



Mint

BDĚLÁ PŘÍTOMNOST
RESPEKT
INTUICE
NÁDECH ŽIVOTA



PRO TĚLO

- » působí na bolesti hlavy, migrénu, závratě, kinetózu
- » mírní bolesti zubů, osvěžuje dech
- » pomáhá u zažívacích problémech – nevolnost, nadýmání, průjemy, žaludeční problémy, pálení žáhy, břišní kolika, zvracení
- » podporuje dýchací systém – nachlazení, chřipka, onemocnění dutin, bronchitida, kašel, astma
- » je prospěšná při přehřátí a horečce, podporuje pocení
- » probouzí a aktivuje nervy i mozek, používá se u nervových poruch, neuralgie, zánětů nervů
- » podporuje vykašlávání hlenů

PRO DUŠI

- » probouzí intuici, sebedůvěru, stabilitu a naději
- » podporuje vědomou mysl
- » napomáhá zpracovat a přijmout nové myšlenky a dojmy, i ty, jež považujeme za těžko akceptovatelné

PŮSOBENÍ

- analgetické
- antiseptické
- stimulační
- uvolňující (křeče)
- protihorečnaté

PRO PSYCHIKU

- » má vliv na psychickou únavu, slabost, vyčerpání
- » uvolňuje nahromaděné napětí – emoční přetlaky a bolesti
- » dodává povzbuzení a inspiraci
- » pročišťuje mysl, aktivuje pozornost, soustředění a paměť
- » zlepšuje náladu, odlehčuje při stresu, nabízí úlevu a nadhled
- » podporuje psychickou stabilitu, zklidňuje nervozitu
- » navrácí nás do přítomnosti – v případě šoku, úleku, „vyraženého dechu“, ztráty vědomí, mdlob...

KOSMETICKÉ POUŽITÍ

- » u dermatitidy zmírňuje svědění
- » ochlazuje – aktivuje chladové receptory
- » má hojivý účinek na akné, záněty pokožky
- » působí jako tonikum, osvěžuje

OBRAZ ESENCE

Máta je esence bdělé přítomnosti, čistého směru a svobody „tady a teď“! Svou svěžestí a čistotou střeží přirozený pocit klidu a volnosti v našem emočním centru. „Očistný vánek“ nedovolí usazování nánosů emocí v těžkých situacích a pomáhá nám mnohé si uvědomit, prodýchat, zvědomit a „strávit“. Máta přináší volný nádech, kdy se nám do těla – v místě solar plexu – navrací odvaha i síla přirozeně se projevit a volně komunikovat. Vydat se svou cestou.

Množství nahromaděných a neprojevených emocí může způsobovat problémy s trávením, nemoci dýchacích cest a také přetlaky v hlavě, často migrény. Kapka máty vetřená do místa přetlaku – spánky, zátylek, žaludek, případně inhalace esence, přinese téměř okamžitý pocit úlevy. Jako když dokořán otevřete okno v dlouho nevětrané místnosti, odhodíte zátěž ze svých ramen a konečně se volně nadechnete... Máta peprná svým talentem uvolňuje a čistí 3. čakru, uvolňuje a otevírá průchod přes 5. čakru, do centra naší osvobozené intuice (oblast třetího oka, 6. čakra).

Mnozí důvěrně známe drtivé pokyny typu „MUSÍŠ!“ „NESMÍŠ!“ a také ten tíživý pocit, kdy se stáhne žaludek, a malý i velký člověk má chuť se schoulit do klubíčka a nejlépe zmizet ze světa. A právě máta peprná vstoupí do našeho vnitřního prostředí a odvalí tíživé balvany z našeho nitra. Udělá bezpečný a čistý prostor svobodnému nádechu bez manipulace a omezení. Řekne jednoduše: „MŮŽEŠ!“... Volně dýchej a užívej radostí života!



Obecný název

Máta peprná



Část rostliny: list a stoněk

Extrakce: parní destilace

Kvalita: terapeutická

Přírodní ingredience: 100 %

Konzervace: bez konzervace

Vůně: čerstvá, svěží, pronikavá, chladivá, čistá

Element: Země a Dřevo

Energie: chladná a suchá



Botanický název: Mentha piperita

Země původu: Indie



Klíčové účinné látky: Menthol, Menthone, Limonene, Pulegone, 1,8-Cineole, Piperitone, Caryophyllene, Viridiflorol, Bisabolene, Isomenthone, Isomenthol, α - and β -Pinenes, Neomenthol, Ledol, d-Trans-Sabinene Hydrate



ZPŮSOBY POUŽITÍ

Inhalace: 2–3 kapky do difuzéru nebo odpařovače.

Masáže a aplikace na kůži: 1–2 kapky smícháme s 20 ml rostlinného oleje. **Nedoporučuje se používat k ošetření obličeje.**

Koupele: Esenci je nutné vždy nejdříve rozmíchat v emulgátoru (rostlinný olej, vysokoprocenní smetana nebo kterýkoliv z terapeutických krémů Pentagramu®) a poté přidat do vody. Pro zvýšení účinku lze obohatit koupelovou solí Biotermal. Doba koupele 20 minut.

– **dávkování pro celotělové koupele:** 3–4 kapky rozmíchat s 20 ml oleje, 150 ml smetany nebo 1 lžící terapeutického krému. Přidáme do vany s teplou vodou.

– **dávkování pro koupele nohou:** 2–3 kapky rozmíchat s 15 ml oleje, 75 ml smetany nebo 1 vrchovatou lžičkou terapeutického krému. Přidáme do nádoby s teplou vodou, které by mělo být tolik, aby dosáhla nad kotníky. Lázeň působí přes reflexní plochy a body na chodidlech.



KOMBINACE S PRODUKTY ENERGY

Regalen – zklidnění a urovnání trávení, nadýmání, pálení žáhy, bolest žaludku

Gynex – snížení chuti k jídlu a na sladké

Stimaral – duševní bdělost, zlepšení pozornosti a koncentrace, cestovní nevolnost, pozvednutí nálady, omezení únavy, při zkoušce, posílení paměti

Drags Immun – snížení horečky

Grepofity – při rýmě a nachlazení (inhalace)

Artrin – revmatické bolesti horkých/teplých kloubů, záněty šlach, unavené svaly, bolest hlavy

Protektin – svrbící pokožka, plísňové infekce – velice opatrně, 1 kapka

Ruticelit – bolest hlavy – 1 kapka natřít do zátylku a na spánky (pozor na podráždění očí), snížení horečky – 1–2 kapky aplikovat na končetiny a páteř