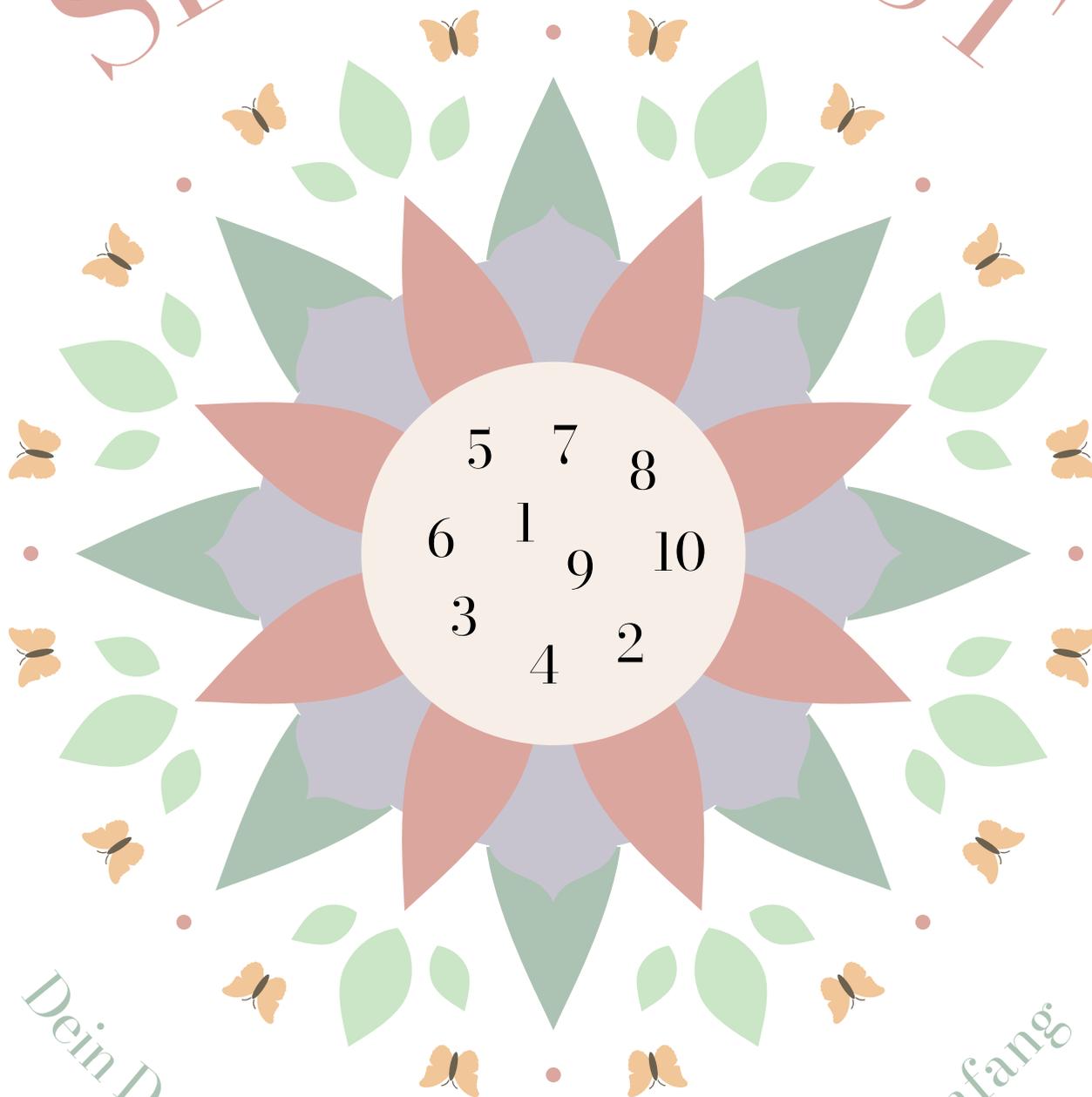


SELBSTTEST



Dein Duft für einen zauberhaften Neuanfang

Die Natur hat uns einen der stärksten und wichtigsten Sensoren geschenkt: unsere Intuition. Erlaube, dass sie dir heute auf spielerische Weise den richtigen Duft auswählt. Lavendel, Zitrone oder Rose?

Und so geht der Selbsttest:

Denke an den jetzigen Augenblick und die Lebensphase, in der du stehst. Schließe kurz die Augen – und öffne sie wieder. Die **Zahl** im Kreis (Abbildung links), **die dir als erste ins Auge springt**, symbolisiert deinen Duft, der dich ideal in den Zeiten der Veränderung begleiten soll. Es gilt: Der erste Impuls ist der richtige. Der jeweilige Duft soll für dich ein starker Impuls für

die Phase deines Neubeginns sein, den du vielseitig einsetzen kannst. Das Wirkungsspektrum ätherischer Öle ist groß. Es ist je nach Pflanze entspannend, belebend oder erfrischend. Du kannst ein paar Tropfen des ätherischen Öls in das Badewasser geben, als Raumbeduftung einsetzen oder mit einem Riechtuch bei dir tragen.

Zur Auflösung >>



Auswertung

1. Lavendel: Mutmacher

Lavendelduft stärkt dein Vertrauen und deinen Mut. Du darfst dir in Anfangszeiten wieder mehr zutrauen. Schenke heute deinen Projekten eine gute Portion „Vorvertrauen“. Viele Menschen ahnen nicht, welche Kräfte sie in sich tragen. Die Kraft des Vertrauens kann Berge versetzen. Ein schöner Berglavendel darf dich mit seinem würzigen Duft durch das neue Jahr begleiten.

2. Lorbeer: Erfolg annehmen

Viele wünschen sich Erfolg – aber der will sich einfach nicht einstellen? Der Duft des Lorbeers stärkt dich, so dass es dir leicht fällt, deine Erfolge anzunehmen. Mit seinen Blättern kränzte man früher die Sieger. Lerne, das Gute zu empfangen, das zu dir kommen möchte: Geniale Ideen, fördernde Menschen, kraftvolle Orte und inspirierende Gespräche. Knüpfe an alte Erfolge an. Der Lorbeerduft darf dich daran erinnern, deine Lebensschatzkiste zu öffnen.

3. Orange: Glückliche Zufälle

„Jetzt oder nie!“ Bei deinem Neubeginn darfst du alle guten Gelegenheiten, die sich in „zufälliger Weise“ rechts und links des unbekanntes Weges auftun, sofort am Schopfe packen und eintüten. Glückliche Zufälle begleiten deine Anfangszeiten. Um sie zu sehen, braucht es ein bisschen Humor und Abenteuerlust. Wichtig ist, einige deiner alltäglichen Gewohnheiten zu ändern. Wundere dich nicht über die glücklichen Zufälle, sondern werde ein Experte für die kleinen Wunder des Alltags.

4. Pfefferminze: Positiv denken

Ein Neuanfang braucht neues Denken und soll von vielen guten, klaren und positiven Gedanken begleitet werden. Trainiere aufbauende Gedanken ganz bewusst. Dabei geht es nicht darum, die Dinge schön zu reden, sondern um eine gesunde Gedankenhygiene. Gestalte den Anfang in deine neue Lebensphase mit schönen Gedanken.

5. Rose: Liebe

Herz ist Trumpf! Höre auf die Stimme deiner Herztelligenz. Sie ist eng mit deiner Intuition verbunden und führt dich zu deinen wahren Herzenswünschen. Lege zwischendurch immer wieder bei Entscheidungen deine Hand auf dein Herz, lausche nach innen und lass dich von deinem Herzen führen. Lerne zu lieben – das ist die wichtigste Lektion, die es im Leben gibt. „Du brauchst nur zu lieben, und alles ist Freude“, wusste schon der Schriftsteller Leo Tolstoi.

6. Rosmarin: Durchhalten

Rosmarin klärt, ordnet und schenkt dir das notwendige Durchhaltevermögen für deinen Neuanfang. Rosmarin steigert die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Die entscheidenden Wirkstoffe stecken im ätherischen Öl der Heilpflanze. Hol dir frischen Rosmarin auf dem Markt und binde ihn dir mit Rosen zu einem Blumenstrauß.

7. Thymian: Wagemut

Manchmal fängt der Neubeginn mit einem beherzten Sprung ins kalte Wasser an. Thymianduft schenkt dir den Mut, ohne zu zögern loszulegen.

Er verleiht deinem Mut Flügel. Zögere nicht, Chancen zu ergreifen. Die Zeit der vorsichtigen Zurückhaltung ist vorbei. Was immer deine größeren Lebenspläne sind, lege sofort los. Denk stets daran: „Wer wagt, gewinnt.“

8. Zitrone: Lebensfreude

Sauer macht lustig! Und Zitronenduft macht munter. Werde wieder zu einem neugierigen Entdecker und wage neue Abenteuer, von denen du immer schon geträumt hast. Der richtige Zeitpunkt für diese Abenteuer ist jetzt. Nimm auf Reisen deinen Humor und dein heiteres Lachen mit und trage sie in die Welt.

9. Vanille: Kreativität

Mit ihrer Leichtigkeit kann echte Vanille eine gefühlsaufhellende und emotional anziehende Wirkung haben. Dein Neuanfang braucht Unbefangenheit, Neugierde und Kreativität. Erinnerung dich an die Lieblingsspiele deiner Kindheit und hole dir die guten Erlebnisse und Erfahrungen zurück.

10. Bergamotte: Zuversicht

Bergamotteöl kann seelische Unterstützung bieten, sorgt für eine sofortige Stimmungsaufhellung und lässt den Geist aufblühen. Es wirkt luftreinigend, antibakteriell und stimmungsaufhellend. Gerade in der dunklen Jahreszeit kann sich der Duft der Bergamotte positiv auf die Psyche auswirken, depressive Verstimmungen und Ängste lindern. Entscheide dich heute dafür, dass du nur positive Gedanken für deinen Neubeginn wählst. Sie wirken sich positiv auf dein Lebensumfeld aus.