

NATURAL FENG SHUI KITCHEN

Dein Guide mit Tipps & Tricks für mehr
Gesundheit, Erfolg & Selbstbewusstsein
(ganz ohne Kompass oder Renovierung!)

von deiner Aroma & Feng Shui Beraterin
Vanessa



Vorwort

Hi, ich bin Vanessa, und freue mich so dass du hierher gefunden hast!

Die Küche ist einer unserer wichtigsten Räume im Zuhause, man sagt im Feng Shui auch “das Herz des Hauses”. Ich konnte das selbst die letzten Jahre für mich kennenlernen: ich habe in einer Wohnung gelebt, in der ich die Küche übernommen und von Anfang an nicht gemocht habe. Die Küche hat einfach nicht zu mir gepasst! Und das Feng Shui hierin war auch wirklich kein Gutes. Die letzten Wochen haben wir nun bei uns Zuhause unsere neue Traumküche eingebaut und ich spüre so sehr diesen Unterschied. Es tut mir so gut, mich in meiner Küche wirklich wohlfühlen zu können und ich merke wie nach und nach die Feng Shui Veränderungen sich auf mein Leben auswirken.

1,5 Jahre habe ich aber auch mit der alten Küche mich soweit angefreundet und vorher bereits in 2 weiteren Küchen (im Vergangenheits-Zuhause) meine Feng Shui Erfahrungen gemacht. Ich habe hierin auch meine Feng Shui Tipps gesammelt zu dem Punkt, wo ich eben nicht alle Schränke ausgetauscht habe, sondern ganz konkrete Alltagstipps um hier mein tägliches Feng Shui aufrechtzuhalten. Diese Tipps sind nun in diesen Guide geflossen, denn auch wenn ich meine neue Küche so sehr liebe, kann man schon so klein anfangen, um sein Qi zu stärken.

Wenn du eine ganz neue Küche planen oder deine aktuelle Küche in der Tiefe verstehen und optimieren möchtest (mit Kompassmessung), steht dir meine Türe für eine individuelle Analyse & Beratung offen. Bis dahin kannst du gerne bereits mit den folgenden Tipps deine tägliche Energie ganz einfach stärken. Ich freue mich, von dir zu hören, was du in deinem Leben dadurch wahrnimmst!

Lots of Love,
Vanessa



Einleitung zum FENG SHUI KITCHEN GUIDE

Die Küche ist das Herz des Hauses, so heißt es im Feng Shui. Spür gerne einmal rein: stimmt das für dich? Ist die Küche bei dir das zentrale Element deines Zuhauses?

Wie die Herdposition ist, wo welche Geräte sind und was sich alles in deinen Schränken oder auf der Arbeitsfläche befindet, das alles hat eine Bedeutung im Feng Shui. Natürlich ist es auch relevant, wie praktisch deine Küche eingerichtet ist, wo welche Möbel sind, welche Farben und Materialien deine Küche hat und ob hier z.B. auch bereits dein Esstisch steht oder nicht. In diesem Guide werde ich all das, was ich in einer Küche sonst in einer Analyse betrachte, für dich einmal komplett auf die allerersten Basic-Tipps und Tricks runterbrechen, die du bereits ohne eine Feng Shui Analyse und ohne eine Renovierung umsetzen kannst. So kannst du bereits ganz einfach deine Energie stärken und dein Leben leichter machen.

Mit Feng Shui mein Leben leichter zu machen und mich der natürlichen Energie wieder anzunähern, hat mich auch zu meiner Liebe zu natürlichen Produkten und ätherischen Ölen gebracht. Mit welchen Produkten wir uns in unserem Leben und Zuhause umgeben, hat einen enormen Einfluss darauf, wie unsere Energie fließt, wie gesund wir sind und wie leicht wir uns fühlen. Deshalb ist eine Feng Shui Küche für mich auch gefüllt mit natürlichen, low tox Haushaltsprodukten, die das Leben so viel leichter machen. Meine liebsten Produkte und DIY Rezepte, die die Energie in deiner Küche stärken, habe ich dir deshalb immer mit an die passende Stelle im Guide gepackt.

Eine Feng Shui Reise startet immer Schritt für Schritt. Nimm dir aus diesem Guide mit, was für dich passt und probiere es neugierig aus. Bei allen Fragen darfst du dich selbstverständlich jederzeit bei mir melden.



Disclaimer

Dieses Workbook gibt dir Tipps für dein Zuhause und deinen Haushalt und mögliche Auswirkungen auf dein Leben mit. Feng Shui und natürliche Produkte sind immer ein Teil der Reise, dienen deinem Wohlbefinden und haben keinen Heilungs- oder Erfolgs-Anspruch.

Disclaimer: Dieser Guide und meine Beratung ersetzen nicht den Rat eines Arztes oder einer Ärztin. Ich habe keine gesundheitliche Ausbildung und sehe diesen Guide zur Steigerung deines Wohlbefindens.

Produkte von YoungLiving

Ich empfehle dir in diesem Guide auch Produkte und ätherische Öle von YoungLiving, weil ich von der Natürlichkeit und Wirksamkeit dieser Produkte überzeugt bin. Meine Beratung und Empfehlungen beziehen sich auch ausschließlich auf die Produkte und ätherischen Öle von YoungLiving und können nicht übertragen werden auf ätherische Öle anderer Firmen. Nicht alle ätherischen Öle sind gleich, im Gegenteil: es gibt große Unterschiede in Qualität, Reinheit und Wirkungskraft. Die ätherischen Öle von YoungLiving sind in bester, therapeutischer Qualität mit 100% Pflanzenkraft. So können sie wirklich wirken und auch deiner Gesundheit gut tun.

Weitergabe an Dritte: Dieser Guide ist urheberrechtlich geschützt und darf nicht ohne mein Einverständnis geteilt oder vervielfältigt werden.





Die Küche steht für deine Gesundheit



In der Küche bereitest du deine Nahrung zu. Du lagerst deine Vorräte und kochst dein Essen. Hier wird abgewaschen und verstaut. Damit steht deine Küche im Feng Shui bereits unabhängig von Himmelsrichtungen für deine Gesundheit. Frage dich einmal: wenn ich von außen auf meine Küche schaue, was sagt das dann über meine Gesundheit aus? Stimmt es mit meiner tatsächlichen körperlichen Gesundheit überein?

Die Fragen, die du dir dafür stellen kannst, sind z.B.: Gefällt mir meine Küche? Empfinde ich sie als hochwertig, schön und stabil? Oder klappern die Schränke, ist sie sehr abgenutzt und vielleicht nur ein Übergang?

Du kannst das auch an deinem automatischen Verhalten in deiner Küche ableiten: Ist deine Küche leicht zu betreten, hältst du dich hier viel auf, kochst du selber? Oder bestellst du lieber dein Essen? Was für Vorräte hast du Zuhause, ist das in deinen Augen eher gesund oder ungesund?

Wie steht es auch um die tatsächliche Sauberkeit: Fällt es dir leicht, abzuwaschen und deine Küche sauber zu halten? Kochst du hier gerne und fällt es dir leicht, weil alles praktisch eingerichtet ist? Das alles hilft dir ENORM dabei, auf deine Gesundheit zu achten und auch den Fluss der Energie für deine Gesundheit zu haben.

Und solltest du jetzt nicht ganz glücklich mit deinen Antworten sein, bist du hier gerade richtig: In diesem Guide bekommst du bereits praktische Tipps, um dein Gesundheits-Feng Shui in der Küche zu stärken. Es ist auch ganz einfach ;)



Die Küche steht für deine Fähigkeit, Grenzen zu setzen



Die Küche ist im Feng Shui ein privater Raum. Es ist deine Privatsphäre. In der Küche wird zudem gefährlich hantiert: hier gibt es Messer, im übertragenen Sinne Feuer (also heiße Herdplatten, Töpfe oder etwas aus dem Ofen) und man kann sich wirklich verletzen. Deshalb ist die Küche zwar ein privater, aber auch ein dynamischer, aktiver Raum. Hier wird wirklich gearbeitet, zur Ruhe kommst du woanders.

Deshalb steht die Küche auch für deine Durchsetzungsfähigkeit. Für deine Selbstbehauptung, dein Feuer. Kannst du bestimmt Grenzen setzen? Kannst du für dich eintreten? Kannst du auch für dich sorgen? Wenn du deine Grenzen setzt und für dich eintretest, kannst du in dieser Küche gut deine Nahrung zubereiten (und umgekehrt).

Wie die Grenzen in dir innerlich sind, wird sich auch in deiner Küche widerspiegeln. Und wie deine Küche Grenzen aufzeigt oder dir innere Stabilität gibt, wird dir bei den Grenzen in deinem Leben, zu anderen Personen und besonders im Beruf, helfen. Ist zum Beispiel dein Küchenfenster zur Straße raus? Dann organisiere dir einen Sichtschutz, denn die Privatsphäre der Küche sollte dir allein gehören.

Keine Sorge an dieser Stelle bei Wohnküchen: hier verschmelzen die Räume "Küche" und "Essbereich". Es ändert nichts an der Wirkung der Küche, bezieht aber z.B. deine Familie mit in deine Grenzen und deine Gesundheit mit ein. Man darf hier auf gute Gestaltung der Bereiche achten, damit am Esstisch die Ruhe im Vordergrund steht.



Die Küche steht für deinen Erfolg und deine Fülle



Im Feng Shui werden neben Bereichen in der Wohnung, Möbelpositionen und Farben vor allem auch die Richtungen betrachtet, in die etwas zeigt. Nach der Eingangstür ist die zweitwichtigste Richtung die Ausrichtung deines Herdes und auch, wo sich dein Herd befindet. Diese Position und Ausrichtung bewertet den beruflichen und finanziellen Erfolg in deinem Haushalt (also von dir oder der Person im Haushalt, die am besten verdient). Diese Richtung kann auch darüber entscheiden, wer im Haushalt am meisten verdient und womit. Das bedeutet, dass sich in der Küche maßgeblich dein beruflicher Erfolg widerspiegelt.

Dein Erfolg hat natürlich auch maßgeblich damit zu tun, wie stark du dich selbst durchsetzen und behaupten kannst, welche Grenzen du setzt und wie es dir gesundheitlich geht. Denn ist die größte Erfüllung nicht, im Leben gesund zu sein? Und kannst du nicht nur erfolgreich sein, wenn dein Körper fit ist? All das spiegelt sich in der Küche wider.

Es gibt neben der Herdausrichtung auch weitere Anzeichen für die Fülle und den Erfolg in deinem Leben, die in der Küche zu finden sind. Zum Beispiel stehen dafür auch die Fülle in deinem Kühlschrank und wie das Qi in Raum und Schränken fließen kann. Die Tipps in diesem Guide werden dir bereits dabei helfen, das für dich zu verstehen und zu verändern. So kannst du die Fülle in deinem Leben stärken und dem Erfolg Raum geben.



5 Tricks, um direkt die Energie in deiner Küche zu stärken



Trick 1: Halte deinen Herd sauber & frei

Und booste damit deine Gesundheit



Der Herd steht im Feng Shui in seiner Ausrichtung und Position für den Erfolg und das Einkommen im Haushalt. Das Kochfeld selbst hat zudem noch einen direkten Bezug zu unserer Gesundheit. Deshalb startet hier auch der erste Feng Shui Kitchen Trick:

Halte deinen Herd immer sauber & frei.

Ein sauberes Kochfeld hat einen direkten Bezug dazu, dass sich unsere Gesundheit gut entfalten kann. Wie ein frisches Essen, was dort wieder entstehen kann. Zudem sollten hier keine Blockaden, also darauf abgestellte Dinge, sein.

Räume also als Erstes in deiner Küche nun alles vom Herd runter, spüle es ab und reinige das Kochfeld.

Damit boostest du deine Gesundheits-Energie und kannst deinen Herd im Feng Shui Sinne wieder frei für dich wirken lassen.



Hack für deine Natural Low Tox Kitchen

Finde zurück zur Natur und lasse die Energie in deinem Zuhause wieder frei fließen, indem du natürliche Produkte in deinem Haushalt verwendest. Chemie ist ein Qi-Killer, denn sie stört den natürlichen Energiefluss und auch deine Gesundheit. Tue dir und deiner Energie etwas Gutes, indem du z.B. auf diese Produkte wechselst:

Ätherische Ölmischung: YoungLiving Purification®

Hilft, Fett und Schmutz zu lösen und wirkt gleichzeitig als Duftneutralisator. Ätherische Öle wie Zitronengras, Lavendel, Rosmarin und Melaleuca (Teebaum) wirken dabei mit ihren fettlösenden und antibakteriellen Eigenschaften ganz ohne Chemie und sind dabei sanft zu deinem Kochfeld. Gebe einfach wenige Tropfen auf ein nasses Tuch und reinige so sanft dein Qi.



Thieves® Kitchen & Bath Scrub

Wenn es mal etwas stärker sein muss: Dieses chemiefreie Pulver ähnelt einer Scheuermilch und entfernt auch hartnäckige Rückstände. Trage es einfach an der zu reinigenden Stelle auf, arbeite es ggf. mit einer Bürste oder Schwamm ein und reinige die Stelle mit einem nassen Tuch. Hiermit kannst du übrigens auch super deine Spüle, Fliesenspiegel oder das Bad reinigen und das ganz ohne aggressive Chemikalien.



Trick 2: habe keine sichtbaren Messer

Und entferne Konflikte im Haushalt



Ja, natürlich können wir in der Küche und im Feng Shui auch unsere Stimmung beeinflussen! Wäre ja langweilig wenn nicht, oder?

Und ein absoluter Stimmungskiller sind sichtbare Messer, Messerblöcke oder sonstige herumliegende scharfe Gegenstände. Deshalb lautet der zweite Feng Shui Kitchen Trick:

Verstaue alle Messer und scharfen Gegenstände.

Messer und scharfe Gegenstände versprühen eine aggressive Energie. Das heißt, wenn sie sichtbar sind und in deinem Raum für Grenzen setzen, Erfolg, Gesundheit und Selbstwirksamkeit stehen, boxt du dir diese Grenzen und deinen Erfolg nur durch. Grenzen und Erfolg entstehen nicht aus guten Gründen, sondern durch Aggressivität. Vielleicht gibt es sogar viel Streit in deinem Haushalt oder immer untergründige Kämpfe, dein Leben ist anstrengend, auch gesundheitlich.

Räume also nun in deiner Küche alle Messer und scharfen Gegenstände in Schränke oder Schubladen und entferne einen Messerblock, falls du ihn hast. Behalte das auch nach dem Kochen immer bei.

Damit verwendest du die dynamische Energie, lässt sie aber nicht in aggressive Konflikte kippen. Du rettest also förmlich die Stimmung in deinem Haushalt mit diesem Trick.



Hack für deine Natural Low Tox Kitchen

Finde zurück zur Natur und lasse die Energie in deinem Zuhause wieder frei fließen, indem du natürliche Produkte in deinem Haushalt verwendest. Chemie ist ein Qi-Killer, denn sie stört den natürlichen Energiefluss und auch deine Gesundheit. Tue dir und deiner Energie etwas Gutes, indem du z.B. auf diese Produkte wechselst:

Ätherisches Premiumöl Orange

Orangenöl ist ein kleines Stimmungswunder! Es wirkt Wunder auf deine emotionalen und kognitiven Prozesse. Wenn also alle Messer weggeräumt sind, kannst du dir & deinem Raum hiermit noch einen extra Boost geben. Orange wirkt dabei stimmungsaufhellend, entspannend und Angstlösend. Es erhöht deine Konzentration und Kreativität sowie deine Lernfähigkeit. Perfekt also um beim Kochen zu entspannen, das Leben zu genießen und neue Rezepte zu kreieren.



Adobe Mist Ultrasonic Diffusor

Stelle in deiner Küche einen Diffusor auf und vernebele so ganz einfach deine Lieblingsdüfte, z.B. die Orange! Mit diesem hochwertigen Diffusor aus Keramik und medizinischem Plastik bist du stylisch und sicher in der Anwendung deiner ätherischen Öle.

Extra Tipp: Mit YoungLiving Purification® im Diffusor wirst du auch ganz schnell Essensgerüche wieder los!



Trick 3: fülle deine Vorräte & Kühlschrank

Und lass den Reichtum in dein Leben



Der Kühlschrank und unsere Vorräte stehen im Feng Shui für unsere Fülle im Leben und damit unseren Reichtum. Hier ist das nahrhafte Essen verstaut, was uns stärkt. Dieses Essen hilft unserer Gesundheit und unserem Leben. Deshalb lautet der dritte Feng Shui Kitchen Trick:

Fülle deinen Kühlschrank & Vorräte gut und lass hier das Qi wieder fließen.

Wir haben hier nämlich jetzt einen Punkt, wo es auf das gute Mittelmaß ankommt. Ein Kühl- und Vorratsschrank kann in beide Richtungen, egal ob zu voll oder zu leer, auf einen Mangel hinweisen. Ein leerer Kühl- und Vorratsschrank zeigt dir immer, nicht genug zu haben. Du spürst den Mangel und kannst nicht richtig für dich sorgen, weil du nichts zum Kochen da hast und dann doch die Pizza bestellst. In einem zu vollen Kühl- und Vorratsschrank kann das Qi aber auch nicht mehr fließen, um mehr Fülle ins Leben zu tragen. Es zeigt deine Angst, dass dir etwas passieren könnte, wovor du dich schützt und blockiert deine Energie und Gesundheit.

Schau einmal, wo deine Vorräte in diesen Bereichen stehen. Hast du genug da, um für dich und deine Familie zu kochen? Kann auch spontan mal jemand zu Besuch kommen und mit euch essen? Könntest du vielleicht auch Wochen überleben und bist aufs Schlimmste vorbereitet? Findest du noch alles in deinem Kühlschrank und kannst auch nach dem Einkaufen alles entspannt verstauen?



Trick 3: fülle deine Vorräte & Kühlschrank

Und lass den Reichtum in dein Leben



Daran anlehnend ist dieser Trick nun in zwei Phasen aufgeteilt. Gehe am besten beide für dich durch und lasse so den Reichtum in dein Leben:

Entferne nun zuerst alles in deinem Kühl- und Vorratsschrank, was dein Qi blockiert:

- Lebensmittel, die nicht mehr zu dem passen, was du isst,
- alte Soßen und Vorräte, die du gar nicht magst,
- abgelaufene Lebensmittel, die du nicht mehr verwenden wirst und
- auch ein "zu viel" an Vorräten, was deinen Fluss stört (kann ja vielleicht in den Keller und dann erstmal nicht mehr kaufen).

Fülle dann deine Vorräte gut auf mit Lebensmitteln, die für dich gesund sind und zu deiner Ernährung passen.



Hack für deine Natural Low Tox Kitchen

Finde zurück zur Natur und lasse die Energie in deinem Zuhause wieder frei fließen, indem du natürliche Produkte in deinem Haushalt verwendest. Chemie ist ein Qi-Killer, denn sie stört den natürlichen Energiefluss und auch deine Gesundheit. Tue dir und deiner Energie etwas Gutes, indem du z.B. auf diese Produkte wechselst:

Ätherisches Premiumöl Zitrone

Das Zitronenöl ist ein echter Allrounder rund ums Lösen von Rückständen und Toxinen. Daher eignet es sich wunderbar als natürliche Alternative, um dein Obst und Gemüse zu reinigen und von all den Dingen zu befreien, die du nicht mitessen möchtest. Nimm ein paar Tropfen und gebe sie direkt in deiner Spüle ins Wasser. Lege dann dein frisches Obst und Gemüse hinein und lasse es ca. 10 Minuten einwirken. Anschließend frisch abbrausen & toxisch genießen.



Thieves® Fruit & Veggie Soak

Eine Nummer drauf setzt noch die Thieves® Fruit & Veggie Soak, ein toxischfreier Reiniger extra für Obst und Gemüse. Dieser Reiniger ist lange haltbar und hat eine starke Formulierung mit mehreren ätherischen Ölen, die dein Obst & Gemüse gründlich reinigen. Gebe ebenfalls eine kleine Menge in das Wasser direkt in deiner Spüle und wasche dein Obst und Gemüse gründlich sauber. Davon profitiert deine Gesundheit enorm.



Trick 4: habe nur Geschirr, das ganz ist

Und nimm dich & deine Gesundheit ernst



Nachdem wir uns die Vorratsschränke angesehen haben: Was ist mit den restlichen Dingen in unserer Küche? Hier setzt der vierte Feng Shui Kitchen Trick an:

Habe nur Geschirr, das du magst und ganz ist.

Unser Geschirr, die Teller und Schüsseln, Tassen und Gläser sind unsere direkten Hilfsmittel dafür, dass wir unser Essen zu uns nehmen können. Damit haben sie auch einen direkten Bezug zu unserer Gesundheit. Kaputtes Geschirr steht dabei auch für Krankheit und ein Geschirr, was dir nicht gefällt, gibt dir bei jedem Essen ein unwohles Bauchgefühl. Wie soll man da gut verdauen können?

Schau nun also dein Geschirr durch und miste alles aus, was angeschlagen oder kaputt ist und auch das, was du selber gar nicht magst.

Damit boostest du deine Gesundheits-Energie und stärkst dein Selbstvertrauen. Du kannst nun jedes Essen wirklich glücklich zu dir nehmen.



Hack für deine Natural Low Tox Kitchen

Finde zurück zur Natur und lasse die Energie in deinem Zuhause wieder frei fließen, indem du natürliche Produkte in deinem Haushalt verwendest. Chemie ist ein Qi-Killer, denn sie stört den natürlichen Energiefluss und auch deine Gesundheit. Tue dir und deiner Energie etwas Gutes, indem du z.B. auf diese Produkte wechselst:

Thieves® Spülmittel

Wie du dein Geschirr sauber machst, entscheidet essentiell darüber, was du bei der nächsten Mahlzeit mitisst. Gönn dir deshalb, die Chemie besonders an dieser Stelle rauszustreichen und entscheide dich für natürliches Spülmittel. Damit kannst du dich wirklich entspannt zurücklehnen, weil du für deine Gesundheit gesorgt hast. Das merkst du schon an deiner Haut, deren Barriere nach dem Spülen nicht gestört ist.



Thieves® Dishwasher Tablets

Das gleiche gilt auch für deine Spülmaschine: Verwende hier nur natürliche Reinigungstabs, da deine Spülmaschinenprodukte immer Rückstände auf den Tellern hinterlassen. Die Thieves® Dishwasher Tablets sind dabei deine plastikfreie, pflanzliche Reinigungslösung und bieten dir ein glänzendes Ergebnis.

Extra Tipp: nutze zusätzlich 1 EL weißen Haushaltsessig oder Apfelessig im Klarspülerfach & ersetze so noch mehr Chemie!



Trick 5: habe eine freie Arbeitsfläche

Und lass deine Energie wieder fließen



Wow wenn du bis hierhin gekommen bist, hast du schon einiges in deiner Küche bewegt! Jetzt ist es für dich noch wichtig, dass die Energie im ganzen Raum frei fließen kann und deine Küche immer bereit ist zum darin arbeiten. Deshalb lautet der fünfte Feng Shui Kitchen Trick:

Halte deine Arbeitsfläche sauber und frei.

Deine Arbeitsfläche, also alle Oberflächen in der Küche sind dazu gebraucht, dass du hier wirklich arbeiten kannst. Nur wenn die Energie hier fließen kann, hast du überhaupt den Raum, Essen zuzubereiten und für dich zu sorgen. Eine vollgestellte Arbeitsfläche hindert das Qi daran zu fließen und du bist in deiner Gesundheit, deinem Beruf und deinem Selbstwert blockiert. Und du bist auch ganz praktisch blockiert und hast keine Leichtigkeit dabei, für dich zu sorgen.

Räume deshalb nun deine Arbeitsfläche auf und wische sie ab. Entferne auch alles von deiner Arbeitsfläche, was du nicht min. 1x in der Woche benutzt.

Du musst keine komplett leere Arbeitsplatte haben, es dürfen Geräte und Dinge stehen bleiben, die du verwendest oder auch z.B. eine Obstschale. Wenn bei dir aber wenig Platz zum Kochen übrig bleibt, reduziere etwas. Lose Dinge wie Ölflaschen kannst du auch z.B. in einer Schale gruppieren, das wirkt optisch ruhiger.



Hack für deine Natural Low Tox Kitchen

Finde zurück zur Natur und lasse die Energie in deinem Zuhause wieder frei fließen, indem du natürliche Produkte in deinem Haushalt verwendest. Chemie ist ein Qi-Killer, denn sie stört den natürlichen Energiefluss und auch deine Gesundheit. Tue dir und deiner Energie etwas Gutes, indem du z.B. auf diese Produkte wechselst:

Thieves® Haushaltsreiniger

Der einzige Reiniger, den du in deinem low tox Haushalt noch brauchst. Dieser Reiniger arbeitet mit der Kraft von Young Livings Thieves® Ölmischung und hilft dir so ganz ohne Chemie deine Küche & Arbeitsplatte zu reinigen. Hiermit kannst du wirklich alles reinigen, von Arbeitsplatte über Kochfeld und Spüle bis zum Esstisch. Eine kleine Menge vom Konzentrat kannst du dir mit Wasser in einer Sprühflasche fertig vorbereiten, um immer einsatzbereit zu sein.



Thieves® Multipurpose Wipes

Und um es noch einfacher zu machen: Thieves® Multipurpose Wipes sind bereits fertige Wischtücher mit einer reinigenden Mischung ätherischer Öle, die dir bei schnell für alle Zwecke zur Verfügung stehen. Sie reinigen effektiv und sanft, sowohl zu deiner Küche als auch deinen Händen.



BONUS

DIY Rezepte für deine Natural Low Tox Kitchen



DIY Rezept für Spülmaschinenpulver



So machst du dir ganz einfach dein natürliches chemiefreies Spülmaschinenpulver selbst:

Zutaten:

- 200g Natron
- 100g pulverisierte Zitronensäure
- 100g grobes Salz oder Spülmaschinensalz
- 50 Maisstärke
- 3–5 Tropfen ätherisches Zitronenöl
- 3–5 Tropfen ätherische Ölmischung Thieves®

& so geht's:

Mische alle Zutaten in einer Schüssel zusammen. Füge anschließend die Tropfen ätherisches Öl hinzu. Die ausgewählten ätherischen Öle wirken antibakteriell sowie fettlösend und reinigend.

Verwende 1-2 TL direkt im Spülmittelfach pro Spülgang.

Aufbewahren kannst du das Pulver z.B. in einem leeren Einmachglas. Nicht für Alu, Kupfer oder empfindliche Beschichtungen einsetzen.



DIY Rezept für Desinfektionsspray



So machst du dir ganz einfach dein natürliches chemiefreies Desinfektions- und Reinigungsspray selbst:

Zutaten:

- 100ml destilliertes Wasser
- 1TL geruchsneutraler Alkohol (z.B. Vodka)
- 10 Tropfen ätherische Ölmischung Thieves®
- 3 Tropfen ätherisches Zitronenöl

& so geht's:

Mische alle Zutaten in einer Sprühflasche aus Glas. Fertig!

Verwende dieses Spray direkt auf der zu reinigenden Stelle, z.B. deiner Arbeitsfläche, Herdplatte, im Kühlschrank oder Spüle und reinige sie dann mit einem nassen Tuch.

Verwende dieses Spray auch als direktes Desinfektionsspray auf der Arbeitsfläche, Spüle, im Kühlschrank oder auf deinen Händen. Es dient auch zur Duftneutralisierung und Desinfektion der Luft, wenn du es in den Raum sprühst.

Vor Gebrauch gut schütteln.



DANKE!

Danke für dein Vertrauen in meine Worte und Beratung.
Berichte mir gerne von deinen Erfahrungen. Ich
wünschen dir ganz viel Leichtigkeit, Gesundheit & Erfolg!

Du möchtest jetzt ganz genau in dein Zuhause schauen? Gerne berate ich dich auch persönlich für dein Natural Feng Shui Zuhause und betreue dich 1:1 auf deinem Weg. Melde dich gerne bei mir, wenn du noch Fragen hast oder ich dich begleiten darf.

Du hast noch keine ätherischen Öle & möchtest du natürlichen Produkte aus diesem Guide in dein Zuhause einziehen lassen?

Melde dich gerne über meine Member ID #40899734
bei YoungLiving an und erhalte mindestens 24% Rabatt sowie mich als persönliche Ansprechpartnerin.

Deine **Vanessa**

@vanessas.fengshui vanessafengshui.de

