



Zirbelkiefer



Die Zirbe ist ein widerspenstiges Kiefern-gewächs, das den rauen Witterungsbeding-ungen in ihrer natürlichen Heimat trotz-t. Sie kommt vor allem in den Karpaten und Alpen vor. Dort wächst sie langsam aber bis zu 25 Meter hoch und kann ein Alter von 1.000 Jahren erreichen, selbst in Höhenlagen von über 2.000 Metern.

Zirbenholz verströmt von Natur aus einen angenehm waldig-klaren Duft und unterstützt den gesunden Schlaf. Es wirkt beruhigend und entspannend auf Körper, Geist und Seele. Zirbenholz neutralisiert unangenehme Gerüche und erfrischt die Raumluft.

Kaum eine andere Holzart wirkt sich so positiv auf unser Wohlbefinden aus wie die Zirbe. Zirbenöl enthält die wertvollen Inhaltsstoffe der Zirbelkiefer in konzentrierter Form. Es bringt daher zahlreiche gesundheitliche Vorteile mit sich.

Anwendungsmöglichkeiten von Zirbenöl:

Gesunder Schlaf durch Zirbenöl

Zirbe wirkt sich positiv auf Körper und Seele aus. Es sorgt für einen erholsamen Schlaf und mehr Energie für den Tag. Dazu 2-3 Tropfen Zirbenöl auf ein Zirbenhäuschen tropfen und auf den Nachttisch stellen.

Mehr Lebensenergie mit Zirbenöl

Auch auf die Psyche wirkt sich das Zirbenöl positiv aus. Zirbenduft kann dabei helfen, psychischen Stress zu reduzieren und Entspannung einkehren zu lassen.

Raumduft

Zirbenöl eignet sich hervorragend als Raumduft. Durch seinen angenehmen Geruch verbessert es nicht nur den Duft im Raum, sondern neutralisiert auch schlechte Gerüche.

Freier atmen

Die Inhaltsstoffe des Öls erleichtern die Atmung. Das ist besonders vorteilhaft, wenn Sie gerade erkältet sind und Ihre Nase verstopft ist. Bei Husten hilft der Zirbenduft den Schleim in Ihren Atemwegen zu lösen und Bakterien sowie Viren abzutöten (Zirbenschale, Zirbenwürfel).

Inhalation

Für Inhalationen wenige Tropfen in eine Schüssel mit warmen Wasser geben. Unter einem Handtuch die aufsteigenden Dämpfe inhalieren.

Bad

3 bis 5 Tropfen des Öls zusammen mit etwas Meersalz in das Badewasser. Ein Zirbenbad soll stimmungsaufhellend, beruhigend, immunstärkend und klärend für die Haut wirken.

