

[Projekte](#) [Menschen](#) [Heilung](#) [Herzlichter](#) [Impulse](#) [Kolumne](#)

[Lichtübung](#) [Zeitqualität](#) [Blitzlichter](#)

[Home](#) > [Heilung](#) > Helenas Rettung – Pfefferminzduft vertreibt Kopfschmerzen

Helenas Rettung – Pfefferminzduft vertreibt Kopfschmerzen

Gastbeitrag, 11. Februar 2017 — Keine Kommentare ↓

Maria L. Schasteen führt uns in ihrem Buch „Duftmedizin“ in eine faszinierende und zugleich unsichtbare Welt ein. In loser Abfolge werden wir hier einige Geschichten veröffentlichen, die zeigen, was diese unsichtbare Welt der Düfte und ätherischen Öle bewirken kann.



Helenas Rettung – Wie Pfefferminzduft Migräne vertreibt

Helena ist die Marketing-Direktorin einer bekannten Werbeagentur. Sie ist sehr erfolgreich, doch sie hat ein Problem. Jeden Morgen hat sie beim Aufstehen starke Kopfschmerzen, und der Weg zur Arbeit ist eine richtige Qual für sie.

Als Repräsentantin ihrer Werbebranche muss sie als Hauptverantwortliche kreative Werbespots gestalten und mitreißende Präsentationen abhalten. Doch wie soll das gehen, wenn sie sich nicht konzentrieren kann. Diese Kopfschmerzen befallen sie überfallartig, dauern eine Stunde an, bevor sie dann plötzlich wieder nachlassen. Doch Helena fühlt sich nach so einer Attacke die nächsten drei Stunden lang außer Gefecht gesetzt. Sie ist energielos und nicht imstande, ihre Arbeit ef-

fektiv vorzubereiten oder gar angeregte Kundengespräche zu führen.

Als Helena einmal in das Büro ihrer Kollegin kam, bemerkte sie einen unglaublich erfrischenden Duft, der sie so erstaunte, dass sie zuerst einmal ihre Frage, weshalb sie hierher gekommen war, vollkommen vergaß. Sie fragte: „Sag mal, ist das Pfefferminze, das hier so gut duftet?“ „Ja, gefällt es dir?“, erwiderte die Kollegin lächelnd. „Ich habe seit Wochen Kopfschmerzattacken. Langsam weiß ich nicht mehr, was ich tun soll. Bei dir lässt es sich aber gut aushalten. Wie machst du das, dass es hier so gut duftet?“

„Ich verwende einen Diffuser mit Pfefferminzöl“, erklärte die Kollegin und deutete auf ein rundes Gerät, das vor sich hin summte und wohlriechenden Duft in den Raum blies. „Der Diffuser vernebelt das Öl in die Luft, und man spürt den Unterschied sofort. Meine Kopfschmerzattacken, unter denen ich monatelang gelitten habe, sind jetzt vollkommen verschwunden.“ Sie zog das Pfefferminz-Ölfläschchen, das ihr Heilpraktiker ihr gegeben hatte, aus ihrer Westentasche und hielt es Helena zum Riechen hin. „Immer, wenn ich das nehme, sind meine Kopfschmerzen im Nu weg. Gehe unbedingt auch zu meinem Heilpraktiker. In der Zwischenzeit probiere das Pfefferminzöl einmal aus“, empfahl die Kollegin.

Nachdem sich Helena einen Tropfen Pfefferminzöl auf die Stirn gerieben hatte, rief sie erstaunt aus: „Diese kühle Brise macht den Kopf im Nu klar! Das ist ja unglaublich!“ Sofort rief Helena diesen Heilpraktiker an. Das Gespräch am Telefon klang sehr vielversprechend. „Solange wir die Ursachen noch nicht gefunden haben“, sagte der Heilpraktiker zu Helena, „tragen Sie einen Tropfen Pfefferminzöl auf Stirn, Schläfen und Nacken auf. Das wird Ihnen guttun.“ Helena probierte es gleich aus. Sofort spürte sie wieder die kühle Brise, die den Kopf entlastete und die Gedanken klärte. Das erinnerte sie an dasselbe Gefühl, das sie überfiel, als sie im Büro ihrer Kollegin war.

Plötzlich brach sie in Tränen aus. Die Sorgen um ihre alte Mutter kamen ihr wieder in den Sinn, die sie ständig zu verdrängen versucht hatte. Die Mutter war neunzig und konnte immer weniger für sich selbst sorgen, aber sie weigerte sich

strikt, fremde Hilfe anzunehmen oder gar ins Altersheim zu gehen. Sie erwartete, dass Helena, ihre einzige Tochter, pflichtbewusst ihre Betreuung übernahm, was ihr bei ihrem anspruchsvollen Beruf aber nicht möglich war. Waren diese Sorgen also die Ursache für ihre Kopfschmerzen?

Als Helena hoffnungsvoll und mit neuem Mut vom Heilpraktiker heimging, machte sie Pläne, wie sie ihrer Mutter am besten helfen und trotzdem ihren Job ungehindert ausführen könnte. Sie organisierte eine persönliche Pflegerin, so dass ihre Mutter zu Hause gut versorgt war, und plante regelmäßige Besuchstermine bei ihrer Mutter ein. Der Druck in ihrem Kopf ließ immer mehr nach, und nach einer Weile war er ganz verschwunden.

Aber ihr Pfefferminz-Ölfläschchen wollte sie nie mehr missen. Sie hatte es von diesem Zeitpunkt an immer dabei. Sie verwendete Pfefferminzöl vorbeugend, etwa vor einer großen Präsentation, um einen klaren Kopf zu haben. Sie rieb sich einen kühlenden Tropfen in den Nacken, wenn sie spät abends von der Arbeit heimfuhr, um wach zu bleiben. Auf ihrem Schreibtisch hatte sie jetzt einen Diffuser stehen, der das Pfefferminzöl in ihre Arbeitsräume duftete. Ihre Kollegen äußerten sich lobend über die angenehm erfrischende Raumlufte. Eine Kollegin schmunzelte, denn sie kannte die Vorzüge des Pfefferminzöls. Und wenn es einmal richtig heiß war, kühlte sich Helena damit die Stirn. „Ich könnte nie mehr ohne mein Pfefferminzöl sein!“, war ihre Überzeugung.

Diese Geschichte zeigt dir zwei Dinge: Erstens gewann Helena durch den Einsatz von ätherischen Ölen Erleichterung und zweitens brachte sie diese Erleichterung zur Ursache ihres Problems. Ätherische Öle können auf vielen Ebenen aktiv werden, was mit bloßem Auge nicht gleich erkennbar ist.

Hintergrund: Wie ätherische Öle unsere Beschwerden lindern

Du, ich und alle anderen Menschen, wir leben in einer Welt voll von Problemen und Herausforderungen, die physischer, emotionaler oder mentaler Natur sind. Also müssen wir aufstehen und der Welt begegnen. Unser Leben könnte so schön sein, doch oft ist es von den Auswirkungen anscheinend unüberwindbarer Konflikte überschattet. Unser Körper hat ein

bestimmtes Programm auf seiner Festplatte – wie ein Computer – und führt dieses Programm, das wir darauf geschrieben haben, immer wieder perfekt aus. Jetzt stelle dir vor, wir schreiben ein falsches Programm auf eine Festplatte. Diese führt unsere Programme und unsere Befehle aus. Was ist jetzt falsch? Die Festplatte und der menschliche Körper, der das Programm ordnungsgemäß ausführt? Oder sind es nur unsere Gedankenimpulse, die für die Fehlprogrammierung verantwortlich sind?

Wie wäre es, wenn ich dir einen Weg zeigen könnte, diese Fehlprogramme zu beseitigen, die Festplatte zu reinigen und neue, gewünschte Programme zu installieren? Diese faszinierende Möglichkeit will ich dir anhand von Heilgeschichten vorstellen.

Weiterführende Im-

formationen: Das Buch „Duftmedizin“ ➔ entwickelt die uralte Aromatherapie weiter zu einem neuen Ansatz des energetischen Heilens. Pflanzendüfte wirken nicht nur angenehm oder beruhigend, sie verbessern nicht nur die Raumatmosphäre, sondern sie können, wissend eingesetzt, eine nachhaltig heilsame Wirkung ausüben.



Maria L. Schasteen

Maria Schasteen, aufbauend auf einer jahrzehntelangen Erfahrung als Aromatherapeutin, weist den Weg in einen neuen Heilungskosmos, der bisher ungekannte Möglichkeiten für eine alternative Energiemedizin aufzeigt.

Die „Duft-Medizin“ öffnet ein Tor in seelische Innenwelten, in denen auf eine wunderbare, bisher noch nicht erschlossene Weise Heilung erfolgen kann!

pinnen ↗ 0

teilen ↗ 0

mitteilen 0

flattr ↗ 0

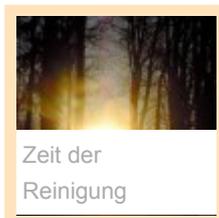
e-mail

drucken



[Heilung](#) [Gesundheit](#) [news](#) [Wissen](#)

Dir könnten auch folgende Artikel gefallen:



[‹ Just dance for LOVE](#)

[Lichtung ›](#)

Schreibe einen Kommentar

Deine E-Mail-Adresse wird nicht veröffentlicht. Erforderliche Felder sind mit * markiert.

Kommentar

Name *

E-Mail *

Webseite

Anmelden für den Newsletter.

Kommentar abschicken

Dein Kommentar wird nach der Prüfung freigeschaltet.

LICHTUNG

Ein Optimist ist jemand der weiß, daß ein Schritt zurück nach einem Schritt vorwärts keine Katastrophe ist, sondern ein Cha-Cha-Cha!

Robert Brault



Foto: Sabrina Gundert

SUCHE

INTERAKTION

Gute Nachrichten teilen

BLITZLICHTER

20.03.2017 um 07:03 Uhr

Gekaufte Studien

Gut zu wissen: Der Streit über Glyphosat geht mit angeblich neuen Studienergebnissen weiter. Wirtschaftsprofessor Christian Kreiß hält den Fall für ein Musterbeispiel, wie Konzerne Studien manipulieren und Forscher kaufen.

[Mehr bei Welt-Online.](#) ↗



17.03.2017 um 09:03 Uhr

Solidarische Landwirtschaft in Wien

Ouvertura sucht nun 80 Menschen, Mit-Pionier*innen, Neugierige, Ausprobierer*innen und Schleckermäuler. 80 Menschen, die mit uns aus den Startlöchern springen wollen, und sich mit einem Pionier-Ernteanteil beteiligen möchten. [Hier mehr.](#) ↗



17.03.2017 um 09:03 Uhr

Wir sind umgezogen

Nach vielen Monaten des Ruckelns und Zuckeln vor allem im Hintergrund, haben die newslichter über Nacht einen neuen Server bei [netcup](#) ↗ bezogen. Endlich wieder volle Power und guter Support! Falls doch noch was gerade nicht klappt – wir arbeiten dran! Danke dem Webhelden Rolf Ahlborn für seinen umer-

müdliehen Einsatz für die gu-
ten Nachrichten!



→ **Ältere Blitzlichter**

LICHTBLICK UND NEWSLICHTER

Zu Ökostrom oder Gas bei
LichtBlick wechseln und da-
mit die newslichter unterstüt-
zen. Für jeden geworbenen
Neukunden spendet Licht-
Blick den guten Nachrichten
30 Euro. Einfach und schnell
über [diesen Link](#) zu Licht-
Blick wechseln. Der zertifi-
zierte LichtBlick-Strom
stammt zu 100 % aus erneu-
erbaren Quellen aus
Deutschland. Wer zu Licht-
Blick wechselt, schützt nicht
nur Klima und Umwelt, son-
dern kann auf faire Konditio-
nen und ausgezeichneten
Kundenservice vertrauen.



↗

SCHLAGWÖRTER

33 HQ **Aktion** Astrologie
Bewusstsein Buch
Film Freude Frieden

Gemeinschaft

Geschenke Geschichten

Gesundheit Glück

gute Geschichten **Kolumne**

Kreativität Kultur **Kunst**

Lachen lichtbild liebe

Meditation Musik

Nahrung **news**

newslichter One Billion Rising

Philosophie **Poesie**

Portrait reisen Rücklicht

Spirit Tod Urban Gardening Vegan

Video Vision

Weibliches Prinzip

Weihnachten **Wirtschaft**

Wissen zen Zukunft

Ökologie

PARTNER

Sie bilden das Netzwerk der guten Nachrichten: Die Partner der newslichter. Wir verzichten auf klassische Werbeformate, aber wir empfehlen bewusst ausgewählte Projekte und Unternehmen auf unserer [Partnerseite](#) ↗

Wollen Sie für 365 Tage Partner dieses starken Netzwerkes sein? Für nur einen Euro pro Tag sind sie dabei. [Hier Kontakt aufnehmen.](#)



JETZT EIN ABO!

Die newslichter sind frei zugänglich und wollen unabhängig von Werbung und journalistischen Zwängen ein neues Paradigma in der Me-

dienwelt begründen. Wenn viele Menschen einen kleinen Beitrag leisten, können wir viel bewegen.

SpendenaboKlassik

**SpendenaboPremiu
m**

PartnerAbo

Oder direkt einen Betrag Deiner Wahl spenden

newslichter Bettina Sahling

GLS Bank

IBAN: DE

26430609674049386600

BIC: GENO DE M 1 GLS

oder mit PayPal:



[Über Uns](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzerklärung](#)

[Kontaktformular](#)

[Unterstützer werden!](#)

[newslicht melden](#)

[RSS Feed Übersicht](#)

