

Lykill að lífsgæðum - 1091 námskeið

Olíur beint frá bónda - umhverfisvænn lífsstíll - vellíðan með töfrum náttúrunnar.

Velkomin á námskeiðið **Lykill að lífsgæðum**, námskeið um hreinar kjarnaolíur.

Fyrst vil ég segja þér hvernig ég kynntist Young Living olíunum og hvers vegna þær eru ómissandi hluti af lífi mínu og hamingju.

Hvað er kjarnaolía?

Kjarnaolíur eru blóð plöntunnar og hjálpa til við flutning á næringu og verja plöntuna fyrir utanaðkomandi áreiti. Þær eru tæknilega ekki "olíur" eða fitur, heldur örsmá loftkennd efni sem gufa auðveldlega upp. Þær eru margfaldur kraftur jurta.

Þær eru eimaðar úr trjásafta, plöntuhlutum svo sem blöðum, blómum, fræjum og rótum. Kjarnaolíur innhalda yfir 100 náttúruleg, lífræn efnasambönd (öll með skrítnum heitum). Í líkamanum okkar fara þær inni hverja einustu frumu og inni stjórnstöðvar heilans. Þær styðja hvert einasta líkamskerfi og líffæri; beinagrind, vöðva, blóðrás, innkirtla og hormónastarfsemi, öndun og ónæmiskerfi.

Þær styðja heilann, taugakerfið, efnaskipti og heilbrigða þyngdarstjórnun.

Olíur eru notaðar til andlegrar og tilfinningalegrar styrkingar, til heilunar og við andlega iðkun og hugleiðslu. Olía í úðaranum getur róað og sefað barnið þitt eftir erfiðan skóladag og hjálpað þér að slaka á eftir annarsaman vinnudag.

Síðast en ekki síst, olíur eru heilsusamlegur valkostur við dagleg þrif. Þú getur því einfaldlega losað þig við öll heilsuspillandi eiturefni í hinum ýmsu heimilisvörum og það þarf ekki að kosta meira, það getur kostað minna.

Til eru yfir 300 olíur og blöndur og þú þarft ekki nema 10-20 til að vera fær í flestan sjó. Þú þarft heldur ekki að vera arómaþarapisti til að nota kjarnaolíur, þú einfaldlega setur þær á þig og andar þeim að þér.

Sagan - 3 mismunandi aðferðir eða stefnur og Young Living notar þær allar.

Enska aðferðin er að setja þær á húðina.

Franska aðferðin er að taka þær inn og nota í mat.

Þýska aðferðin er að úða þeim í loftið og anda þeim að sér.

Rannsóknir sýna: Það tók olíurnar 3 sekúndur að ná til hjarta og lifrar eftir INNÖNDUN, en 26 sekúndur að komast inn í blóðrásina eftir að þær voru settar Á HÚÐ.

Kjarnaolíur hafa verið notaðar í þúsundir ára fyrir andlega og líkamlega heilsu. Margar heilmildir um olíur í fornum textum m.a. tilvitnanir á 1100 stöðum í helgum ritum.

Í **Babylon** var verslað með Cedarwood og Myrru.

Egyptar eiga til elstu heilmildir um ilmvatn, búið til úr hreinum olíum.

Í **Rómaveldi** til forna voru olíurnar hluti í almenningsböðum.

Í **Bíblíunni** - Jesúbarnið fékk gull, reykelsi-Frankincense og Myrru.

Gæði

Eftir seinni heimsstyrjöldina voru vísindi kjarnaolía enduvakin og þekking á þeim vex á hverju ári. Gary Young stofnandi Young Living er leiðandi vísindamaður, sérstaklega í framleiðslu á hágæða kjarnaolíum sem eimaðar eru með sérstökum aðferðum sem varðveita töfra jurtaanna.

Það eru ekki miklar reglur eða staðlar til um ilmolíur.

Til að selja olíur sem "Pure" eða "Therapeutic" þá verða þær að innihalda a.m.k. 5 - 10% kjarnaolíu samkv. Umhverfis og matvælastofnun (USA).

Það má skipta olíum í fjóra aðalflokka eftir gerð og gæðum:

A flokkur eru olíur af þerapútískum gæðum, búnar til úr plöntum sem hafa verið lífrænt ræktaðar og eimaðar við lágt hitastig í hæfilega langan tíma.

B flokkur eru olíur fyrir matvælaíðnaðinn "food grade", geta innihaldið leifar af skordýraeitri, áburðarefnum, burðarolíu og viðbætt ilmefni.

C flokkur eru ilmolíur sem oft innhalda allskyns viðbótar og aukaefni. Oftast búnar til með hjálp uppleysiefna t.d. Hexane til að fá meira af ilmefnum. Þessi efni geta verið krabbameinsvaldandi og eru í mörgum olíum sem fást úti í búð. Þær geta líka verið þynntar 80-95% með alkóhóli.

D flokkur er blómavatn, eða afurð frá framleiðslu á A olíum. Þessi vökvi er ódýr fyrir ilmiðnaðinn, sem blandar hann öðrum efnum og selur sem "pure" olíur.

Af hverju selja fyrirtæki ódýrari olíur - kannski til að auka hagnað sinn?

- Ef þú úðar eitri á akrana, færðu meiri uppskeru.
- Eimun með kemískum efnum eykur umfangið af olíu.
- Að blanda burðarolíu og öðrum glærum efnum samanvið eykur magnið.
- Flestar ilmolíur eru seldar á lægra verði af því að framleiðendur hafa stytta sér leið.
- Skordýraeitur og efnamengun á áður plægðu landi geta t.d. skipt máli fyrir gæði.

Young Living olíurnar eru alltaf aðeins A flokkur.

Ef að maður ætlar að taka skrefið og byrja að nota kjarnaolíur til að forðast eitrefni og bæta lífsgæði er þá ekki öruggasta og besta leiðin að velja olíur sem falla undir A flokk?

Seed to seal

Young Living tryggir gæði með Seed to Seal - frá fræi til flösku. Það er ekki slagorð, það er loforð um heiðarleika og hreinleika. D. Gary Young stofnandi Young Living hefur sagt að hann hafi aldrei búið til olíu til að hagnast á því, heldur hefur framleiðslan tilgang.

Sjá vörulistana/Product Guide (PG) Gary og myndir frá búgörðum

Seed to Seal þýðir að illgresi er handhreinsað, ekkert skordýraeitur, illgresiseyðir eða önnur eitrefni eru notuð. Plönturnar eru skornar þegar olían er í hámarki og allar olíur

fara í gegnum flókið rannsóknarferli áður en þær fara beint frá bóndanum heim til þín. Þú getur lært meira með því að skoða sögu Young Living og orðið ástfangin af fyrirtækinu eins og ég með því að skoða efni á netinu: www.seedtoseal.com.

Það er mikil vinna að búa til lítið magn af hreinni kjarnaolíu.

Um 60.000 rósir gefa aðeins um 30 ml. af rósarolíu.

Lavender er gjafmild þar sem að 100 kg gefa um 3 kg af olíu.

Kjarnaolíur eru kröftugar og þú þarft ekki mikið af þeim.

Flestar olíurnar kosta á bilinu 1500 - 5000kr (PSK 12 olíur á ca 2.000kr stk)

5ml flaska inniheldur um 90 - 100 dropa, 15 ml flaska inniheldur því um 250 - 300 dropa.

Ofast nær notum við um einn til þrjá dropa í hvert sinn, þetta þýðir að lítil flaska dugar í 45 - 90 skipti.

Tölfræðin segir okkur að meðalmanneskja komist í snertingu við um 300 eiturefni daglega og þar af 80 fyrir morgunmat með því að baða sig, burstu tennur og snyrta sig. Ég held að ef foreldrar vissu að efnin sem þær nota dagsdaglega séu hættuleg eða krabbameinvaldandi þá myndu þau ekki nota þau.

REGLA #1 Ef þú vilt njóta góðrar heilsu, ekki nota ódýrar ilmolíur á sama hátt og við kennum þér að nota "Seed to Seal®" kjarnaolíur af þerapútískum gæðum.

Það er í Premium Starter Kit kassanum

Orange+ er bætiefni, **Stress Away** - sýna hvernig rollon er sett á og tekið af og hvernig Dewdrop og Aria ilmolíulamparnir virka.

Fimm stakar olíur

Lavender - 1 - 2 dropa í lófa - nudda 3 hringi og ANDA - róandi og heilandi olía.

Frankincense - 1000 ára saga og margar tilvitnanir í bíblíunni - alhliða heilunarolía.

1- 2 dr í lófa og anda að, setja á þriðja auga, yfir áruna og nota sem ilmvatn.

Peppermint - á handarbak, smakka á henni og rest á hnakka, eða á kollinn. Er hressandi, bætir meltingu, eykur skerpu, eykur úthald og dregur úr spennu.

Copaiba - (eða Tea tree eða Lemongrass). Góð á alla vöðva og stoðkerfi. Copaiba - inniheldur "beta-caryophyllene" Googlaðu það!

Lemon - í úðarann og þvottavélina, í vatn, drykki, sultur og er í NingXia red safanum.

REGLA #2: Lemon og flestar sítrusolíur gera húðina ljósnæma og það getur haft áhrif á húðina í 24 - 36 klst eftir að olía er borin á, einnig blöndur með sítrusolíum í. Settu olíur og blöndur með sítrusolíum undir fötin þín eða undir fætur.

Fimm blöndur

Purification - blanda af lemongrass og tea tree. Má bera beint á húðina til að róa skordýrabit, minniháttar sár og skrámur. Eyðir lykt t.d. úr þvotti og er hreinsandi.

PanAway - má bera beint á svæði til að auka vellíðan og hreyfanleika liða. Gott að hafa með Roll-on kúlu. Fáðu sjálfboðaliða með álag á stoðkerfi til að prófa þessa olíu.

Di-Gize - fyrir meltingu (eða Aroma Ease) og R.C. góð fyrir öndun og lungu.

Thieves® - blanda af negul, kanil og sítrónu. Thieves er í Inner Defense hylkjunum ásamt oregano o.fl. Sagan af Thieves® er á netinu. Googlaðu rannsóknir D. Gary Young. Thieves er heit olía, best að blanda í nuddolíu og bera hana undir fætur.

REGLA #3 Notaðu V-6, ólífíuolíu eða aðra fitu ef erting eða sviði er vegna kjarnaolíu.

Young Living - heilsubúð á netinu

NingXia Red barinn er opinn - Bætiefni hlaðin kjarnaolíum. NingXia Red® skot úr flösku eða bréfi (best köld) er góður kostur. Eitt bréf er næring og mikla andoxun, prótein og fleiri mikilvæg næringarefni og kostar aðeins um 350 kr.

Young Living býður uppá allskyns heilsustýðjandi bætiefni, húð- og snyrtivörur, Savvy Minerals og heimilis- og þríförur sem eru án eiturefna "Toxin free"
Hægt er að hlusta á Toxin free home á síðunni oilabilityteam.com (share/free stuff).

Sjá **Thieves vörur** í Product Guide: Household Cleaner - *Heima er Best sprej* (fá uppskrift) - Laundry sápa, Dishwashing uppþvottasápa. Kíktu á Thieves barinn og taktu með þér sýnishorn. Byrjaðu þerapíu við þrífing heima í dag.

Við rannsókn á 10 nýfæddum börnum fundust meira en 270 eiturefni í naflastreng þeirra.

**** Skóðaðu í eldhús- og þvottahússkápinn heima, lestu utaná brúsana og pakkana og googlaðu nöfnin sem þú finnur!

Í venjulegu tannkremi eru t.d. mörg óæskileg og kemísk efni og því hvetjum við þig til að prófa Aromabright tannkremið (googlaðu innihaldsefni í tannkremi).

Ég hef nú sagt þér frá pakkanum sem ég kalla "Lykil að lífsægðum" og Young Living heilsubúðinni, sem er heil heilsuveröld.

Young Living kann að búa til hreinar olíur, þeir eru einfaldlega langbestir í faginu!

Young Living eru einu seljendur í heiminum sem nota sjálfstæða umhverfis-vottun SCS Global. Þannig getur þú bæði treyst gæðum olíanna og að umhverfisverndar sé gætt.

*Young Living uppfyllir "GOLD" staðal í framleiðslu ilm kjarnaolíu. Þetta þýðir að sjálfstæð stofnun vottar að nýting er sjálfbær og engar lífverur eru í hættu við framleiðsluna, og tryggt að viðskiptahættir séu sanngjarnir "fair trade" hjá öllum aðilum og að lögum og reglum er fylgt á öllum framleiðslustöðum og í USA

Sjá blaðið: Hvernig kaupir maður í YL búðinni og skráningarblað

Takk fyrir að velja Young Living og gera heiminn betri, þú skiptir verulegu máli. Allir njóta góðs af, þú, fjölskyldan þín, vinir þínir og jörðin í heild sinni.