



Fibromyalgie Aromatherapie

Maria L. Schasteen

Fibro = **F**aser Myos = **M**uskel Algos = **S**chmerz

Fibromyalgie ist ein Zustand der Schmerzen auf physischer, emotionaler und mentaler Ebene.

Fibromyalgie Symptome:

- Schmerzen
- **Stress**
- Schlafprobleme
- Müdigkeit
- Depression
- Magen-Darmprobleme u.a.

Ätherische Öle beruhigen und regenerieren auf physischer, emotionaler und mentaler Ebene.

Wirkungen ätherischer Öle:

- Schmerzlindernd
- Entzündungshemmend
- Ausgleichend
- Anregend
- Beruhigend
- Regenerierend & aufbauend

Gesund und schmerzfrei durch ein einfaches Lebensprogramm

WICHTIGE NÄHRSTOFFE:

- Viel reines **Wasser** in der Früh
- Zunderschwamm für den **Darm**
- **8 essentielle Aminosäuren**
- Vitamin **D3** und **K-Komplex**
- **Kalzium** und **Magnesium**
- **Omega-3** Fettsäuren
- Chlorophyll: frisches **Gemüse**,
etwas Obst (Achtung Zucker!)
- **Ätherische Öle**

WARUM?

- Zur Reinigung (morgens 1 Liter)
- Optimale Darmversorgung
- Lebenswichtige Zellnahrung
- Zusammen für die Knochen
- Herz, Muskeln, Knochen
- Gehirn, Herz, Abwehrkräfte
- Optimale Ernährung auf der Zellebene
- Wichtige Elektronenspender

Genauere Information erfragen Sie bitte unter [MariaSchasteen.com](https://www.MariaSchasteen.com)

Warum leiden wir?

Ein kosmisches Gesetz besagt:

Unsere **Gedanken und Gefühle**
erschaffen unsere Welt!

Energie folgt der **Aufmerksamkeit**.

Neue Gedanken, **Neues Gehirn!**

Wie ätherische Öle uns helfen:

- Sie gehen in das **Erinnerungszentrum** jeder Körperzelle und räumen auf.
- Sie bringen Sauerstoff ins Gehirn, **vertreiben Müdigkeit**.
- Sie **trösten** ein trauriges Herz und muntern auf.
- Sie **unterstützen** alle Abläufe im Körper.


Warum wirken ätherische Öle so gut?

Ätherische Öle sind geniale Elektronenspender!

- Sie versorgen **freie Radikale** mit freien Elektronen zum Schutz der Zellen.
- Sie liefern **Lebensenergie!**
- Sie helfen Fehlinformationen auf den Genen zu **löschen** und neue Inhalte zu programmieren.

Wie kommen ätherische Öle in unseren Körper:

- Durch Obst und **Gemüse**, das voll von ätherischen Ölen ist
- Durch das **Einatmen** aus dem Fläschchen oder Aroma-Diffuser
- Durch Auftragen auf die **Haut**
- Durch das **Würzen** der Speisen (Nahrungsmittelqualität!)



Alles was Sie tun, um **Stress** zu mildern,
könnte auch Ihre **Schmerzen** lindern!

A small, dark brown glass bottle with a white cap, likely containing essential oil, is positioned in the foreground. It is surrounded by several vibrant pink roses with green leaves, set against a light, textured background. The scene is softly lit, creating a natural and serene atmosphere.

Verwenden Sie ausschließliche reine
ätherische Öle aus der Natur!

Physische Schmerzen

Ätherische Öle bei körperlichen Schmerzen:

**Pfefferminze, Nelke,
Wintergrün, Rosmarin,
Thymian, Immortelle,
Balsamtanne, u.a.**

3-4 Tropfen mit 1 EL Pflanzenöl (z.B. Olivenöl) mischen und auf die Schmerzstellen reiben.

Wie wirken ätherische Öle bei körperlichen Schmerzen:

Sie führen den Gelenken **Energieschübe** zu, beruhigen den **Schmerzleiter**, besänftigen **Entzündungen** und mehr, um die Beschwerden dadurch zu lindern.

Rezept bei körperlichen Schmerzen

Rezept 1:

- 8 Tr. Balsamtanne
- 6 Tr. Weißtanne
- 4 Tr. Wintergrün
- 2 Tr. Fichte
- 20 Tr. (30 ml) reines Pflanzenöl

Anwendung:

- Täglich auf Brust, Rücken und Schmerzstellen auftragen
- Kompresse
- Massage

Rezept 2:

- 8 Tr. Copaiba
- 8 Tr. Wintergrün
- 8 Tr. Majoran
- 6 Tr. Fichte
- 20 Tr. (30 ml) reines Pflanzenöl

Anwendung:

- Auf Rücken, Fußsohlen und Schmerzstellen auftragen
- Kompresse
- Massage

Emotionaler Schmerz

Ätherische Öle bei emotionalen Schmerzen:

**Geranie, Melisse, Lavendel,
Bergamotte, Muskatellersalbei, Balsamtanne,
Weihrauch, Sandelholz, u.a.**

Eines der ätherischen Öle tief einatmen und entspannen.

Wie wirken ätherische Öle bei emotionalen Schmerzen:

Sie wirken **sehr beruhigend** auf das Zentralnervensystem.

Sie erlauben **tiefe Entspannung** und das **Loslassen** von Stress und Ängsten.

Emotionaler Schmerz

Emotionale Schmerzen kehren immer wieder:

Unsere Gedanken und Gefühle bauen unsere Welt!

Es ist für jeden Fibromyalgie Leidenden von höchster Wichtigkeit, **jede Art von Stress zu meiden!**

Anwendung ätherischer Öle:

- Duftende **Raumatmosphäre**, sanfte Musik, Blumen
- Entspannendes **Bad**, Kerzenschein
- **Kamillentee** zur Beruhigung
- **Weihrauch** zur Anhebung, für Ruhe und Frieden
- Blütendüfte für Gefühle der **Liebe**

Therapie:

- Wärme
- Liebe
- Fürsorge



Rezept bei emotionalem Stress

Rezept 1:

- 9 Tr. Bergamotte
- 9 Tr. Zitrone
- 6 Tr. Pfefferminze
- 6 Tr. Rosmarin
- 125 ml Glasflasche
- Mit Pflanzenöl auffüllen

Anwendung:

- Auf das Herz auftragen
- Auf Stirn und Nacken massieren
- Am Fläschchen riechen

Rezept 2:

- 5 Tr. Lavendel
- 5 Tr. Mandarine
- 3 Tr. Zitronengras

Anwendung:

- Mit reinem Pflanzenöl verdünnt als Massageöl verwenden
- Unverdünnt dem Badewasser zugeben
- Im Aroma-Diffuser vernebeln

Mentaler Stress

Ätherische Öle bei mentalem Stress:

**Zedernholz, Zypresse,
Wacholder, Lavendel, Zitrone,
Orange, Basilikum, Vetiver,
u.a.**

Am Öfläschchen riechen, um die
nimmermüden Gedanken zur Ruhe
zu bringen.

Wie wirken ätherische Öle bei mentalem Stress:

Sie haben einen **beruhigenden**
Einfluss auf unsere Gedanken.
Wirken **ausgleichend** auf das
Gehirn.

Schenken Ruhe und Frieden und
einen **gesunden Schlaf**.

Rezept bei mentalem Stress

Rezept 1:

- 5 Tr. Basilikum
- 9 Tr. Rosmarin
- 2 Tr. Pfefferminze
- 4 Tr. Immortelle

Anwendung:

- Vernebeln oder direkt einatmen
- Verdünnt auf Stirn, Schläfen und Nacken massieren

Rezept 2:

- 3 Tr. Lavendel
- 2 Tr. Römische Kamille
- 1 Tr. Mandarine
- 1 Tr. Zistrose

Anwendung:

- 50:50 mit reinem Pflanzenöl verdünnen
- Auf Schläfen, Nacken und Schultern auftragen

Schlafstörungen

Ätherische Öle bei Schlafstörungen:

**Balsamtanne, Baldrian,
Lavendel, Mandarine,
Rosengeranie, Weihrauch, u.a.**

Im Aroma-Diffuser vernebeln, 1 Tr.
Lavendelöl auf das Kissen geben, die
Fußsohlen mit einem der Öle
einreiben.

Wie wirken ätherische Öle bei Schlafstörungen:

Sie vermitteln **Ruhe und Friede.**

Sie unterstützen die Zirbeldrüse
und **Melatoninausschüttung.**

Sie regulieren den zirkadianen
Rhythmus, um die regenerierende
Tiefschlafphase zu erreichen.

Rezept bei Schlafstörungen

Rezept 1:

- 4 Tr. Muskatellersalbei
- 4 Tr. Lavendel
- 5 Tr. Mandarine

Anwendung:

- Auf Stirn, Schläfen und Nacken reiben
- Direkt einatmen
- 1 Tropfen in Flüssigkeit nehmen

Mehr Tipps und Informationen:



Rückenschmerzen

Ätherische Öle bei Rückenschmerzen:

**Rosmarin, Eukalyptus,
Wacholder, Wintergrün, u.a.**

Fest verdünnt mit Massageöl auf den Rücken massieren.

Mit einem Emulgator (Badegel, Sahne, Salz) im Bad verwenden

Rezept:

- 5 Tr. Muskatellersalbei
- 5 Tr. Lavendel
- 5 Tr. Kamille

Anwendung:

- Mit reinem Pflanzenöl verdünnen
- Massage
- Warme Kompresse (wenn nicht entzündet)

Weitere Öleanwendungen

Antivirale, antibakterielle Öle:

**Basilikum, Eukalyptus
Oregano, Thymian, Majoran,
Nelke, Rosmarin, Zimt, u.a.**

Ideal für die *virenreiche* Winterszeit!

Im Aroma-Diffuser vernebeln oder
aus dem Fläschchen einatmen, auf
die Fußsohlen reiben.

Hormon-unterstützende Öle:

**Salbei, Muskatellersalbei,
Estragon, Fenchel, Koriander,
Myrrhe, u.a.**

3 Tropfen eines der genannten Öle in
die Armbeuge tropfen und fest
einreiben.

Weitere Öleanwendungen

Nervensystem unterstützend:

**Baldrian, Balsamtanne,
Geranie, Immortelle, Kamille,
Lavendel, Majoran,
Sandelholz, Vetiver,
Wacholder, Weihrauch,
Zedernholz, Zistrose, u.a.**

Einatmen, einreiben.

Muskeln unterstützende Öle:

**Basilikum, Fichte, Immortelle,
Ingwer, Koriander, Majoran,
Oregano, Pfefferminze,
Rosmarin, Sandelholz,
Teebaum, Thymian,
Weihrauch, Wintergrün,
Zitronengras, Zedernholz, u.a.**

Weitere Öleanwendungen

Immunsystem unterstützend:

**Balsamtanne, Fichte, Kiefer,
Sandelholz, Weihrauch,
Zypresse, Bergamotte,
Eukalyptus, Zitronengras, u.a.**

Direkt einatmen oder im
Aroma-Diffuser vernebeln.

Verwenden Sie 1 oder 2 der
angegebenen ätherischen Öle, um
Wirkung zu erzielen!

Sie brauchen nicht alle Öle!

WARUM wirken ätherische Öle so gut?

ELEKTRONEN liefern ENERGIE!

Sie bringen die **Elektronen** jeder einzelnen unserer 100 Billionen Zellen vom **Grundzustand** in den **Erregungszustand!**

Vom Tod zum Leben!

KRANKHEIT vs. GESUNDHEIT

Mit dem Prinzip der **Elektronen Verschiebung** lassen sich alle **physischen und psychischen** Phänomene erklären. Das ist **Angewandte Wissenschaft!**

**Ätherische Öle sind geniale
Elektronenspender!**



**Fast Alle Krankheiten sind ein Elektronenmangel!
Ätherische Öle sind geniale Elektronenspender!**

**Glück und Freude =
Erregungszustand des Elektrons**



WAS braucht die Zelle, um GESUND zu sein?

ELEKTRONEN Lieferanten!

1. Die Farbstoffe
2. **Ätherische Öle**

Die Farbstoffe und die ätherischen Öle in Gemüse und Obst sind **DIE** Elektronen Lieferanten für die Zellen!

ELEKTRONEN Räuber:

Zucker jeder Art:

- Brot
- Nudeln
- Klöße
- Mehlspeisen
- süße Getränke

Gesund und schmerzfrei durch ein einfaches Lebensprogramm

WICHTIGE NÄHRSTOFFE:

- Viel reines **Wasser** in der Früh
- Zunderschwamm für den **Darm**
- **8 essentielle Aminosäuren**
- Vitamin **D3** und **K-Komplex**
- **Kalzium** und **Magnesium**
- **Omega-3** Fettsäuren
- Chlorophyll: frisches **Gemüse**,
etwas Obst (Achtung Zucker!)
- **Ätherische Öle**

WARUM?

- Zur Reinigung (morgens 1 Liter)
- Optimale Darmversorgung
- Lebenswichtige Zellnahrung
- Zusammen für die Knochen
- Herz, Muskeln, Knochen
- Gehirn, Herz, Abwehrkräfte
- Optimale Ernährung auf der Zellebene
- Wichtige Elektronenspender

Genauere Information erfragen Sie bitte unter [MariaSchasteen.com](https://www.MariaSchasteen.com)



**Diese Information kann
tatsächlich Leben retten!**

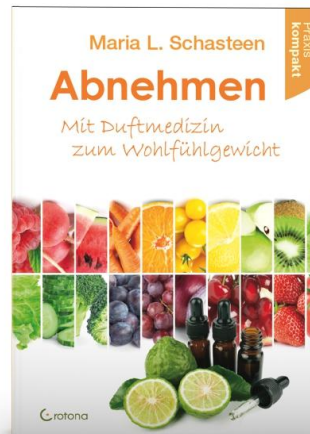


[MariaSchasteen.com](https://www.MariaSchasteen.com)

Danke!



[>> Hier klicken <<](#)



Maria L. Schasteen

Natürliche Haarpflege mit Ätherischen Ölen



Sofort Ratgeber 1

Maria L. Schasteen

Ätherische Öle Die kleine Hausapotheke



Sofort Ratgeber 2

Maria L. Schasteen

Ätherische Öle 39 Schönheitsrezepte für den Sommer



Sofort Ratgeber 3

Maria L. Schasteen

Ätherische Öle für Geniale Schulkinder



Sofort Ratgeber 4

[>> Hier klicken <<](#)

Maria L. Schasteen

Ätherische Öle gegen Umweltgifte



Der **NEUE Lifestyle**

Sofort Ratgeber 7

Ätherische Öle und der Biogarten



Katrin Graf, Maria Schasteen

Waltraud-Maria Hulke, Maria L. Schasteen

Ätherische Öle im Licht der Farben



Sofort Ratgeber 9

Maria L. Schasteen

Ätherische Öle und das **VIRUS**



Angstfrei durch das Leben gehen

Sofort Ratgeber 12



Sichere Anwendung Ätherischer Öle:

**Verwenden Sie ausschließlich
reine Öle aus der Natur!**



Sichere Anwendung Ätherischer Öle:

Da hochkonzentriert, immer mit
reinem Pflanzenöl mischen.



Sichere Anwendung Ätherischer Öle:

**Nicht in Augen, den Ohrkanal &
auf empfindliche Stellen bringen.**

A close-up photograph of several vibrant pink roses in full bloom, with green leaves visible. In the foreground, a small, clear glass bottle with a white cap, likely containing essential oil, is partially visible. The background is softly blurred.

Sichere Anwendung Ätherischer Öle:

Oft genügt bereits 1 Tropfen!
Kinder und Haustiere schützen.

A close-up photograph of several vibrant pink roses in full bloom, with green leaves interspersed. In the foreground, a small, clear glass bottle with a white cap, likely containing essential oil, is partially visible. The background is softly blurred, showing more of the roses and another bottle.

Sichere Anwendung Ätherischer Öle:

**Krank? Vor der Anwendung
Ihren Arzt kontaktieren.**

The background of the slide features a close-up of several vibrant pink roses with green leaves. In the foreground, a small, dark brown glass jar with a white lid is visible. The overall aesthetic is soft and natural, suggesting a focus on natural remedies or wellness.

Haftungsausschluss:

Diese Informationen dienen ausschließlich zu Bildungszwecken. Das hier Gesagte soll keinesfalls den Arzt oder Heilpraktiker ersetzen, sondern es will vielmehr das Allgemeinwissen und den Wert natürlicher Pflanzenkräfte erweitern, damit man sich bei Bedarf mit einfachen natürlichen Mitteln selbst helfen kann. Der Vortragende sowie der Veranstalter können jedoch keine Haftung für Folgen aus dem richtigen oder unrichtigen Gebrauch der hier dargestellten Methoden und Rezepte übernehmen.

2020 © MariaSchasteen.com