

Aphrodisierende Kräuter

Steaming ist nicht nur da, um Probleme zu unterstützen, sondern auch um zu genießen. Ein bis zwei Sinne anregende Kräuter kann man gut zu der normalen Kräutermischung hinzufügen. Wenn es ein starkes Kraut ist, nicht zu viel davon verwenden. Die Steaming Session soll sich einfach gut anfühlen und duften, der Seele und dem Körper schmeicheln.

Für Eros und Sexualität ist es schön, wenn die Kräuter inspirieren und anregen, befeuchten oder auch tief entspannen. Da können die Geschmäcker auseinander gehen und so kann jeder Mensch seinen Sinnen folgen und intuitiv wählen.

Nimm kein Kraut, dass Du nicht auch trinken würdest, also nichts giftiges oder zu starkes!!

Der Raum kann für diese spezielle Sitzung hergerichtet werden, die richtige Musik aufgelegt werden, Kerzen an, Duft in die Luft. Vielleicht magst Du ein besonders feines Kleidungsstück anziehen, einen hübschen Bademantel, Kimono oder nackt und frei sein. Sich mit einem schönen Körperöl liebevoll einölen, vorher oder nachher, kann ebenfalls ein schöner Teil des Ritual sein. Finde heraus, was dich verwöhnt, anregt und dir schmeichelt.

Es ist schön, wenn die Sinne auf verschiedenen Ebenen angesprochen werden.

Wir haben Euch ein paar unserer bevorzugten aphrodisierende, anregenden Kräuter hier mit aufgeführt.

Unsere Lieblingskräuter

Muskatellersalbei – ist anregend im Duft auf eine kräftige Art und Weise, duftet südländisch und nach Sonne

Eibisch und Haferstroh – befeuchten die Schleimhäute und beruhigen

Rose – umschmeichelt und duftet

Basilikum – ist anregend

Damiana – regt an und stärkt

Öl für den Raum: Sandelholz

