



## A szerelem ízei és azok a csábító illatok

### Vágyfokozók toplistája

**Avokádó:** fogyasztása energiát ad. Emellett tartalmaz termékenységet elősegítő E-vitamint, és egészséges, nem hizlaló zsírsavat.



**Bazsalikom:** szent növény, amelynek a hinduk beteljesedett szexuális életüket köszönték. A leveleiből préselt olaj, izgató hatású.

**Csili:** Csípősségének köszönhetően a test saját bódító anyagai felszabadulnak.

**Datolya:** Az arab világban azt tartják, -megsokszorozza a férfi magját-. Sok gyümölcscukrot tartalmaz, amely gyorsan ad energiát.

**Durian:** A kelet-ázsiai országokban az egyik legerősebb afrodisziákumként tartják számon. Hátránya, hogy a gyümölcs kellemetlen illatú.

**Füge:** igazi éltető gyümölcs. Frissen fogyasztva segít a takarékos erőkihasználásban és a koncentrációban.

**Halak és tenger gyümölcsei:** Értékes fehérjét és ásványi anyagokat tartalmaznak, mint például a vágykeltő cinket is.

**Kávé:** A központi idegrendszert stimulálja. Különösen hatásos, ha kardamonnal ízesítjük.

**Kaviár:** Fehérje- és ásványianyag-tartalma magas, ezenkívül (többek között az ára miatt is) erotikus mondák keringenek hatásáról.

**Csokoládé:** koffeint és teobromint tartalmaz. Mindkét anyag kedvfokozó, váagnövelő.

**Zeller:** C-vitamin és ásványianyag-tartalma miatt felébreszti a kókadt férfiakat.

**Vanília:** Az aromája gyengédségre serkent. Már az indiánok is használták e célból.

**Fahéj:** Olyan illóolajat tartalmaz, amely potencianövelő.





### Kardamomos kávéital

**Hozzávalók:** 1 pohárhoz: 1 teáskanál kakaóport keverjen el 1 ml tejjel, majd melegítse fel. Öntsön hozzá 100 ml kávé, 1-2 teáskanál mézet és egy csipetnyi kardamomot.

**Elkészítés:** A kávé és a kakaó klasszikus keveréke hangulatot teremt, a kardamom illóolajtartalma pedig erotizálóan hat.

### Joghurtos gyümölcsök

Nagyon egyszerűen elkészíthető: keverjen natúrjoghurtba friss gyümölcsöket (például kivit és ananászt). A sovány fehérje és a kiviben található sok C-vitamin együtt - hatásos. A friss ananász édes aromájával ad erőt és energiát.

### Csábító illatok

**Geránium:** támogatja az alkotóképességet, a kényelemérzetet, az egyensúlyt, a kedélyességet és a biztonságérzetet. Csökkenti a félelmet, a szélsőséges hangulatokat, a bizonytalanságot, az önbecsülés hiányát, az érzelmi túlzást, és általában az érzékenységet.

**Grépfrút:** elősegíti az érzelmi tisztaságot, az életerőt, a felfrissülést, az örömeket, a bizalmat, a határozottságot, az önkéntelenséget, az érzelmi megtisztulást. Enyhíti a függőséget, az önbizalom hiányát és az önkritikára való hajlamot.

**Narancs:** segíti a megtisztulást, az örömet, a testi energiát, az elégedettséget, a boldogságot és a helyes énképet.

**Fenyő:** támogatja a megbocsátást, az elfogadást, a testi energiát, a megértést, az osztozást, a reménykedést és a szeretet méltánylását.

**Szantál:** támogatja az elégedettséget, az örömet, a békességet, önmagunk tudatos értékelését, az önérzetet, az énképet, a kreativitást.

**Ilang-gilang:** támogatja a szexualitást, az érzékiséget, a pozitív érzelmeket, az egységet, az önbizalmat, a melegséget. Segít a neheztelésen, a féltékenységen, az önzésen, az önfejtésen, a csökkönösségen és a bizalmatlanságon.

