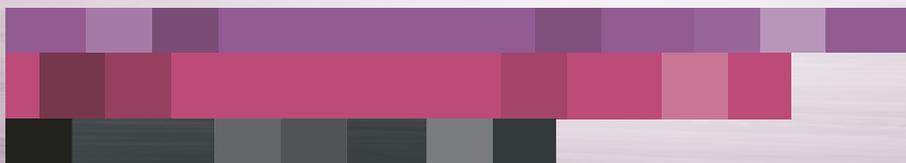




DAS MAJORANÖL  
EIGENSCHAFTEN - WIRKUNG - ANWENDUNG

HERAUSGEGEBEN VON PETER BAUMANN  
AETHERISCHE-OELE.NET





# DAS MAJORANÖL

Den Majoran kennen viele als Gewürz in der Küche.

Majoran wächst in allen Gegenden Europas.

Das Öl gewinnt man durch Destillation der oberen Abschnitte des blühenden Krautes.

Majoranöl ist muskelentspannend, antibakteriell, antifungal, blutdrucksenkend, verdauungsfördernd. Majoranöl hilft bei Kopfschmerzen, bei Menstruationsproblemen, bei Muskelschmerzen, bei Arthritis,

bei Infektionen, Nervenschmerzen, bei Rheumatismus. Majoranöl hellt die Stimmung auf und wirkt antidepressiv.



# MAJORANÖL

## Herkunft

Mittelmeerraum, Indien

## Duft

Grün, krautig, frisch und süß

## Herstellung

Wasserdampfdestillation des blühenden Krautes

Hundert Kilo ergeben 1 l Öl.

## Duft und Farbe des Öls

Das Öl duftet süßlich, krautig, sehr würzig und warm pfeffrig.

Es ist blass gelblich bis bernsteinfarbenes und normal flüssig.

## Duftbereich

Das Öl gehört zu den Kopf- und Herznoten.

## Wichtige Wirkstoffe dieses Öls

U.a. Geraniol, Linabol, Origanol, Terpinen, Pinen, Eugenol, Sabinen

Monoterpene bis zu 40 %

Sabinen bis zu 7 %

$\gamma$ -Terpinen bis zu 13 %

$\alpha$ -Terpinen bis zu 8 %



Limonen bis zu 4 %

Zahlreiche zusätzliche in Kleinstmengen.

## Monoterpen-Alkohole bis zu 45 %

$\alpha$ -Terpineol bis zu 7 %

Linabol bis zu 15 %

Terpinen- 4 -ol bis zu 20 %

Zusätzliche in Kleinstmengen.

## Aldehyde

Citral bis zu 5 %

## Affirmation

Ich lasse los und entspanne vollkommen.

# EIGENSCHAFTEN

## Wirkung auf die Psyche

Bringt Zuversicht und Mut

Hilft bei Kummer und seelische Leiden

Sorgen

Stabilisiert

Anaphrodisisch - Kann den Geschlechtstrieb dämpfen.

Gegen Unausgeglichenheit und Unruhe

Es wirkt beruhigend, entspannend und krampflösend.

## Körperliche Wirkungen dieses ätherischen Öles

Es wirkt krampflösend, es wirkt gegen Bakterien, lindert Schmerzen, entwässert den Körper, stärkt den Parasympathikus, es erweitert die Gefäße und erwärmt den Körper.

## Element

Wasser



# ANWENDUNGSBEISPIELE

## **Inhalation**

Eine andere Hilfe bei Einschlafschwierigkeiten ist ein Taschentuch, das Sie mit 1 Tropfen Majoran und 1 Tropfen Orange tränken und auf das Kopfkissen legen.

## **Gurgellösung**

Bei Soor, Zahnfleisch- oder anderen Entzündungen im Mund und Rachen hilft folgende Lösung:

Zutaten: 2 Tropfen Majoran mit etwas Essig mischen und dann in 250 ml Wasser geben. Umrühren und mehrmals gurgeln.

## **Körperöl**

Diese Ölmischung bringt Entspannung rundum.

Zutaten: 4 Tropfen Majoran, 2 Tropfen Lavendel und 2 Tropfen Geranie auf 2 EL Sesamöl

## **Badezusatz**

Bei Schlaflosigkeit und nervöser Erschöpfung empfiehlt sich diese Mischung für ein abendliches Bad.

Zutaten: 5 Tropfen Majoran, 2 Tropfen Orange und 3 Tropfen Lavendel auf 10 ml Sesamöl.

# WEITERE ANWENDUNGEN

## **Badezusatz**

Bei Schlaflosigkeit und nervöser Erschöpfung empfiehlt sich diese Mischung für ein abendliches Bad. Zutaten: 5 Tropfen Majoran, 2 Tropfen Orange und 3 Tropfen Lavendel auf 10 ml Sesamöl.

2 Tropfen Basilikumöl  
2 Tropfen Kamillenöl röm.  
3 Tropfen Majoranöl  
3 Tropfen Muskatellersalbeiöl  
2 Tropfen Fenchelsamenöl  
in 50 ml Trägeröl mischen.

Diese Mischung eignet sich übrigens auch als Badezusatz. Dann mischt man die ätherischen Öle aber nicht in Trägeröl, sondern in etwas Sahne.

## **Krampflösende Mischung**

Geben Sie in ein gutes Massageöl etwas Majoranöl, dies hilft Ihnen bei Bauchkrämpfen, bei Problemen mit der Verdauung oder gegen schmerzende Gelenke.

Damit zwei Mal pro Tag den Unterleib einmassieren.  
1 - 2 Tage vor der Regelblutung damit beginnen und dies dann 5 Tage lang durchführen.

## **In der Schwangerschaft**

Die erfahrene Hebamme weiß, dass sie mit einem majoranhaltigen Massageöl zu frühzeitig einsetzende Wehen wieder zum Abklingen bringen können. Die Wirkung beruht auf der entspannenden Wirkung dieses Öls auf die glatte Muskulatur.

## **PMS**

Eine Massageöl aus

Wem der Duft zu muffig ist, kann noch 2 Tropfen Bergamotteschalenöl beimischen.

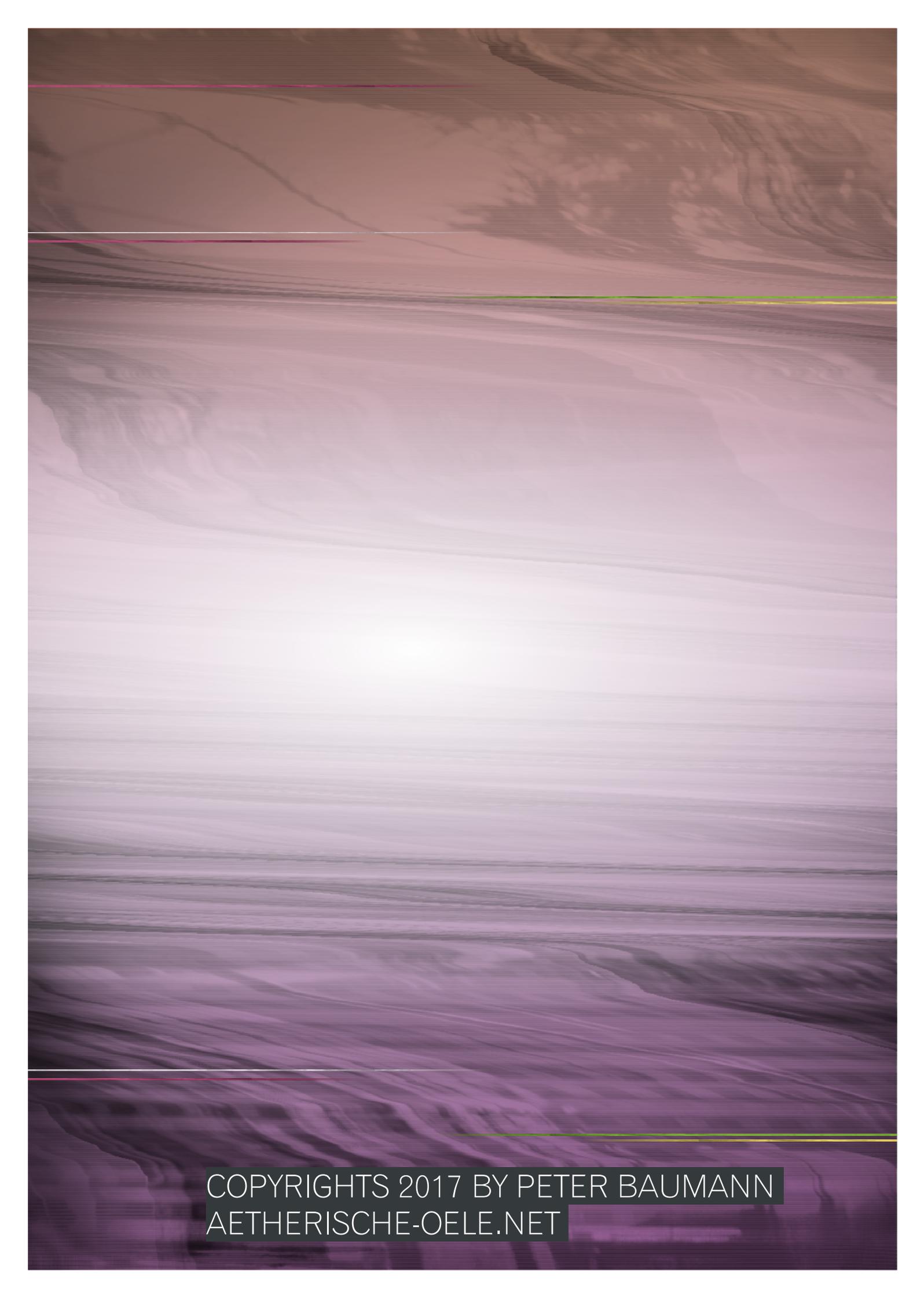
Während einer Schwangerschaft nicht anwenden!

Es können Kopfschmerzen bei Überdosierung auftreten!

Kontraindiziert bei Schwangerschaft. Toxisch bei langfristiger äußerlicher Anwendung in normaler Dosierung. Die Raumbeduftung / Duftlampe und Massage ist nicht bedenklich.

Majoranöl kann in normaler Dosierung sehr tief entspannen und zum völligen "Abschalten" führen. Daher ist das Öl sehr wertvoll, wenn das Nervensystem "überreizt", der Blutdruck hoch ist und eine Entspannung unmöglich erscheint (extremer Stress verbunden mit Appetitmangel und Ein-/Durchschlafproblemen). Als Einschlafhilfe kann Majoran intensive Träume zur Folge haben, die aber nicht sexuell sind.

Das Öl wirkt wärmend in Körperölen und im Vollbad.

An aerial photograph of sand dunes, rendered with a vertical color gradient from dark purple at the bottom to light pink at the top. The dunes' ridges and valleys are visible, creating a textured, wavy pattern. Several thin, horizontal lines in various colors (red, white, green) are overlaid on the image.

COPYRIGHTS 2017 BY PETER BAUMANN  
AETHERISCHE-OELE.NET