



obnovuje, energetizuje, očisťuje

LIME

Citrus aurantifolia – Limeta

Olej touhy po životě

Hlavní oblasti působení:

Tělesné systémy: Trávicí, imunitní a respirační systém

Použití: apatie, bolesti v krku, celulitida, čištění kůže a vlasů, deprese, projasňuje myšlení a posiluje paměť, křeče, lhostejnost, nedostatečná funkce jater u dětí, nervové vyčerpání, očista lymfy, podpora tvorby leukocytů, popraskané žilky, posílení nehtů, regulace krevního tlaku, úzkosti, zlepšení paměti, žlučové kameny,

Základní vlastnosti: antibiotikum, antivirotikum, antiflogistikum, antiseptikum, antioxidant, adstringens, baktericidum, tonikum, pozvedá náladu, detoxikace, dezinficiens, diuretikum, antipyretikum, hemostatikum, restorativum

Součástí směsí nebo přípravků: InTune, Purify

Způsob aplikace: **ATI**

Charakteristika aroma:

Výrazná, citrusová vůně. Svrchní tóny.

Aromatické působení:

Obnovuje, zklidňuje, vyrovnává emoce, podporuje soucítění a lásku, zvláště k sobě samotnému, dodává energii a pročisťuje. Pomáhá překonat vyčerpání, apatii a deprese.

Část rostliny: kůra plodu

Způsob výroby: lisování za studena

Hlavní složky oleje: monoterpeny: d-limonen, beta-pinen, gama-terpinen, aldehydy: geranial, citral, alkoholy: terpineol, linalool, kumaríny, furanoidy.

Mísí se dobře s oleji:

levandule, rozmarýna, šalvěj muškátová a další citrusové oleje.

Působení na psychiku:

Limetka naplňuje duši touhou po životě. Když jsme zatíženi zklamáním a smutkem, limetka nás pozvedne z bahna. Dává srdci odvahu a veselost a připomíná nám, abychom nezapomínali na vděčnost za dar života. Limetka čistí srdce, zvláště pokud bylo plné toxinů, které se zde nahromadily potlačováním a vyhýbáním se problémům. Oživuje prostor srdce, vnáší do něj světlo a radost. Čistí zklamání, deprese a sebevražedné myšlenky a pocity. Limetka prosvítí skryté motivace našeho srdce a podporuje upřímnost emocí.

Pomáhá také lidem, kteří příliš rozvinuli své mentální schopnosti a zapomněli přitom na emoční rozvoj. Tento olej vyvažuje srdce a mysl, uvolňuje stagnaci kolem srdečního centra a pomáhá nám, abychom se ve svém srdci cítili dobře. Rozptyluje apatii a rezignaci a nastoluje naději, radost, odvahu a odhodlání čelit výzvam života.

Negativní emoce: apatie, rezignace, smutek, sebevražedné myšlenky a pocity, zklamání.

Pozitivní vlastnosti: odvaha, emoční bezpečí, zainteresovanost, obnovení vitality, vděčnost za dar života, odhodlanost.

Hlavní způsoby použití:

Bolení v krku:

Přidejte 1-3 kapky do vody, rozmíchejte a používejte ke kloktání.

Zahlenění dýchacích cest, lymfatické a jaterní otoky: Užívejte vnitřně v kapsli nebo nanášejte na postiženou oblast. Na rozpouštění hlenů kombinujte se směsí Air (dříve Breathe) a přidávejte do difuzéru.

Potíže močového a trávicího ústrojí: Užívejte olej vnitřně ve sklenici vody.

Paměť a jasné myšlení: Nadechněte aroma oleje nebo rozptylujte difuzérem.

Vyčerpání a deprese: Pro dodání energie a povzbuzení nanášejte olej lokálně na pokožku těla nebo jej rozptylujte.

Herpesové viry a opary: Užívejte vnitřně v kapsli nebo nanášejte lokálně přímo na postižená místa.

Plané neštovice: Užívejte olej vnitřně v kapsli nebo nanášejte naředěný lokálně na pupínky.

Infekční a virová onemocnění: Pro boj s infekcí postihující téměř jakýkoli tělesný systém (močové ústrojí, střeva, žaludek, dutina ústní; průjmý, otrava jídlem, nachlazení, laryngitida, chřipka) nanášejte olej lokálně na příslušnou oblast anebo jej užívejte vnitřně.

Onemocnění dýchacích cest: Potírejte olejem hrudník a můžete jej také nanášet na kůži pod nosem.

Vši: Používejte k ošetření pokožky hlavy spolu s melaleucou.

Bolest a zánět: Ke snížení míry zánětu a dodání potřebných antioxidantů ošetřujte olejem lokálně postiženou oblast nebo jej užívejte vnitřně v kapsli.

Bolesti a křeče svalů: Pro úlevu od obtíží olejem potírejte potřebné oblasti.

Odmašťování povrchů: Při úklidu domácnosti jej můžete použít k odstranění mastných skvrn či těžko odstranitelných nečistot podobně jako olej z citronu.

Emoční rovnováha: Potřebujete-li odstranit apatii, únavu nebo se zbavit pocitu oslabení a naopak získat více energie, síly a celkově povzbudit, používejte olej aromaticky i lokálně.

Limetka (*Citrus aurantifolia*) pochází ze severní Indie a z Malajsie. Arabové ji dovezli na Střední Východ a křižáci do Evropy. Nyní se pěstuje v tropických a subtropických oblastech v různých částech světa. Tento ostnatý, stálezelený strom dorůstá výšky až 6 metrů. Kmen bývá pokroucený, z jedné kořeny často vyrůstá kmenů několik.

V mnoha zemích se listy a plody limetky používají na zahánění zlých duchů a kletby. Plody se zavěšují nad nemocného člověka k zahánění zlých duchů vyvolávajících nemoc. Limetkový esenciální olej má podobné účinky jako citrónový, ale působí více na energetické rovině orgánů. Pozvedá unavenou mysl, podporuje fokus a uvědomění. Harmonizuje energii ve všech čakrách, čistí duši od negativních fixací a působí proti závislostem jako je alkoholismus. Podporuje mysl při řešení problémů, stimuluje intelekt i citící stránku naší bytosti. Podporuje přenos vědomostí z duchovního světa a spojení s nimi. Tím napomáhá rozvíjet vhled, umožňuje hlubší sebereflexi, pomáhá pochopit smutek a pustit ho. Pomáhá překonat závislosti a změnit zaměření z tužeb a lítosti na teď a tady.

Z pohledu čínské medicíny limetkový olej posiluje ochrannou čchi a napravuje kůži (vypíná ji) a klouby. Používá se jako regenerační tonikum, které zároveň zklidňuje a uvolňuje

Působení:

zahání patogeny, účinný při bolestech v krku a nachlazení.

Tonizuje. Účinný při povislé kůži a slabosti pojivových tkání.

Elementy: **Dřevo**, Kov

TIPY A ZAJÍMAVOSTI

1 Inhalace limetky stimuluje svaly kolem očí. Zkuste ji pravidelně používat třeba k čištění brýlí. Může pomoci i při pokleslých očních víčkách.

2 Potřebujete-li odstranit mastnotu nebo jiné skvrny z prádla nebo z nejrůznějších povrchů, vyzkoušejte limetkový olej. Dobře odstraňuje žvýkačky.

3 Zkrášluje: rozjasňuje bledou a povadlou pokožku a odstraňuje mrtvé kožní buňky. Tonizuje kůži a pojivové tkáně. Zpevňuje vlasovou pokožku, stahuje kořínky a působí proti vypadávání vlasů.

4 Bolesti zubů a jejich vypadávání. Díky svým astringentním účinkům pomáhá při bolestech zubů a stahuje a zpružňuje dásně.

5 Limetkový olej zpevňuje svaly a dodává jim pevnost, pružnost a mládí. Tonizuje také žíly cévy a tím působí proti nadměrnému krvácení.

6 Tělový peeling s limetkou a zázvorem. Smíchejte 1/2 šálku kokosového oleje, 1/2 šálku epsomské soli nebo soli Meine Base, 15 kp limetkového oleje a 10 kp zázvorového oleje. Uchovejte v uzavřené skleněné nádobě.

7 Směs pro klidnou mysl. Vezměte 10ml roll-on lahvičku, přidejte 6 kp limetky, 6kp grapefruitu a 6 kp bergamotu a 2 kp santalového oleje.

8 Recept na zvýšení hladiny vnitřních antioxidantů: aplikujte 4x denně na zápěstí a na karotickou tepnu na krku 1kp limetkového a 1kp pomerančového oleje. Po dobu alespoň 6 týdnů.