

當生活給你檸檬

正所謂情人眼裡出西施，美是一種主觀感受，而檸檬的美亦是如此。有些人覺得檸檬外表亮麗可愛，香氣清爽怡人，但有些人覺得檸檬酸澀難耐，甚至還有苦味。久而久之，檸檬莫名其妙揹上了污名。例如在英語裡，一輛車經常出問題、小毛病不斷必須維修，被人戲稱為「檸檬車」；還有一句西方諺語常說：「當生活給你檸檬 (When life gives you lemons)」來形容生活中遇到的逆境像檸檬一樣酸澀。

但是，只要曾經和檸檬有過近距離接觸，端詳過它恰似陽光般的燦爛外表，聞過檸檬皮的淡雅清香或品嚐過它令人神清氣爽的味道，你一定會同意檸檬真是種神奇的水果！檸檬的功效強大、用途包羅萬象，烹飪、烘焙、保養品、清潔用品……，生活中方方面面都有它的身影。檸檬甚至還可以加在水裡，為飲水增添一抹清新。

檸檬的果肉、果汁和果皮用途不勝枚舉，但別忘了檸檬還能製造出精油。眾所周知，檸檬精油具有清潔功效，還能提振活力、讓精神煥然一新。用過檸檬精油的人都知道它的功效絕非浪得虛名，檸檬精油用途多達數十種，令人刮目相看，簡直就是液體黃金。

相互效力
合作計畫
- 檸檬





為什麼選擇義大利？

dōTERRA 檸檬精油的原料產自義大利最大的島嶼—西西里島。在義大利，經營檸檬果園不止是為了謀生，更是一種生活態度。dōTERRA 信賴種植檸檬的農人們以及世代經營製造檸檬精油的生產商所精心生產出純粹的檸檬精油。這些種檸檬、做精油的人們從父執輩的手中繼承了家傳技藝，而這份技術薪火相傳，歷經了不知多少歲月。對他們而言，檸檬的種植與加工是一門精湛的藝術，唯有憑藉一股熱忱和愛，唯有一心專注追求，才能締造大師之作。而這些家庭正是深諳檸檬之道的掌門人。

自 9 世紀以來，檸檬便成為西西里島歷史的一部分，千百年來，它一直是世界上最大的檸檬生產和出口地之一。大約在 19 世紀，醫生們發現檸檬對水手頗有益處，使得西西里島的檸檬生意蓬勃發展。幾個世紀以來，這裡生產的檸檬始終保持著自身的獨特優勢，這種優勢得自於得天獨厚的條件—白天炎熱、豔陽高照，夜晚寒涼，再加上肥沃的火山土，所以島上的檸檬擁有其他產地所沒有的獨特香氣。檸檬樹一年四季都能結果，通常每年能結出 600 磅（約 272 公斤）的檸檬果實。在西西里島，理想的生長環境讓檸檬樹欣欣向榮，果實可以長到如一個壘球的大小。



這裡生產檸檬精油的家庭不僅繼承了世代相傳的專業知識和傳統技術，也與時俱進，利用新興科技和方法製造出極致純粹的精油。一位精油生產者說：「在過去，我父親再加上 50 名男子花了一整季所做的工作，現在我們一天就能完成。品質完全不打折扣又大幅提升產量。」

檸檬在其他行業也有很多用途，真的全身都是寶，在加工時沒有任何一點是浪費的。首先，果皮會被用來萃取精油，而果肉則可榨取果汁。剩餘的果皮和果肉可以被分開再利用，果皮可以製作成糖果或生產果膠，而果肉則用於畜牧業。

檸檬精油通常是通過擠壓、壓榨或銼磨的方法取得，也就是俗稱的「冷壓法」。冷壓時，會將果實置於機器內，先以螺旋狀銼皮器磨破果皮，讓精油從果皮上的微細囊袋中釋放出來。過去這是要靠手工完成，但如今已經有了專門的機器，速度更快、效率更高。dōTERRA 的檸檬精油是使用工業級的銼皮機。當檸檬被放置於設有銳利銼皮器的輸送機中向前滾動時，精油隨之被釋放到裝有水的容器中，然後透過大型離心機的高速旋轉將水和油分離，以獲得天然的純正精油。

全世界數百萬家庭每天都在使用檸檬精油。不論是清潔、外用、保養或保健，檸檬精油已是人們生活中不可或缺的好幫手。西西里島的農人們不僅栽種出品質首屈一指的檸檬，也透過 dōTERRA 的檸檬精油，與世界分享這個果實的魔力。

雖然在有些人眼中，檸檬既酸又澀，但許多人更鍾情於檸檬的香氣和滋味，覺得它象徵著希望和活力，看到檸檬，心情都會不禁明亮、愉悅起來。dōTERRA 的每一瓶檸檬精油都產自美麗的西西里島海岸，亮黃色的瓶貼標籤象徵著希望，同時也訴說著島民們世代相傳的檸檬故事。🍋

