



SET 16 – STRESS



Aurora Gold (10 ml)

Aurora Schisandra (10 ml)

Aurora Amethyst (10 ml)

Stress wirkt sich mental, emotional und körperlich aus. Daher muss mit den spagyrischen Tinkturen auch auf diesen Ebenen angesetzt werden. So können Sie wieder innere Ruhe finden, um Wege zu erkennen, die zu einem harmonischeren Leben führen.

Stress entsteht durch eine Überforderung und fehlende Annahme der selbst erlebten Realität. Daher muss bei der Stressbewältigung zum Einen erkannt werden, wie die Stressoren im Leben abgebaut werden können. Aber auch die Akzeptanz für sich selbst und das Leben sowie innere Zentriertheit führen zu einem entspannteren Alltag. Die Aurora Urtinkturen helfen bei diesem Prozess.

Aurora Gold – morgens 5-7 Tropfen

Gold wirkt aktivierend, bringt Klarheit und Bewusstsein, für das was einem gut tut. Es stärkt die Herzensenergie und bringt Zuversicht, dass das Leben wieder in geordnete Bahnen gelangen wird.

Aurora Schisandra – mittags 7-10 Tropfen

Bringt Fokus, Aufmerksamkeit und Konzentration, um in stressigen Situationen bei sich zu bleiben und zu erkennen, worauf das Bewusstsein gelenkt werden soll.

Aurora Amethyst – abends 5-7 Tropfen

Dieser Heilstein bringt Ruhe und Gelassenheit und führt zur inneren Mitte, zum eigenen Wesenskern. Er lässt erkennen, was einem gut tut und hilft loszulassen, was einen belastet und energetisch blockiert.