



SPECIAL REPORT 19

O.I.L.

O.I.L. – Wie ölinfundierte Produkte Essenz in jeden Bereich des Lebens bringen können

Herzlich willkommen zu den 27 Special Reports über den essentiellen Lebensstil und das essentielle Leben!

Ätherische Öle in reiner Form berühren uns auf vielen Ebenen: über den Geruch gelangen sie direkt in unser limbisches System und rufen Emotionen und Erinnerungen wach, über die Haut können sie unsere Muskeln und den gesamten Körper entspannen und wenn wir ihnen direkt Fragen stellen, können wir Herausforderungen angehen und in unserer Persönlichkeitsentwicklung wachsen.

Warum nicht die Vorzüge der Öle auch in den Produkten des täglichen Lebens nutzen? Die Wäsche duftet wunderbar mit Nelke, Zimt und Eukalyptus, der Geschmack im Mund ist gleich besser mit den leckeren, erfrischenden Thieves Mints und die Früchte werden würzig und spritzig mit Zitrone und Rosmarin gereinigt. Richtig lecker und erfrischend wird es mit den Plus-Ölen, die nicht nur im Trinkwasser Freude machen, sondern viele gute Gerichte bereichern und verfeinern. Und wenn du die duftenden Rezepte aus diesem Special Report gleich zusammen mit deinen Kindern mischst, dann haben auch sie Freude an den täglichen Haushaltsaktivitäten.

Welche ölinfundierte Produkte du für dich nutzen kannst, erfährst du in diesem Special Report.

Bei Fragen und für Informationen wende dich bitte an die Person, die dich mit den Produkten von Young Living bekanntgemacht hat, oder gehe auf <http://oetq.net/> und kontaktiere die für dich (geographisch oder persönlich) adäquate Person unter den „Aromaexperten“.

Wir wünschen dir viel Freude und Inspiration!

Aditya Nowotny und das Team ENJOY

Special Report 19 – O.I.L.

1/26

Lust auf mehr? Bestelle die Produkte mit der YL ID Nummer der Person, die dir Young Living vorgestellt hat: <https://www.youngliving.com/vo/#!/signup/new-start>



Besuche uns auf <http://oetq.net>

Geniesse und teile den Lifestyle!

Schaue dir die Bonusvideos über den Essentiellen Lebensstil auf <http://teamenjoy.com> an.

Im Überblick:

I. Kühlung und Entspannung für aktive Muskeln	... 4
II. Haushaltsputz voller Reinheit und Frische – und ohne belastende Giftstoffe	... 5
III. Frische und Reinigung beim Essen	... 7
IV. Die Plus-Öle – bringe Wohlbefinden in deine Nahrung und deine Getränke durch ätherische Öle	... 8
1. Cardamom +	... 8
2. Clove (Nelke) +	... 8
3. Fennel (Fenchel) +	... 9
4. Ginger (Ingwer) +	... 9
5. Lavendel +	... 9
6. Lemon (Zitrone) +	...10
7. Lemongrass (Zitronengras) +	... 11
8. Nutmeg (Muskatnuss) +	... 11
9. Orange +	...11
10. Oregano +	... 12
11. Pfefferminze +	...12
12. Rosemary (Rosmarin) +	... 13
13. Tangerine +	...13
14. Thieves +	... 13
15. Thymian +	... 14
V. Die Vitality-Öle – ätherische Öle als Nahrungsergänzungen (USA)	... 15
16. Basil (Basilikum) Vitality	... 15
17. Bergamot (Bergamotte) Vitality	... 15
18. Black Pepper (Schwarzer Pfeffer) Vitality	... 15
19. Carrot Seed (Karottensamen) Vitality	... 16
20. Celery Seed (Selleriesamen) Vitality	... 16
21. Cinnamon Bark (Zimtrinde) Vitality	... 16
22. Citrus Fresh Vitality	... 17

23. Copaiba Vitality	... 17
24. Coriander (Koriander) Vitality	... 18
25. DiGize Vitality	... 18
26. Dill Vitality	... 18
27. EndoFlex Vitality	... 19
28. Frankincense (Weihrauch) Vitality	... 19
29. GLF Vitality	... 20
30. German Chamomile (Deutsche Kamille) Vitality	... 20
31. Grapefruit Vitality	... 21
32. Jade Lemon Vitality	... 21
33. JuvaCleanse Vitality	... 21
34. JuvaFlex Vitality	... 22
35. Laurus Nobilis (Echter Lorbeer) Vitality	... 22
36. Limette Vitality	... 23
37. Longevity Vitality	... 23
38. Marjoram (Majoran) Vitality	... 23
39. Mountain Savory (Bergbohnenkraut) Vitality	... 24
40. Sage (Salbei) Vitality	... 24
41. Sclaressence Vitality	... 24
42. Spearmint (Grüne Minze) Vitality	... 24
43. Tarragon (Estragon) Vitality	... 25
VI. Allgemeine Sicherheitshinweise für den Gebrauch der Plus- und Vitality-Öle	... 25
VII. Zeit, essentiell zu leben! Wie du echte ätherische Öle günstig und bequem bestellen kannst	... 26

I. Kühlung und Entspannung für aktive Muskeln



Lavaderm Cooling Mist

Wohltuend für die Haut und erfrischend für die Muskeln nach dem Sport: dieser Spray vereint die beruhigenden Eigenschaften des ätherischen Lavendelöls und der Aloe Vera-Pflanze. An heißen Sommertagen oder nach dem Workout einfach auf die Muskelpartien oder auf schwitzende Hautstellen sprühen und genießen. Zur natürlichen Hautpflege auf gestresster Haut auftragen und sanft verteilen.

Cool Azul Sportgel

Wer gern sportlich unterwegs ist und von seinen Anstrengungen ab und zu mal Muskelkater hat oder sich vom Schweiß des Trainings erfrischen will, für den ist dies ein echt cooles Sportgel. Die ätherischen Öle aus Pfefferminze, Plectranthus-Oregano und Dorado Azul haben einen hohen Menthol- und Campheranteil und einen angenehm kühlenden Effekt. Wintergrün, Salbei, Niaouli und blaue Zypresse helfen beim Lockern und Entspannen. Ätherisches Lavendel-, Kamillenblüten- und Elemiöl sorgen für einen guten Ausgleich nach dem Sport und helfen den Muskeln, sich zu entspannen und zu erholen. Copaiba rundet die Mischung ab und verstärkt die Wirkung der anderen ätherischen Öle, die insgesamt ganze 10% dieses Gels ausmachen. Aloe Vera-, Arnica und Olivenöl pflegen und schützen die Haut zusätzlich.



II. Haushaltsputz voller Reinheit und Frische – und ohne belastende Giftstoffe!

Thieves Waschmittel



Liebst du es auch, deine frische Wäsche aufzuhängen und dabei den belebenden Zitrusduft zu genießen? Dieses Waschmittel nutzt die Kraft der ätherischen Öle und Pflanzen, ohne den gesunden Körper mit giftigen Chemikalien und synthetischen Duftstoffen zu vergiften oder zu belasten. Die Mischung ist frei von giftigem Natriumlaurylsulfat, Bleichmitteln, Petrochemikalien, Formaldehyden, Phosphaten, synthetischen Duftstoffen und optischen Aufhellern.

Die Wäsche wird durch eine pflanzliche Mischung gereinigt und mit natürlichen Enzymen und kraftvollen ätherischen Ölen von Schmutz und muffigkeit befreit. Die Mischung Thieves vereint sich mit den duftenden ätherischen Ölen von Jade Lemon und Bergamotte.

Das Waschmittel kann für jede Wäsche benutzt werden, es ist sechsfach konzentriert und wird je nach Reinigungsbedarf dosiert. Aus den 946 ml lassen sich im Durchschnitt ca. 64 Waschmaschinenladungen waschen.

Wusstest du, dass es nichts mit der Reinigung an sich zu tun hat, dass viele Waschmittel die Kleidung weißer erscheinen lassen? Die Kleidung erscheint nur deshalb heller und weißer, weil diese chemischen Zusätze sich in den Stofffasern der Kleidung sammeln und blaues Licht reflektieren. Die Wäsche ist dann weißer und die Haut oft gereizt, da diese Zusätze direkten Kontakt zur Haut haben.

Inhaltsstoffe: Wasser, Decylglukosid, Natriumoleat, Glycerin, Caprylylglukosid, Laurylglukosid, Natriumchlorid, Natriumglukonat, Carboxymethylzellulose, Alpha-Amylase, Protease, Lipase, ätherische Öle von Jade Lemon, Bergamotte, Nelke, Zitrone, Zimtrinde, Eucalyptus radiata und Rosmarin.

Wäschespray zum Bügeln selbstgemacht

Mische in einer Sprühflasche (am besten aus Glas oder Hartplastik) destilliertes Wasser mit einigen Tropfen ätherischem Lavendel-, Geranie-, Weihrauch- oder deinem Lieblingsöl. Achtung: bitte sprühe dunkle Öle wie z.B. blauen Rainfarn nicht auf helle Kleidung.

Duftende Wäsche

Gib 2-3 Tropfen ätherisches Lavendel-, Joy-, Palmarosa- oder Bergamottenöl auf ein Stück Stoff mit in die Wäsche zum Waschen. Es bleibt den ganzen Waschgang hindurch erhalten und gibt der Wäsche einen wunderbaren Duft, wenn du keine giftigen, synthetischen „Duftstoffe“ verwendest. Mindestens 3000 verschiedene Stoffe werden in chemischen Waschmitteln und Haushaltsreinigern offiziell unter dem Namen „Duftstoffe“ geführt, darunter viele giftige und krankheitserregende Substanzen. Die Chemikalien gelangen mit dem Waschmittel durch die Wäsche direkt über die Haut in den Körper. Höchste Zeit, auf natürliche Art und Weise die Wäsche zu reinigen, die den gesunden Körper stärken und wahres Wohlbefinden verbreiten.

Thieves Geschirrspülmittel

Auch hier wird mit natürlichen Inhaltsstoffen gereinigt - dieses Mal das Geschirr. Da macht Abwaschen richtig Freude, denn genau wie im Waschmittel, kommt die Freude und Sonnenkraft der Zitrusöle Jade Lemon und Bergamotte hervor und vereint sich mit der reinigenden Thieves-Mischung. Alles pflanzenbasiert, ohne synthetische Chemikalien, Bleichmittel oder anderen Giftstoffen. Ein kleiner Tropfen reicht für das meiste Geschirr, je nach Bedarf kann zur Reinigung von fettigerem oder verschmutzterem Geschirr etwas mehr genommen werden.

Wusstest du, dass sich in vielen „grünen“ Haushaltsprodukten inklusive Spülmitteln ein synthetischer Konservierungsstoff namens Methylisothiazolinon befindet, der Allergien hervorrufen kann?

Inhaltsstoffe: Wasser, Decylglukosid, Natriumlauroyllactylat, Laurylglukosid, Natriumolat, Caprylylglukosid, Natriumsesquicarbonat, ätherische Öle von Jade Lemon, Bergamotte, Nelke, Zitrone, Zimtrinde, Eucalyptus radiata und Rosmarin.

Einfacher Oberflächenreiniger selbstgemacht

Fülle eine Sprühflasche aus Glas mit weißem Essig und füge 10 Tropfen deines Lieblingsöls hinzu. Ätherische Öle, die sich gut zum Reinigen eignen, sind Lavendel, Pfefferminze, Zitrone oder die ätherischen Ölmischungen Thieves und Purification.

Boden wischen

Einen Esslöffel weißen Essig in den Eimer mit Wasser hinzufügen und 5 Tropfen deines Lieblingsöls. Hier eignen sich z.B. Zitronengras, Geranie, Zitrone, Pfefferminze, Thieves oder Purification.

Der Allzweckreiniger

Der Thieves Haushaltsreiniger eignet sich als Allzweckreiniger und natürlich auch zum Reinigen von Teppichen. Er funktioniert auch hervorragend zum Wäschewaschen: einfach in das Fach für das Waschmittel geben ... Der Thieves Haushaltsreiniger eignet sich auch zum Reinigen von Wasch- oder Geschirrspülmaschine, um diese von muffigen Gerüchen zu befreien.

„Kühlschrank-Deo“

Mische eine kleine Sprühflasche (z.B. eine leere Thieves Spray-Flasche) mit destilliertem Wasser, 5 Tropfen Zitronenöl und 3 Tropfen ätherischem Oreganoöl und sprühe es in den Kühlschrank zur Lufterfrischung und Reinigung.

Geruchsneutralisierer fürs Katzenklo

Mische etwas Backpulver mit einigen Tropfen Purification und streue 2 Esslöffel davon in die gereinigte Katzenbox, bevor die Streu daraufkommt.

III. Frische und Reinigung beim Essen

Thieves Frucht- und Gemüse-Bad und -Spray

Genieße deine Früchte und Gemüse so, wie sie die Natur für dich gemacht hat. Die am meisten verunreinigten Früchte und Gemüse in der heutigen Landwirtschaft sind Pfirsiche, Erdbeeren, Birnen, Salat, Äpfel, Kirschen, Paprika, Spinat, Nektarinen, Trauben, Sellerie und Kartoffeln. Durch Besprühen der Pflanzen mit Dünge-, Reifungsmitteln und anderen Chemikalien und auch durch den Transport; daher ist es gut, Früchte und Gemüse vor dem Verzehr gründlich zu reinigen. Beim einfachen Abspülen verteilen sich Giftstoffe und Unreinheiten oft noch mehr auf der ganzen Pflanze oder dem Obst. Thieves Frucht- und Gemüse-Bad vereint die Reinigungskraft von DiGize, Purification und Thieves – die winzigen, kraftvollen ätherischen Ölmoleküle reinigen die Frucht oder das Gemüse durchdringend im Wasserbad und können nach 1–2 Minuten einfach abgewaschen werden. So wird der Geschmack des Essens nicht beeinflusst. Es reicht 1 Teelöffel Thieves-Bad pro 2 Liter Wasser.

Das Spray ist handlicher für unterwegs, hier wird die Frucht oder das Gemüse einfach besprüht, das Ganze ca. 30 Sekunden eingeweicht und dann abgewaschen.

Inhaltsstoffe: Wasser, Decylglukosid, Glycerin, Zitronensäure, Natriumcitrat, ätherische Öle von Estragon, Ingwer, Pfefferminze, Wacholder, Fenchel, Zitronengras, Nelke, Rosmarin, Zitronella, Anis, Zitrone, Patchouli, Zimtrinde, Teebaum, Lavandin, Eucalyptus radiata, Tunesische Myrte und Marokkanische Myrte.

Frucht- und Gemüse-Spray selbstgemacht

Mische in ein Sprühfläschchen zur Hälfte weißen Essig und zur anderen Hälfte destilliertes Wasser, füge dann 7 Tropfen ätherisches Zitronenöl und 7 Tropfen ätherisches Rosmarinöl hinzu, und schüttle das Fläschchen vor jedem Gebrauch. Besprühe Früchte und Gemüse vor dem Waschen mit diesem Spray und wasche sie dann gründlich ab.

Frucht- und Gemüsebad selbstgemacht

Fülle eine Schüssel mit Wasser und füge dann 3–4 Tropfen Zitrone, Limette, Orange, Bergamotte, DiGize oder Citrus Fresh hinzu. Gib die Früchte oder Gemüse mit hinein und lasse sie für 10 Minuten einweichen. Die Zitrusöle helfen, die Früchte und Gemüse zu reinigen. Nimm sie nach 10 Minuten aus dem Bad heraus und wasche sie gründlich ab vor dem Essen.

Thieves Mints

Um den Mund zu erfrischen, nutze die Kraft der Diebe und der Pfefferminze: ätherisches Zitronen-, Zimt- und Eukalyptusöl, Rosmarin, Pfefferminze und Stevia erfrischen und reinigen den Mund auf natürliche Art und Weise. Ohne industrielle Zucker oder giftige Süßungsmittel sind die Thieves Mints die ideale Erfrischung für zwischendurch.

Inhaltsstoffe: Sorbitol, Kalziumstearat, geschützte Thieves® ätherische Ölmischung: Nelke, Zitrone, Zimtrinde, Eucalyptus radiata, Rosmarin, ätherisches Pfefferminzöl, Steviablattextrakt.

IV. Die Plus-Öle – bringe Wohlbefinden in deine Nahrung und deine Getränke durch ätherische Öle

Die Plus-Öle sind ätherische Öle, die in Europa auch zur inneren Einnahme zugelassen sind, so dass sie in erfrischenden Sommergetränken, warmen Wintertees und in der Küche sehr beliebt sind. Im Folgenden findest du Anwendungen und Inspirationen zu den einzelnen Ölen. Zusätzlich zu den Plus-Ölen findest du die Vitality-Öle, die in den USA als neue Produktlinie sehr beliebt sind.

1. Cardamom + (*Elettaria cardamomum*)

Cardamom ist in den fruchtbaren, immergrünen Wäldern Südindiens zuhause und wird seit antiken Zeiten als Gewürz verwendet. Das ätherische Öl wird aus den Cardamomsamen destilliert und ist für seinen reichhaltigen, würzigen Geschmack in indischen Tees sowie in süßen und deftigen Gerichten weltweit sehr beliebt.

Anwendung:

- Vermische 1 Tropfen Cardamom Plus mit 1 Tropfen fettem Öl (Kokosöl, Olivenöl) in einer vegetarischen Gelkapsel und nimm diese dreimal am Tag oder nach Bedarf ein.
- Um die gesunde Verdauung zu unterstützen, mische 1 Tropfen Cardamom Plus mit 1 Tropfen DiGize Plus und 1 Tropfen fettem Trägeröl in einer vegetarischen Kapsel und nimm es als tägliche Nahrungsergänzung ein.
- Verfeinere deine süßen und deftigen Lieblingsgerichte mit einem Tropfen.
- Genieße deinen indischen oder fernöstlichen Gewürztee mit 1-2 Tropfen.

2. Clove (Nelke) + (*Syzygium aromaticum*)



Nelke-Plus-Öl ist dasselbe konzentrierte Destillat jener würzigen Nelken, die bereits seit Tausenden von Jahren ihren starken, aromatischen Geschmack in jede Küche der Welt bringen. Es ist perfekt, um sowohl süßen als auch deftigen Speisen den einzigartigen Geschmack zu verleihen und ist reich an dem natürlich vorkommenden Pflanzenstoff Eugenol.

Wird es als Nahrungsergänzung eingenommen, hilft es, das allgemeine Wohlbefinden zu stärken. Daher ist es auch ein wichtiger Bestandteil der ätherischen Ölmischungen Thieves und ImmuPower sowie der ätherischen Ölkapseln

Inner Defense und Longevity.

Anwendung:

- Unterstütze dein gesundes Wohlbefinden jeden Tag oder so wie du es brauchst, indem du Nelke Plus in eine vegetarische Gelkapsel gibst und es täglich einnimmst.
- Verwende Nelke Plus anstelle der Gewürznelke in Kochrezepten.
- Gib Lebkuchen, Zuckerrübensirupkekse und auch Gewürzkuchen eine einzigartige Würze durch Hinzufügen von Nelke-Plus-Öl direkt in den Teig.
- Kombiniere Nelke Plus mit den Plus-/Vitality-Ölen von Zitrone, Zimtrinde und Muskatnuss, und füge es deinem selbstgemachten Apfelsaft oder Glühwein hinzu.
- Starte den Tag warm und würzig, indem du einen Tropfen Nelke Plus in dein Frühstücksmüsli gibst.

3. Fennel (Fenchel) + (*Foeniculum vulgare*)

Fenchel kommt ursprünglich aus dem warmen Mittelmeerraum und ist heute in weiten Teilen der Welt heimisch geworden, vor allem in Küstennähe. Das ätherische Öl wird aus den gemahlene Fenchelsamen dampfdestilliert und ist bekannt für sein einzigartiges erfrischendes, lakritzartiges Aroma.

Fenchel Plus fördert das allgemeine Wohlbefinden und schmeckt hervorragend in Tees und Kapseln direkt nach dem Essen. Es schenkt Saucen, Suppen und deinen Lieblingsgerichten einen reichhaltigen, leckeren Geschmack.

Anwendung:

- Vermische 1 Tropfen Fenchel Plus mit 1 Tropfen fettem Trägeröl in einer vegetarischen Gelkapsel und nimm es dreimal täglich oder nach Bedarf ein.
- Füge deinen Lieblingsgerichten oder -getränken einen Tropfen hinzu, um den einzigartigen, süßholzartigen Geschmack zu genießen.
- Verfeinere deine Suppen und Saucen mit einem Tropfen.
- Genieße deinen Tee oder ein warmes Glas Wasser mit einem Tropfen Fenchel Plus, vor allem nach dem Essen.

4. Ginger (Ingwer) + (*Zingiber officinale*)



Ingwer-Plus-Öl wird aus der Ingwerwurzel destilliert und vielfältig in der Küche und als Nahrungsergänzung angewendet. Seine natürlich vorkommenden Pflanzenstoffe Zinigeren und Beta-Phellandren machen es nicht nur als Einzelöl einzigartig, sondern auch in der ätherischen Ölmischung DiGize und den Nahrungsergänzungen Digest & Cleanse, ICP und Essentialzyme-4.

Anwendung:

- Gib einen Tropfen in deinen heißen Tee.
- Tauche eine Zahnstocherspitze in das Öl und rühre dann damit deine Liebesspeisen um für ein exotisches Aroma.
- Gib einen Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm sie ein, um die gesunde Verdauung zu unterstützen.
- Verfeinere frisch gepressten Saft mit Ingwer Plus.
- Füge deinen Marinaden und Salatdressings einige Tropfen hinzu, um ihnen eine warme, würzige Note zu geben.

5. Lavendel + (*Lavandula angustifolia*)



Mit Lavendel Plus (*Lavandula angustifolia*) kannst du elegant dein Essen zaubern und deine Familie und Freunde beeindrucken. Lavendel hat einen süßen, leicht blumigen Geschmack, der sich sowohl mit reichhaltigen als auch mit leichteren Mahlzeiten gut kombinieren lässt. Nutze Lavendel Plus, um deinem Essen diesen erquickenden Geschmack zu verleihen.

Obwohl Lavendel mehr zu den süßeren Gerichten hinzugefügt wird, lässt es sich auch hervorragend mit deftigeren Zubereitungen kombinieren. Oft ist Lavendel deshalb auch zusammen mit Majoran, Thymian, Oregano und Rosmarin in der berühmten Gewürzmischung „Herbes de Provence“ zu finden. Gib deinem Essen damit einen einzigartigen Geschmack und völlig neues Erleben, indem du es zu deinen klassischen Gerichten oder auch zu Geflügel und Kartoffel hinzufügst.

Eine einzige Zahnstocherspitze kann neues Leben in das gesamte Rezept bringen. Um ein Überdosieren des Essens mit Lavendel zu verhindern, starte mit wenig davon und gib mehr hinein, um es noch feiner abzuschmecken. Ein Zahnstocher kann beim Dosieren hilfreich sein.

Anwendung:

- Infundiere hausgemachte Marmelade mit Lavendel Plus. Mische es mit hinein in leckere Blaubeer-, Aprikosen-, Himbeer- oder Pfirsichmarmelade.
- Kombiniere den erdigen, blumigen Geschmack von Lavendel Plus mit dem erhebenden, frischen Zitrusgeschmack der Zitrus-Plus-Öle. Experimentiere mit Lavendel-Limonade oder einem Zitrus-Sorbet.
- Vereine Lavendel Plus mit Milchprodukten in Mürbgebäck, Rührteigkuchen, Eiscreme, Schaumgebäck oder Sahnerezepten.
- Nutze Lavendel Plus in würzigen Gerichten zusammen mit Kräutern wie Thymian, Rosmarin und Oregano.

6. Lemon (Zitrone) + (*Citrus limon*)



Zitrone (*Citrus limon*) Plus kann vielen Gerichten einen erhebenden, dynamischen Geschmack geben. Seine Vielseitigkeit in süßen und deftigen Gerichten macht es in jeder Küche weltweit zu einer beliebten Frucht. Nutze Zitrone Plus, um deinen Lieblingsgerichten wie Fisch und Geflügel oder Süßem wie Gebäck und Kuchen einen erfrischenden und belebenden Geschmack zu geben.

Zitrone Plus hat einen so belebenden, bereichernden Geschmack, dass es in jeder guten Küche immer schnell zur Hand ist. Anstatt die frische Frucht auszupressen oder einen Entsafter zu benutzen, kannst du Zitrone Plus bequem direkt aus dem Fläschchen zu deinem Essen hinzufügen, ohne in der Frische und Kraft der Zitrone einzubüßen. Fange in der Dosierung klein an und schmecke es so ab, wie es dir am besten passt.

Anwendung:

- Füge Zitrone Plus einem Glas frischen Wasser hinzu, um den Tag kraftvoll zu starten.
- Gib 1–2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm sie täglich so zu dir, wie du sie brauchst.
- Mische einen Tropfen Zitrone Plus in Gary's True Grit Einkornpfannkuchen- und Waffelmischung, und schmücke deine duftenden Waffeln mit frischen Früchten für ein gesundes, leckeres Frühstück.
- Kreiere eine frische Vinaigrette oder Marinade, um Sommersalaten und Gegrilltem den besonderen, leichten Geschmack zu verleihen.
- Füge es deinem Tee, Gebäck, Eingemachtem oder anderen Leckereien hinzu.
- Gib einen Tropfen in deinen Natur- oder Vanille-Joghurt, zusammen mit frischen Früchten.
- Kombiniere mit geschmackvollem Essen wie Geflügel, Fisch, Gemüse und Beilagen wie Nudeln, Reis oder Salaten.

7. Lemongrass (Zitronengras) + (*Cymbopogon flexuosus*)



Dieses Öl erfrischt und revitalisiert nicht nur die Sinne mit seinem erhebenden, zitronigen Geschmack, sondern stärkt das allgemeine Wohlbefinden, wenn es innerlich eingenommen wird.

Der delikate Zitrusgeschmack von Zitronengras Plus komplementiert viele Gerichte, vor allem asiatische, und kann vielseitig als Würze eingesetzt werden. Um gut hydriert zu sein, während du die Frische von Zitronengras Plus genießt, füge deinem Glas Wasser oder warmen Tee einfach einige Tropfen davon hinzu.

Zitronengras Plus ist ein kraftvolles Öl in der ätherischen Ölmischung DiGize und den Nahrungsergänzungen Essentialzymes-4 und MultiGreens.

Anwendung:

- Gib 1–2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm sie zusätzlich zu deiner gesunden Nahrung ein.
- Füge deinem Wasser oder heißen Tee 2–3 Tropfen hinzu, um ihnen einen leichten, zitronigen Geschmack zu verleihen.
- Schmecke damit kulinarische Gerichte ganz nach deinem Geschmack ab.

8. Nutmeg (Muskatnuss) + (*Myristica fragrans*)

Muskatnuss kommt von einem immergrünen Baum ursprünglich aus Indonesien. Seine kräftige Würze bringt einen warmen, herzhaften Geschmack und Geruch. Das ätherische Öle ist dampfdestilliert aus den Früchten und Samen. Besonders lecker ist Muskatnuss Plus in Wintergerichten wie Süßkartoffelbrei, Kürbissuppe, Gewürzkuchen oder würzigem Tee.

Anwendung:

- Gib einen Tropfen Muskatnuss Plus in deine Lieblingsgerichte der Winterzeit.
- Verfeinere und runde den Geschmack von herzhaften Gerichten damit ab.
- Gib 1 Tropfen in deinen Tee für einen süßen, würzigen Geschmack.
- Mische 1 Tropfen Muskatnuss Plus mit 1 Tropfen fettem Trägeröl in einer Kapsel und nimm es dreimal täglich oder nach Bedarf ein.

9. Orange + (*Citrus sinensis*)



Orange (*Citrus sinensis*) Plus hat einen reinen, erfrischenden Geruch und Geschmack und enthält den natürlichen Pflanzenstoff Limonen. Es bereichert den wertvollen und reichhaltigen Ningxia-Red-Saft und wird in vielen kulinarischen Gerichten zum Verfeinern verwendet. Füge es deinen süßen Desserts und Gebäck hinzu, um mit dem erfrischenden, sauren Geschmack die Süße auszugleichen.

Für frische Energie und Freude mische Orange Plus in dein Trinkwasser oder deinen frischen Fruchtsaft.

Anwendung:

- Unterstütze dein allgemeines Wohlbefinden täglich, indem du 1–2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel gibst und sie zusätzlich zu deinen ausgewogenen Mahlzeiten zu dir nimmst.
- Gib deinen süßen und deftigen Gerichten den besonderen Geschmack mit Orange Plus.
- Füge einem Glas Wasser 2–3 Tropfen Orange Plus hinzu, oder mische es mit anderen Plus-Ölen für einen leckeren, ergiebigen Geschmack.

10. Oregano + (*Origanum vulgare*)

Oregano ist mehr als nur ein Gewürz – als Nahrungsergänzung eingenommen stärkt Oregano Vitality das allgemeine Wohlbefinden. Es ist essentieller Bestandteil in der Ölmischung ImmuPower und der Raindrop Technique. Als Gewürz schafft es herzhaftere Gerichte vor allem in der mediterranen und mexikanischen Küche.

Anwendung:

- Mische Oregano Plus 1:2 mit einem fetten Trägeröl (z.B. V-6) in einer vegetarischen Gelkapsel und nimm es dreimal täglich oder nach Bedarf ein.
- Benetze eine Zahnstocherspitze mit Oregano Plus und verfeinere damit deine Saucen und Gerichte.
- Nutze die Kraft von Oregano auch in der Ölmischung ImmuPower, die du dir entlang der Wirbelsäule auftragen kannst.

11. Pfefferminze + (*Mentha piperita*)

Den frischen, kühlen Geschmack von Pfefferminze Plus kann man gerade im heißen Sommer oder direkt nach dem Workout besonders im erfrischenden Getränk genießen. Aber auch die Naschkatzen kommen auf ihren Genuss: Einen Tropfen Pfefferminze Plus in 200g Rohschokolade ist eine minzige Leckerei. Als Nahrungsergänzungsmittel unterstützt Pfefferminze Plus die Verdauung und schafft ein richtiges Wohlgefühl im Bauch. Als Geschmackgeber ist es wegen seiner Vielseitigkeit sehr beliebt. Wunderbar, um den Tag zu starten oder eine Mahlzeit abzuschließen.

Anwendung:

- Nimm es zusätzlich zu Deinen täglichen Nahrungsergänzungsmitteln zur Unterstützung eines gesunden Verdauungssystem ein. Einfach 1-2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel geben und täglich oder je nach Bedarf einnehmen.
- Gib einen Tropfen in ein großes Glas Wasser für einen belebenden Start in den Tag oder nach anstrengender Arbeit.
- Nimm es vermischt mit einem Getränk vor dem Sporttraining ein oder mixe es in einen Schokoladen- oder Vanille-Proteinshake nach dem Workout.
- Erhitze 200g Rohschokolade, bis sie flüssig ist, lasse sie dann etwas abkühlen und gib 1 Tropfen Pfefferminze Plus unter leichtem Rühren hinzu. Verwende es beim Backen oder für eine Vielzahl von Nachspeisen.
- Gib 2 Tropfen in eine Kapsel und nimm es 3 mal täglich ein.

12. Rosemary (Rosmarin) + (*Rosmarinus officinalis*)

Rosmarin ist vor allem aus würzigen italienischen Gerichten bekannt und beliebt. Es schenkt einen reichhaltigen kräuterigen Geschmack und stärkt mit seinen Inhaltsstoffen Eukalyptol und Alpha-Pinen das allgemeine Wohlbefinden.

Anwendung:

- Vermische 1 Tropfen Rosmarin Plus mit 4 Tropfen fettem Trägeröl in einer Kapsel und nimm es einmal täglich zu dir, um deinen gesunden Lebensstil zu unterstützen.
- Füge deiner Tomatensauce etwas Rosmarin Plus hinzu für einen authentischen, frischen Geschmack.
- Verwende es in deinen Lieblingsrezepten statt getrocknetem Rosmarin – sehr lecker mit frischem Einkornbrot und Einkorn Rotini Pasta.
- Füge deinen Marinaden und Salatdressings einen Tropfen hinzu.
- Kreiere einen leckeren Dip mit Olivenöl, Essig und Rosmarin Plus.

13. Tangerine + (*Citrus reticulata*)

Das ätherische Öl Tangerine Plus ist ein angenehm süßes, zitrusfrisches Öl, das vor allem in Nachspeisen, aber auch in deftigen Gerichten sehr beliebt ist. Kinder lieben Tangerine, denn Tangerine öffnet das Kinderherz für die Freude und Begeisterung. Daher ist Tangerine auch ein wichtiger Bestandteil der Ölmischung Inner Child.

Als Nahrungsergänzung beugt Tangerine Plus oxidativem Stress vor und schützt den Körper vor freien Radikalen.

Anwendung:

- Gib 1 Tropfen Tangerine Plus in eine vegetarische Kapsel und nimm es als tägliche Nahrungsergänzung zu dir, um von den vielen Vorteilen zu profitieren (2 Tropfen in eine Kapsel geben und 2 mal täglich einnehmen).
- Gib 1-2 Tropfen Tangerine Plus in das natürliche Erfrischungsgetränk NingXia Zynq™ hinzu, um den Extraschwung an Energie zu genießen.
- Verleihe Deinen Marinaden einen süßen Kick, indem Du Tangerine Plus anstelle von Zitrone Plus hinzufügst.
- Versüße dein Wasser: Füge einige Tropfen zu Deinem Wasser hinzu, um Dich zu motivieren, mehr zu trinken.
- Füge Tangerine Plus zu deinem Salatdressing für einen wundervollen Zitrusgeschmack hinzu.

Für die Anwendung von Tangerine Plus gelten die Sicherheitshinweise, die du auf der letzten Seite dieses Infobriefs findest.

14. Thieves + (*Mischung*)

Mit Thieves Plus kannst du die perfekte Balance schaffen zwischen einem beschäftigten Leben und wahrer Wellness. Die ätherischen Öle in Thieves Plus stärken das allgemeine Wohlbefinden sowie den gesunden Körper mit nur einigen Tropfen.

Das historische Dieberezept, das in dieser Mischung verwirklicht ist, beinhaltet die ätherischen Öle

von Nelke (*Syzygium aromaticum*), Zitrone (*Citrus limon*), Zimtrinde (*Cinnamomum verum*), Eucalyptus (*Eucalyptus radiata*) und Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*). Der frische, würzige Geschmack bereichert deine täglichen Gerichte und heißen Tee und schafft das Gefühl wohliger Wärme.

Anwendung:

- Mische 1-2 Tropfen Thieves Plus mit 4 Tropfen fettem Trägeröl und nimm es einmal täglich zu dir.
- Verfeinere deinen Saft, Tee oder Kaffee mit dem süßen, würzigen Geschmack von Thieves Plus.
- Gib deinem Müslifrühstück das gewisse Etwas und die Würze für den Tag.
- Erhöhe deinen Energielevel mit einem Glas Ningxia Red und einem Tropfen Thieves Plus.

15. Thymian + (*Thymus vulgaris*)

Thymian Plus ist ein hoch konzentrierter, guter Ersatz für den beliebten getrockneten Thymian in sämtlichen Gerichten.

Thymian Plus enthält natürlich vorkommende Inhaltsstoffe wie Thymol, Para-Cymol und Gamma-Terpinen, die eine ausgewogene Ernährung ausgezeichnet unterstützen.

Reinigt und aktiviert bis auf Zellebene. Unterstützt die optimale Funktion des gesunden Atmungssystems.

Anwendung:

- 1 Tropfen mit 1 Tropfen Basisöl vermischen. In eine vegetarische Gelkapsel geben und 3 mal täglich einnehmen.
- Gib eine Zahnstocherspitze in deine Tomatensaucen und deftigen Gerichte mit hinein.
- Gib 2 Tropfen in deine Marinade mit hinein, um Fleisch und Gemüse aller Art eine würzige Fülle zu verleihen.

Für die Anwendung von Thymian Plus gelten die Sicherheitshinweise, die du auf der letzten Seite dieses Special Reports findest.

V. Die Vitality-Öle – ätherische Öle als Nahrungsergänzungen (USA)

Die Vitality-Öle sind genau wie die Plus-Öle als Nahrungsergänzung zugelassen, jedoch zur Zeit nur über Young Living USA erhältlich.

16. Basil (Basilikum) Vitality (*Ocimum basilicum*)



Ätherisches Basilikumöl hat einen süßen, warmen Duft und Geschmack. Dieses Kraut verfeinert nicht nur eine Vielzahl von Gerichten rund um die Welt, jetzt ist sein feiner Geschmack auch für uns zum Kochen verfügbar. Füge mit einem Zahnstocher Basilikum Vitality zu deinen Lieblingsgerichten hinzu, um ihnen die Frische und Würze und das gewisse Etwas zu verleihen.

Anwendung:

- Würze deine Lieblingsnudelsauce mit Basilikum Vitality und zusätzlich Rosmarin Vitality und Oregano Vitality (eine Zahnstocherspitze reicht).
- Füge es zu Salaten, asiatischen und italienischen Gerichten, Salatdressings und Vinaigrettes hinzu und lade deine Familie und Freunde zu diesem besonderen Essen ein.
- Koche Nudeln in Wasser mit einigen Tropfen Basilikum Vitality für den einzigartigen Geschmack.
- Erfrische dich im Sommer, indem du ein leckeres Getränk aus Limettensaft, Melonen und Basilikum Vitality mischst.
- Mische mit mildem Tee, zum Beispiel Kamillentee.

17. Bergamot (Bergamotte) Vitality (*Citrus bergamia*)



Dieser frische, zitrusartige Geschmack verleiht nicht nur dem Earl Grey-Tee seinen besonderen Geschmack, sondern ab sofort auch deinen Sommergetränken.

Anwendung:

- Füge 1–2 Tropfen Bergamotte Vitality in eine Gelkapsel (z.B. vegetarische Kapseln von Young Living) und nimm es als Nahrungsergänzungsmittel, wann immer du es brauchst.
- Wenn du grillst, sprühe das Gegrillte mehrere Male mit einer Sprühflasche mit Olivenöl und einigen Tropfen Bergamotte Vitality ein.
- Mische in Rezepten, wo Zitrusaroma eine Zutat ist, einfach einen Tropfen Bergamotte Vitality pro Teelöffel Zitrusaroma.

18. Black Pepper (Schwarzer Pfeffer) Vitality (*Piper nigrum*)



Schwarzer Pfeffer ist eines der bekanntesten Gewürze der Welt und der stärkste unter den Pfefferarten. Er würzt feurig und bringt dich in Schwung. Anstatt die Gewürzkörner zu verwenden, kannst du deine Gerichte ab sofort mit Schwarzem Pfeffer Vitality würzen. Dasselbe Öl ist auch in Young Livings spritzendem Getränk Ningxia Zyng enthalten, wo es auch durch seine Wärme die süße Mischung aus ätherischem Limettenöl und Wolfsbeerenpüree ausgleicht und für

ein leichtes und erfrischendes Getränk sorgt.

Anwendung:

- Tropfe 1–2 Tropfen Schwarzer Pfeffer Vitality zusammen mit fettem V6-Öl von Young Living in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm es als tägliche Nahrungsergänzung ein, so wie du es brauchst.
- Füge es hinzu zu Marinaden oder Panaden, tropfe es auf geröstetes Gemüse und verfeinere damit deine selbstgemachte Salatsauce.

19. Carrot Seed (Karottensamen) Vitality (*Daucus carota sativa*)

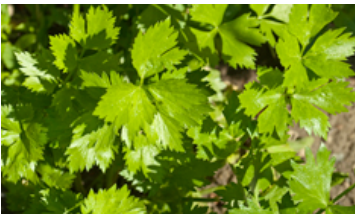


Ätherisches Karottensamenöl wird aus den Samen und Blättern wilder Karotten destilliert. Es schenkt dem Essen eine krautartige, blumige Note, was es eine hervorragende Beilage zu deftigen Gerichten macht.

Anwendung:

- Gib 1–2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm sie täglich zur Steigerung des Wohlbefindens ein.
- Gib einen Tropfen auf gebratenes Gemüse, um den Geschmack zu bereichern.
- Gib einige Tropfen in deine Salatdressing, um den frischen grünen Blättern einen erfrischenden Geschmack zu geben.
- Füge einen Tropfen zu Wildreis oder Quinoa hinzu, um einen frischen Geschmack zu geben.

20. Celery Seed (Selleriesamen) Vitality (*Apium graveolens*)



Dieses wird gewonnen aus den getrockneten Selleriesamen und fügt das Selleriesamen-Vitality-Öl einen angenehm erdigen und reichen Geschmack zu eingelegten und gepökelten Speisen hinzu. Es kann vor allem den Geschmack von Kraut-, Kohl- oder Weißkohlsalaten, Salatdressings und auch Geflügelgerichten verfeinern und bereichern.

Anwendung:

- Gib 1–2 Tropfen Selleriesamen Vitality in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm es zur Stärkung des allgemeinen Wohlbefindens täglich ein.
- Mische Selleriesamen Vitality mit Karottensamen Vitality, um damit deine Gemüse- oder Geflügelsuppe zu verfeinern.
- Füge kochendem Reiswasser 1–2 Tropfen hinzu, und serviere es mit gebackenem Geflügel.

21. Cinnamon Bark (Zimtrinde) Vitality (*Cinnamomum verum*)



Ätherisches Zimtrindenöl ist ein konzentriertes, kräftiges Aroma, das hervorragend mit leckeren kulinarischen Speisen kombinierbar ist. Zimtrinde-Vitality-Öl wird in vielen Rezepten nicht nur wegen seiner starken Würze verwendet, sondern auch als kraftvolle tägliche Ergänzung zur gesunden Ernährung und als Teil der ätherischen Ölmischungen Thieves, Abundance und Inner Defense.

Es macht dein Lieblingsessen durch seine würzige Wärme zu einem wahren

Erlebnis! Als tägliche Nahrungsergänzung kann es die gesunde Verdauung unterstützen und das Immunsystem stärken.

Anwendung:

- Verdünne 1–2 Tropfen mit fettem V6-Öl in einer vegetarischen Gelkapsel und nimm es als tägliche Nahrungsergänzung zu dir, um die gesunde Verdauung zu unterstützen.
- Verwandle dein tägliches Gläschen Ningxia Red in einen wahren Genuss, indem du 1–2 Tropfen Zimtrinde-Vitality-Öl hinzufügst.
- Süße deinen Bananenshake mit einem Tropfen Zimtrinde Vitality.
- Gib einen Tropfen in dein Müsli.
- Ersetze den Zimt in jedem Kochrezept durch Zimtrinde-Vitality-Öl.

22. Citrus Fresh Vitality (Mischung)



Kannst du nicht genug von den leckeren, frischen Zitrusfrüchten bekommen? Citrus Fresh Vitality vereint die Kraft von ätherischem Orangen-, Mandarinen-, Tangerinen-, Grapefruit- und Zitronenöl mit einem Schuss grüner Minze für einen vollmundigen, erfrischenden Geschmack. Diese Zitrusfrüchte enthalten unter anderem die natürlich vorkommenden Pflanzenstoffe Limonene, Beta-Pinene und Linalool. Diese erfrischende Mischung ist die ideale Erfrischung zum

Trinkwasser, zu Frucht- und Gemüsesäften und auch zu Ningxia Red. Füge dazu einfach 1–2 Tropfen in dein Glas hinzu.

Zusammensetzung: Ätherische Öle der Orangenschale (*Citrus aurantium dulcis*), Tangerine (*Citrus reticulata*), Grapefruit (*Citrus paradisi*), Zitronenschale (*Citrus limon*), Mandarinenschale (*Citrus nobilis*), grüne Minze (*Mentha spicata*).

Anwendung:

- Citrus Fresh Vitality schmeckt richtig gut, und es macht sich hervorragend als Ergänzung zur gesunden Ernährung! Gib einfach 1–2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel und nimm es ein, so wie du es brauchst.
- Bleibe hydriert und frisch, indem du deinem täglichen Trinkwasser Citrus Fresh Vitality als natürliches Aroma hinzugibst: 2–3 Tropfen in ein Glas Wasser oder eine Glastrinkflasche.
- Gib deinem Ningxia Red-, Frucht- oder Gemüsesaft 1–2 Tropfen hinzu. Trinke es jeden Tag oder wenn du wichtige Nährstoffe und leckeren Geschmack zu dir nehmen willst.

23. Copaiba Vitality (*Copaifera officinalis*)

Copaiba Vitality hat einen angenehmen, harmonisierenden Geschmack und fördert das allgemeine Wohlbefinden, wenn es innerlich eingenommen wird. Das ätherische Öl wird aus dem Harz des Copaibabaumes in Brasilien gewonnen und dann destilliert, so dass es sein volles Aroma entfaltet.

Anwendung:

- Nimm Copaiba in einer vegetarischen Gelkapsel ein, um dein allgemeines Wohlbefinden jeden Tag zu stärken.
- Gib deinem Kräutertee 1-2 Tropfen Copaiba Vitality hinzu & verfeinere damit sein Aroma.

24. Coriander (Koriander) Vitality (*Coriandrum sativum*)

Coriander Vitality teilt seine botanischen Ursprünge mit Cilantro, beides aromatische Pflanzen, die chinesischen Suppen, indischen Masalas und mexikanischen Salsas ihre charakteristische Würze geben. Das ätherische Öl wird aus den Koriandersamen gewonnen und hat einen angenehm frischen Geschmack.

Anwendung:

- Vermische 1 Tropfen Coriander Vitality mit 1 Tropfen fettem Trägeröl in einer vegetarischen Gelkapsel. Nimm dreimal täglich eine Kapsel ein oder zur Unterstützung der gesunden Verdauung direkt nach den Mahlzeiten.
- Füge einen Tropfen zu deinen fernöstlichen oder mittelamerikanischen Gerichten hinzu und erlebe die authentische Würze.
- Verfeinere deine Lieblingsdressings und Marinaden mit der vollen Gewürzfrische von Coriander Vitality.

25. DiGize Vitality (*Mischung*)



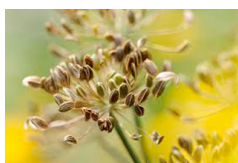
Diese ätherische Ölmischung kannst du zusammen mit jeder Mahlzeit oder nach dem Essen genießen, um dein Wohlbefinden zu stärken. In vielen Kulturen ist es üblich, frische Fenchelsamen nach dem Essen zu kauen, um die gesunde Verdauung zu unterstützen. In DiGize Vitality kannst du die Frische des Fenchels zusammen mit anderen kraftvollen Kräutern genießen, kombiniert mit wertvollen Enzymen aus Essentialzyme-4-Kapseln oder dem darmreinigenden ComforTone.

Zusammensetzung: Ätherische Öle von Estragon (*Artemisia dracunculus*), Ingwer (Ginger, *Zingiber officinale*), Pfefferminze (*Mentha piperita*), Wacholder (Juniper, *Juniperus osteosperma*), Fenchel (*Foeniculum vulgare*), Zitronengras (Lemongrass, *Cymbopogon flexuosus*), Anis (*Pimpinella anisum*), Patchouli (*Pogostemon cablin*).

Anwendung:

- Gib 1–2 Tropfen in eine Gelkapsel (z.B. vegetarische Kapseln von Young Living), und nimm es als Nahrungsergänzung zu dir, jeden Tag oder wann immer du es brauchst.
- Erfrische dein Trinkwasser und füge 2 Tropfen DiGize Vitality und 1 Tropfen Pfefferminz Vitality hinzu.
- Kombiniere DiGize Vitality mit Essentialzyme-4, und nimm beide vor dem Essen zu dir, um dein Wohlbefinden zu steigern.
- Süße dein Getränk mit etwas Agavendicksaft und 2–3 Tropfen DiGize Vitality.
- Nimm DiGize Vitality zusammen mit ComforTone oder JuvaTone ein.

26. Dill Vitality (*Anethum graveolens*)



Dill-Vitality-Öl gibt einen frischen, kräftigen Geschmack zu deinen Speisen und kann frischen oder getrockneten Dill in Dressings und Dips ersetzen. Es kann hervorragend mit Karottensamen-Vitality-Öl und Zitrone-Vitality-Öl

kombiniert werden, um Suppen und Gedünstetes zu verfeinern. Frischer Dill ist ein wichtiges, universelles Gewürz in der traditionellen Küche Russlands, Europas, des Mittelmeerraumes, Asiens und Skandinaviens.

Anwendung:

- Gib 1–2 Tropfen Dill Vitality in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm es als Ergänzung zur gesunden Ernährung ein, so wie du es brauchst.
- Verwende Dill Vitality-Öl auch zusammen mit Olivenöl als würzige Marinade für Fisch und Gemüse.
- Gib einen Tropfen Dill Vitality in deinen Lieblings-Dip und verfeinere auch damit den Geschmack.

27. EndoFlex Vitality (Mischung)



Erhöhe dein tägliches Wohlbefinden, und schaffe deine täglichen Vorhaben mit voller Energie und EndoFlex Vitality. In einer Basis aus dem fetten Sesamsaatöl vereint EndoFlex Vitality die ätherischen Öle von Salbei, grüner Minze, Geranie, Myrthe, Muskatnuss und deutscher Kamille und unterstützt damit den gesunden Lebensstil. Im wahren Wellness-Leben darf EndoFlex Vitality im Saft oder der entspannenden Tasse Tee einfach nicht fehlen!

Zusammensetzung: Ätherische Öle von grüner Minze (*Mentha spicata*), Salbei (*Salvia officinalis*), Geranie (*Pelargonium graveolens*), Myrthe (*Myrtus communis*), Muskatnuss (*Myristica fragrans*) und deutscher Kamille (*Matricaria recutita*) in einer Basis aus dem fetten Sesamsaatöl.

Anwendung:

- Kombiniere 1 Tropfen EndoFlex Vitality mit dem V6-Ölkomplex in einer vegetarischen Gelkapsel, und nimm sie täglich zur Stärkung des allgemeinen Wohlbefindens.
- Füge deinem Ningxia Red-Saft 1–2 Tropfen EndoFlex Vitality hinzu.
- Kreiere ein erhebendes Getränk, indem du EndoFlex Vitality in dein sprudelndes Ningxia Zyng hineintropfst. Trinke es gleich morgens, um voller Energie in den Tag zu starten oder nachmittags, um bei voller Energie zu bleiben.
- Gib einen Tropfen in deinen warmen Tee oder dein Glas Wasser – falls dir der Geschmack zu stark ist, nimm nur einen Zahnstocher, benetze ihn mit dem Öl und rühre damit in deinem Getränk.

28. Frankincense (Weihrauch) Vitality (*Boswellia carterii*)



Weihrauch (*Boswellia carterii*) ist seit antiker Zeit heiß begehrt und kostbar gehandelt, es spielt eine wichtige Rolle in vielen spirituellen Zeremonien.

Dampfdestilliert aus dem Harz der *Boswellia-carterii*-Baumfamilie, beinhaltet Weihrauch den natürlich vorkommenden Pflanzenstoff Alpha-Pinen, der ihm sein reichhaltiges, balsamisches Aroma verleiht. Dieses bereichert auch die wertvollen Ölmischungen Brain

Power, Awaken und Highest Potential. Die Vorteile des Weihrauch-Vitality-Öls gehen weit über seinen reichen, süßen und harzigen Geschmack und Geruch hinaus: es unterstützt hervorragend das allgemeine Wohlbefinden und die gesunde Zellfunktion, wenn es innerlich eingenommen wird.

Anwendung:

- Unterstütze dein Wohlbefinden und deine gesunde Zellfunktion, indem du Weihrauch Vitality innerlich in vegetarischen Gelkapseln einnimmst. Gib 1–2 Tropfen in eine Kapsel und nimm es täglich ein.
- Falls es für dich eine Herausforderung ist, die Kapseln hinunterzuschlucken, gib einfach einen Tropfen in dein Trinkwasser, deinen Saft oder in das tägliche Glas Ningxia Red.

29. GLF Vitality (Mischung)

Diese kraftvolle ätherische Ölmischung aus Grapefruit (*Citrus paradisi*), Helichrysum (*Helichrysum italicum*), Sellerie (*Apium graveolens*), Ledum (*Ledum groenlandicum*), Ysop (*Hyssop officinalis*) und grüner Minze (*Mentha spicata*) ergänzt sich hervorragend mit Detoxzyme und Essentialzyme.

Anwendung:

- Vermische 1 Tropfen GLF Vitality mit 4 Tropfen fettem Trägeröl in einer vegetarischen Gelkapsel und nimm diese direkt vor den Mahlzeiten oder nach Bedarf ein.
- Gib einen Tropfen GLF Vitality zusammen mit JuvaPower mit in deinen grünen Smoothie oder Saft und genieße die reinigenden Eigenschaften.
- Unterstütze deinen gesunden Magen-Darm-Trakt, indem du Essentialzyme und GLF zusätzlich zu deiner ausgewogenen Ernährung einnimmst.
- Unterstütze deine 5 Tage-Reinigung (siehe Infobrief “Reinigung”) mit GLF Vitality.

30. German Chamomile (Deutsche Kamille) Vitality (*Matricaria recutita*)

Die deutsche Kamille ist seit Jahrtausenden wichtiger Bestandteil in Kräuterrezepten, die im antiken Ägypten, Griechenland und Rom weit verbreitet waren. Das ätherische Öl ist dampfdestilliert aus den Kamillenblüten und fügt deinen Salatdressings und Tees einen fruchtigen, frischen Geschmack hinzu.

Als Nahrungsergänzung eingenommen unterstützt das ätherische Öl der deutschen Kamille das gesunde Verdauungssystem und hilft, loszulassen und zu entspannen.

Anwendung:

- Gib 2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel und nimm dreimal eine Kapsel täglich oder nach Bedarf.
- Verfeinere deinen warmen Tee am Abend mit einem Tropfen dieses Öls und entspanne dabei.
- Nimm es in Kapseln vor den Mahlzeiten zu dir, um dein gesundes Verdauungssystem zu unterstützen.

31. Grapefruit Vitality (*Citrus paradisi*)



Grapefruit (*Citrus paradisi*) Vitality ist bekannt für seinen belebenden und stärkenden, herben Geschmack. Es kann Gewichtsmanagement-Programme unterstützen, wenn es innerlich eingenommen und mit einer gesunden Ernährung und Bewegung kombiniert wird.

Füge Grapefruit Vitality zu frischem Wasser für einen erhebenden Geschmack hinzu oder für das feine Zitrusaroma in kulinarischen Rezepten. Gib Ningxia Red eine Geschmacksexplosion durch Hinzufügen von einigen Tropfen Grapefruit Vitality.

Wenn du nicht genug von der erfrischenden Grapefruit bekommen kannst, genieße den Duft der ätherischen Ölmischung Slique Essence oder den kraftvollen Geschmack von Balance Complete – Grapefruit ist ein Schlüsselinhaltstoff in beiden.

Anwendung:

- Unterstütze dein Gewichtsmanagement-Programm, indem du Grapefruit Vitality innerlich einnimmst. Gib dazu 1–2 Tropfen in eine vegetarische Gelkapsel und nimm sie täglich oder so oft wie benötigt.
- Falls es dir schwerfällt, Kapseln zu schlucken, gib Grapefruit Vitality einfach in deinen Ningxia Red-Saft mit hinein.
- Wenn du geschmackvolles Wasser liebst, aber zu beschäftigt bist, es eine Nacht vorher ziehen zu lassen, gib einfach 2–3 Tropfen Grapefruit Vitality und andere Zitrus-Vitality-Öle direkt ins kalte Wasser für ein erfrischendes und hydrierendes Getränk.
- Füge Grapefruit Vitality zu kulinarischen Rezepten hinzu, um ihnen den erfrischenden Zitrusgeschmack zu geben. Es macht sich außerdem hervorragend in Desserts, Marinaden und Salatdressings.

32. Jade Lemon Vitality (*Citrus limon eureka var. formosensis*)



Jade Lemon Vitality hat einen einzigartigen, zitronen- und limettenartigen Geschmack, der gesunde Getränke und kulinarische Speisen nicht nur lecker erfrischt, sondern eine wahre Wohltat für die Sinne ist. Es kann jedes Rezept, das Zitrusfrische braucht, geschmacklich zum Leben erwecken.

Anwendung:

- Füge im Sommer Jade Lemon Vitality zu deinem Lieblings-Joghurteis hinzu.
- Gib 4 Tropfen in deinen gekühlten, frisch zubereiteten Eistee für ein erfrischendes Getränk.
- Gib 1 Tropfen in deinen Ningxia Red-Saft.

33. JuvaCleanse Vitality (*Mischung*)

Zusammen mit einer ausgewogenen Ernährung aus unterstützenden Antioxidantien (Früchte, Gemüse, Nüsse und Superfoods wie die Ningxia-Wolfsbeere) und faserreicher Nahrung (Samen, Nüsse, Pflanzenfasern) kann JuvaCleanse Vitality als Nahrungsergänzung eingenommen werden. Helichrysum (*Helichrysum italicum*) von der Young Living-Farm in Split, Kroatien, Ledum

(Ledum groenlandicum) und Selleriesamen (Apium graveolens) vereinen sich in dieser kraftvollen Mischung. Zusammen mit JuvaFlex, JuvaPower und JuvaTone stärken sie das allgemeine Wohlbefinden.

Anwendung:

- Vermische 1 Tropfen JuvaCleanse Vitality mit 4 Tropfen fettem Trägeröl in einer vegetarischen Gelkapsel und nimm es einmal am Tag oder nach Bedarf zu dir.
- Genieße dein Glas Wasser mit den kraftvollen Antioxidantien aus JuvaPower und 1-2 Tropfen JuvaCleanse Vitality zur Reinigung.
- Verwende JuvaTone zweimal täglich zwischen den Mahlzeiten, um dein Wohlbefinden zu stärken.

34. JuvaFlex Vitality (Mischung)

JuvaFlex Vitality unterstützt das allgemeine Wohlbefinden mit seiner kraftvollen Mischung aus den ätherischen Ölen aus Fenchel (Foeniculum vulgare), Geranie (Pelargonium graveolens), Rosemarin (Rosmarinus officinalis), römischer Kamille (Chamaemelum nobile), blauem Rainfarn (Tanacetum annuum), Helichrysum (Helichrysum italicum) und dem fetten Trägeröl aus den Sesamsamen (Sesamum indicum).

Lässt sich hervorragend kombinieren mit JuvaCleanse, JuvaPower und JuvaTone.

Anwendung:

- Unterstütze dein gesamtes Wohlbefinden, indem du 2 Tropfen in einer Kapsel dreimal täglich oder nach Bedarf zu dir nimmst.
- Kombiniere die Einnahme zweimal täglich mit JuvaTone zwischen den Mahlzeiten.
- Füge deinem grünen Smoothie oder Saft einen Tropfen JuvaFlex Vitality und einen Esslöffel JuvaPower hinzu.

35. Laurus Nobilis (Echter Lorbeer) Vitality (Laurus nobilis)

Echter Lorbeer kommt ursprünglich aus der Mittelmeerregion. Seine Blätter werden als Ganzes zum Kochen verwendet und gelten als Pflanze des Glücks. Sie schenken vor allem deftigen Gerichten und Suppen einen einzigartigen Geruch und Geschmack.

Anwendung:

- Vermische 1 Tropfen des Öls mit 1 Tropfen fettem Trägeröl in einer Kapsel und nimm es dreimal täglich oder nach Bedarf ein.
- Verfeinere die Würze deiner Suppen, Saucen, Marinaden und Dips mit einem Tropfen Laurus Nobilis Vitality.
- Gib deinem heißen Wasser 2 Tropfen des Öls hinzu und genieße es als Aperitif vor dem Essen.

36. Limette Vitality (*Citrus latifolia*)



Limette (*Citrus latifolia*) Vitality bringt einen erfrischenden Zitrusgeschmack in dein Essen und deine Lieblingsgetränke. Nicht umsonst riecht die ätherische Ölmischung Stress Away nicht nur nach Vanille, sondern auch nach der erfrischenden Limette. Limette Vitality bringt die Leichtigkeit und Freude des Sommers zu dir, egal zu welcher Jahreszeit.

Anwendung:

- Gib einen Tropfen von Limette Vitality in eine vegetarische Gelkapsel, und nimm sie täglich zu dir.
- Kombiniere Limette Vitality mit echtem Olivenöl als Marinade für leckere Gemüsegerichte.
- Gib einen Tropfen in deine Gemüsepfanne, und gib dem Geschmack damit wahre Tiefe.
- Füge ein wenig Limette Vitality zu deinen Beeren hinzu, um ihre natürliche Süße zu unterstreichen.
- Füge 1–2 Tropfen in dein Trinkwasser hinzu.

37. Longevity Vitality (*Mischung*)

Longevity Vitality ist die perfekte Wahl, um das gesunde Immunsystem und das allgemeine Wohlbefinden zu stärken. Vor allem ältere Menschen lieben diese Mischung aus den kraftvollen ätherischen Ölen von Thymian (*Thymus vulgaris*), Orange (*Citrus sinensis*), Nelke (*Syzygium aromaticum*) und Weihrauch (*Boswellia carteri*).

Anwendung:

- Gib 1-2 Tropfen Longevity Vitality in ein Glas Wasser oder nimm es 1:4 mit einem fetten Trägeröl vermischt in einer Kapsel ein, um dein gesundes Immunsystem zu unterstützen. Einmal täglich oder nach Bedarf.
- Füge deinem Lieblingsshake einen Tropfen hinzu und unterstütze damit deinen gesunden Lebensstil.

38. Marjoram (Majoran) Vitality (*Origanum majorana*)

Majoran findet vor allem in der italienischen Küche breite Verwendung. Das ätherische Öl von Majoran, das aus den Blättern destilliert ist, hat einen ganz ähnlichen Geschmack wie Oregano – die beiden lassen sich wunderbar in deinen Lieblingssoßen, Suppen oder Dips verbinden.

Das ätherische Öl enthält kraftvolle Antioxidantien, unterstützt deinen gesunden Lebensstil und auch das gesunde Verdauungssystem.

Anwendung:

- Nimm Marjoram Vitality als Nahrungsergänzung in einer Kapsel (1:1 verdünnt mit einem fetten Trägeröl) vor den Mahlzeiten ein, um dein gesundes Verdauungssystem zu unterstützen.
- Verwende 1 Tropfen Majoran Vitality im Austausch zu einem Teelöffel frischem Majoran in deinen Lieblingsrezepten. Sollte das zu intensiv sein, nimm einfach einen frischen Zahnstocher, halte ihn kurz in das Ölfäschchen und rühre dann damit dein Essen um.
- Bereichere dein Olivenöl (Extra Virgin) mit einem Tropfen Majoran und verwende die

Mischung für leckere Salatdressings, Marinaden und Dips.

39. Mountain Savory (Bergbohnenkraut) Vitality (*Satureja montana*)

Bergbohnenkraut wird seit Jahrhunderten als kulinarisches Kraut verwendet. Es kommt ursprünglich aus den gemäßigten Regionen Südeuropas und des Mittelmeeres und wird aus den Blüten der Pflanze dampfdestilliert.

Anwendung:

- Nutze den würzigen, kräuterartigen Geschmack in deinen Füllungen im Essen.
- Vermische 1 Tropfen des Öls mit 4 Tropfen eines fetten Trägeröls (z.B. V-6) in einer Kapsel und nimm es als Nahrungsergänzung einmal täglich oder nach Bedarf, um dein allgemeines Wohlbefinden zu stärken.
- Um voller Kraft in den Morgen zu starten, gib einen Tropfen Mountain Savory Vitality zusammen mit blauem Agavendicksaft oder Slique Essence in deinen heißen Tee.

40. Sage (Salbei) Vitality (*Salvia officinalis*)

Salbei ist ein Teil der Minzfamilie. Das ätherische Öl wird aus den Blättern dampfdestilliert und ist bekannt für seinen warmen, erdigen Geschmack – ideal für das Festtagsessen. Nicht nur an den Festtagen: Salbei ist eine wunderbare Zugabe zu Gemüse, frischgebackenem Brot und anderen Leckereien.

Anwendung:

- Mische 1 Tropfen Salbei Vitality mit 4 Tropfen fettem Trägeröl in einer Kapsel und nimm es einmal täglich zu dir.
- Verfeinere damit deine Lieblingsfesttagsgerichte und Füllungen.
- Unterstütze dein gesundes Verdauungssystem, indem du Salbei Vitality innerlich einnimmst.
- Verstärke damit die erdigen Geschmacksrichtungen in deinem Essen, vor allem in Kartoffelbrei oder Füllungen.

41. Sclaressence Vitality (*Mischung*)

Die ätherischen Öle in dieser Mischung stärken vor allem das gesunde weibliche Wohlbefinden: Muskatellersalbei (*Salvia sclarea*), Pfefferminze (*Mentha piperita*), spanischer Salbei (*Salvia hispanica*) und Fenchel (*Foeniculum vulgare*).

Anwendung:

- Mische 1 Tropfen Sclaressence Vitality mit 1 Tropfen fettem Trägeröl in einer Kapsel und nimm es bis zu dreimal täglich oder nach Bedarf ein.
- Verfeinere dein Wasser mit 1-2 Tropfen.
- Kombiniere einen warmen Tee mit Sclaressence Vitality und einer entspannenden Massage mit Dragon Time Massageöl.

42. Spearmint (Grüne Minze) Vitality (*Mentha spicata*)

Die grüne Minze, auch als Spearmint bekannt, hilft, das Bauchgefühl zu beruhigen und unterstützt die gesunde Verdauung. Es fügt dem Essen mit seinen natürlichen Inhaltsstoffen Menthol, Carvon und Limonen einen angenehm kühlenden Effekt hinzu.

Anwendung:

- Mische 1 Tropfen Spearmint Vitality mit 1 Tropfen fettem Trägeröl in einer Kapsel und nimm es bis zu dreimal am Tag oder nach Bedarf ein.
- Gib deinem Glas Wasser für einen erfrischenden Geschmack einen Tropfen Spearmint Vitality hinzu. So macht es Spaß, mehr Wasser zu trinken.
- Unterstütze deine gesunde Verdauung und füge deinem Tee einen Tropfen hinzu.
- Gib deinem Essen eine minzige Note und verfeinere deine Marinaden und Pesto mit Spearmint Vitality.

43. Tarragon (Estragon) Vitality (*Artemisia dracunculus*)

Estragon ist traditionell eines der vier wichtigsten Kräuter in der französischen Küche. Es kommt ursprünglich aus Südeuropa und wird aus den Blättern dampfdestilliert. Sein starker, kräuteriger Geschmack gibt Gemüsegerichten, Suppen und allen deftigen Gerichten die besondere Note.

Anwendung:

- Mische 1 Tropfen Estragon Vitality mit 4 Tropfen fettem Trägeröl in einer Kapsel und nimm es einmal täglich oder nach Bedarf zu dir.
- Bereichere deine Eigerichte und Gemüse mit diesem starken Geschmack.
- Kombiniere es mit Zitrone Plus, um deinen Feinschmeckergerichten wie Sauce Béarnaise das I-Tüpfelchen zu geben.

VI. Allgemeine Sicherheitshinweise für den Gebrauch der Plus- und Vitality-Öle

Wie alle ätherischen Öle, wende die Plus- und Vitality-Öle bitte mit gesundem Menschenverstand und einem guten Körpergefühl an. Wahre die Ölfäschchen bitte außerhalb der Reichweite von Kindern aus. Vermeide Kontakt mit den Augen. Bei Schwangerschaft, in der Stillzeit, bei Medikamenteneinnahme oder Krankheit wird empfohlen, vor der Verwendung einen Arzt zu konsultieren.

Zitrusöle sind UV-sensitiv. Bitte meide direktes Sonnenlicht und UV-Strahlen für bis zu 12 Stunden, wenn du diese Öle auf deine Haut aufträgst.

VII. Zeit, essentiell zu leben! Wie du echte ätherische Öle günstig und bequem für dich bestellen kannst...

Beziehe Young Livings ätherische Öle und Plus-Öle (in Europa erhältlich) **bzw. Vitality-Öle** (bei YL USA erhältlich) als Kunde (Einzelhandelskunde) oder **werde gratis zu einem Young Living-Mitglied** (Grosshandelskunde bzw. Vertriebspartner). Als Young Living-Mitglied bekommst du das Starterset Premium und alle anderen Produkte zum Grosshandelspreis - 24% günstiger als der Einzelhandelspreis, ohne dass du die Öle und anderen Produkte vertreiben musst.

Wenn du regelmäßig bestellen möchtest, solltest du dich in jedem Fall ins “Essential Rewards” Programm (Autoship, ALS) **einschreiben**. Ähnlich wie beim Sammeln von Flugmeilen bekommst du **in den ersten drei Monaten bereits 10%** der PV deiner Produktkäufe gutgeschrieben, die du nach bereits zwei Monaten in Produkten einlösen kannst. **Nach vier Monaten bekommst du bereits 20%** auf jeden deiner Produktkäufe gutgeschrieben und **ab 25 Monaten im “Essential Rewards” Programm bekommst du 25%** auf das PV deiner Produktkäufe – *ein ganzes Viertel des Einkaufswertes!* Insgesamt sind das 49% Marge im Vergleich zum Einzelhandelspreis!

Im Essential Rewards Programm kannst du frei den jeweiligen Liefertag innerhalb des Kalendermonats verändern sowie die jeweiligen Produkte für deine Monatsbestellung einstellen – vergiss dabei nicht, die bestellten Produkte aus dem Vormonat aus dem Bestellformular zu löschen.

Du bekommst in “Essential Rewards” vergünstigte Lieferkosten und zusätzlich 5ml Gratisöle im 3., 6., 9., 12.Monat und ab dann jedes Jahr einmal (die “Loyalty” Ölmischung) sowie ausserdem ein 5ml Gratisöl jedes Mal, wenn deine Bestellung 120 PV Bestellwert übersteigt. Bei normaler Bestellungen (100PV) sparst du dir im Jahr 400,- bis 500,- nur dadurch, dass du in Essential Rewards bist.

Die Teilnahme am “Essential Rewards” Programm kann jederzeit einfach durch Anruf beim YL-Kundenservice oder durch E-Mail an kundenservice@youngliving.com gekündigt werden – vergiss nicht, deine gesammelten Punkte *einzulösen*.

Wenn du dich über ein Mitglied des Team ENJOY bei Young Living angemeldet hast (siehe <http://oetq.net/aromaexperten/>), bist du immer herzlich eingeladen, regelmäßig Öletrainings, Ölewebinare und Business Trainings zu besuchen, die dir die vielen Anwendungstechniken sowie tieferes Wissen um den essentiellen Lebensstil bieten.

Werde Teammitglied im Team der Person, die dir diesen Special Report zukommen hat lassen oder such' dir auf <http://oetq.net/aromaexperten/> die Person aus, zu der du den besten Draht hast.

Bildquellen:

Flickr: <https://www.flickr.com/photos/youngliving/albums>

Pixelio: <https://www.pixelio.de/>

Unsplash: <https://unsplash.com/>

Pexels: <https://www.pexels.com/>

Depositphotos: <https://de.depositphotos.com/>

Special Report 19 – O.I.L.

26/26

Lust auf mehr? Bestelle die Produkte mit der YL ID Nummer der Person, die dir Young Living vorgestellt hat: <https://www.youngliving.com/vo/#/signup/new-start>



Besuche uns auf <http://oetq.net>

Geniesse und teile den Lifestyle!

Schaue dir die Bonusvideos über den Essentiellen Lebensstil auf <http://teamenjoy.com> an.