

## Verzorgende olie maken



Een potje goud.

In de winkel kun je allerlei soorten olie en zalfjes kopen, maar het is veel leuker om dit zelf te doen.

De goudbloem (*Calendula*) is hiervoor heel geschikt. Bovendien werkt dit verzachtend bij een wondje en kun je het ook lekker gebruiken in bad of bij als massageolie.

### Materiaal

- Olijf-, zonnebloem- of jojobaolie (te koop bij een natuurwinkel of supermarkt)
- Goudbloemen
- Glazen pot
- Oude, maar schone, (zak)doek
- Elastiek
- Goed afsluitbare fles, bij voorkeur met schroefdop

### Maken van goudbloemolie

1. Pluk de goudbloem aan het einde van een zonnige dag. Deze is dan een beetje uitgedroogd.
2. Doe de bloemtoppen in de glazen pot en giet er net zoveel olie over dat de bloemen helemaal onder de olie zitten.
3. Dek de pot af met een schone doek en maak deze met het elastiek vast.
4. Zet de pot in de zon.
5. Schud de pot iedere dag... Drie weken lang!
6. Giet de olie na deze drie weken door een zeef en bewaar het in een goed afgesloten fles.

Jouw zelfgemaakte olie is goed te gebruiken bij een geïrriteerde huid (bijvoorbeeld verzachtend bij zonnebrand en bij kleine wondjes).

Ook kun je de goudbloemolie gebruiken als badolie en massageolie. Dus leuk als cadeautje voor je moeder of oma.

### Pas op

Verwar Goudbloem niet met Tagetes-soorten.

Deze bloemen (onder meer Afrikaantjes) hebben andere eigenschappen en deze mogen **niet** inwendig worden gebruikt.

De meeste etherische oliën kunnen niet zonder risico ingenomen worden!

## Variaties

Je kunt niet alleen maar van goudsbloemen olie maken, er zijn ook heel veel andere bloemen waarvoor God een andere werking heeft bedacht. Hier een paar voorbeelden:

- Rozen: tegen slapeloosheid en vermoeidheid
- Kamille: verzachtend en ontstekingsremmend
- Rozemarijn: zorgt voor een goede doorbloeding

## Bijbelverzen

Olie als parfum:

*Geurige olie die het gelaat doet stralen*

**Psalm 104: 15**

Olie voor zieken:

*...en zalfden veel zieken met olie en genazen hen*

**Marcus 6: 13b** (Uitzending van de 12 leerlingen)

*Hij ging naar de gewonde man toe, goot olie en wijn over zijn wonden en verbond ze.*

**Lucas 10: 34** (Barmhartige Samaritaan)

In de Bijbel zijn nog veel meer verzen te vinden waar over olie wordt gesproken, dus ga op ontdekkingstocht en lees je Bijbel :-)

## Bronnen

Titelfoto: pixelio.de

Tekst:

- [www.natuurlijkerwijs.com/goudbloem](http://www.natuurlijkerwijs.com/goudbloem)
- [www.tuinieren.nl](http://www.tuinieren.nl)