

# Ароматы вашего дома



## Арома Дома - это просто, элегантно, экологично!

### С чего начать?

Выбросить все, что захламляет ваш дом. Бессмысленно ароматизировать свалку!

### Следующим шагом.

Приобретаем несколько эфирных масел.

### Что именно ароматизируем?

Посмотрите на ваш дом отстраненно, как бы со стороны. Чего бы вы желали в него привнести? Простора? Свежести? Тепла? Зимы или лета? Чего вам больше хочется в данный момент? Где именно - в кухне, в спальне, в прихожей, в кабинете?

Хочется прохлады? Хочется легкого и свежего? Выберите что-то из следующих масел - базилик, бергамот, вербена, грейпфрут, каяпут, лаванда, левзея, лиметт, лимон, мелисса, мирра, мирт, можжевельник, мята, петитгрейн, сандал, сосна, цитронелла, чайное дерево, шалфей, эвкалипт.

Желается тепла и мягкости? Выберите что то для себя любимого: анис, апельсин, бэй, ветивер, гвоздика, герань, душица, ель, жасмин, иланг-иланг, имбирь, иссоп, каяпут, кедр, корица, ладан, майоран, мандарин, мирт, орех мускатный, нероли, пачули, пихта, роза, розмарин, розовое дерево, ромашка, сосна, фенхель, чабрец, чайное дерево, береза, танжерин.

### Как покупать масла?

По своему предпочтению - сладких, горьких, свежих, терпких...

Главное - они вам нравятся, и являются частью коллекции эфирных масел надежного поставщика.

Почему именно нравятся, вероятно, лучше те, которые полезнее?

Простой вопрос - простой ответ - именно те, которые нравятся и принесут наибольшую пользу!



Очень красиво выглядят цветные песочные «слойки» или фигурные ёмкости, наполненные ракушками, пано из сухих цветов или цветных камней, «соломенные и деревянные» картины. Это красиво, это экологично и это хорошая тема для семейного совместного творчества.

## Как именно это сделать?

Можно капнуть 2-4 капли любимого вами масла на что-то- салфетку, пробочку, кусочек древесной коры или шишку, сухой цветок, кофе, соль или песок, насыпанные в красивый стеклянный бокал- вашей фантазии нет границ...

Но! Есть рекомендация- те предметы, на которые вы капаете выбранное вами масло, должны быть из натуральных материалов.

В противном случае вы попортите лаковые или пластмассовые детали/покрытия, если эфирное масло попадет на них.

## Ура! Вы справились с этим!

Вы справились с очень простой, но очень важной задачей - вы сделали что-то, чтоб изменить ваше пространство.

Вы живете в нем каждый день, оно часть вашей жизни, часть вас самих. Это шаг к качественному изменению вашей жизни. Используя запахи по одному, или два-три в композиции, вы уже вполне можете заниматься моделированием пространства и вашего настроения.

Некоторые благовония будут способствовать вашему засыпанию, другие помогут проснуться утром. Некоторые расслабляют, облегчающие стресс и беспокойство, другие оживляют и приведут в нужное состояние для важного интервью. В этом блоке мы не будем перегружать вас информацией, но если вы пожелаете подробно изучить свойства масел это возможно [здесь](#).



## Наши «ароматные» ассоциации.



Ребенка легко уговорить идти спать с запахами апельсина с илангом, или мандарина с илангом. А стать активнее и сделать уроки - запах розмарина с лимоном.

Наш дом, что это для нас? Место, где мы отдыхаем от работы, прячемся от неурядиц, растим детей, принимаем гостей. Каждому событию сопутствует свой запах. Но еще в запахах есть волшебство переносить нас в разное время, в разные наши события. Когда мы думаем о вкусной еде, поездке к бабушке в гости или о прекрасном дне на берегу моря - мы вспоминаем запахи. Мы можем использовать эти воспоминания, когда выбираем ароматы для создания настроений. И наше настроение мы тоже можем «запоминать» при помощи запахов. Это просто. Стоит к вашему хорошему сегодняшнему настроению подобрать соответствующий запах, в следующий раз, когда вы пожелаете к нему вернуться, вы просто откроете крышечку нужной бутылочки и - опля! - ваше настроение вернется к вам.

К счастью, палитра запахов велика и совершенна бесконечно число их комбинаций - это наш ресурс.

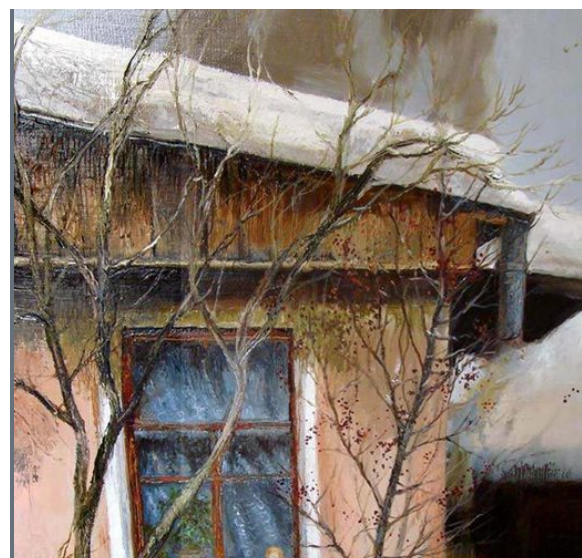


Древесные и хвойные запахи, такие как можжевельник, сосна, кедр и розовое дерево могут помочь принести облегчение от городского стресса. Их комбинация с цветочными, такими как тысячелистник и ромашка - может увести вас в луга и цветущий сад, цитрусовые - апельсин и мандарин, напомнят о любимом празднике с подарками и веселыми хороводами...

Некоторые из них смело настраивают нас на предстоящее выступление, некоторые успокаивают и придают стойкость и уверенность. Мы смело можем внести в нашу жизнь эту ароматную магию, с которой сегодня легко и просто справляются даже детки с 5-ти лет. Не верите? Пишите нам, мы расскажем вам, как у нас происходят детские уроки.

А у вас есть любимые запахи? Запах лесного костра или весеннего луга, запах липких березовых почек или пыльной сирени у дороги?

В нашей интерактивной школе мы учимся выстраивать наши отношения с окружающим миром через запахи. И если вам важно наполнить вашу жизнь положительными переживаниями, тогда вам точно нужно быть в числе наших студентов.



## Важное!

Чем сильнее мы устали, тем мягче должен быть запах в нашем окружающем пространстве. Таков один из самых важных законов Ароматерапии. Усвоив его, мы научаемся мягко но эффективно моделировать не только само пространство но и поведение тех, кто в этом пространстве находится - успокоить, сделать более сговорчивым, сдержанным или наоборот научиться открываться и уметь радоваться жизни как таковой.

## О нашем, о том, что нас окружает...

Человек - создание удивительное, способное получать энергию из всего: пищи, физической нагрузки, положительных эмоций и просто из пространства. К сожалению в нашем социуме нас окружает разное - стоянка под окном, или, еще хуже, - дорога, серые подъезды, мусорники, курильщики... да разное, и все это имеет свои запахи, часто отвратительные. Плохой запах - это не просто плохой запах, он несет в себе и плохую энергию, которую мы, люди, в себя впитываем.

Даже если вы не верите в тонкие материи, вспомните хотя бы о том, что как минимум любой неприятный запах вызывает отрицательные эмоции. Наше пространство вокруг – это энергетическое покрывало и запах - указатель и на его качество и на нашу потребность в нем. Нравится - телу это нужно, не нравится - стоит обратить внимание, что именно. Особенно это важно в собственном доме, где тело должно отдыхать и впитывать, впитывать, впитывать энергию покоя, безопасности, уверенности, здоровья.



## Силы Творца всегда с нами.

Есть что-то очень мудрое во всем. И в каждом времени, в каждой эпохе, был период подъема человеческого развития и затем период спада - цикличность как двигатель. Но как бы человек ни желал навредить себе, по незнанию или по наивности, или по невежеству, всегда происходит что-то, что заставляет его задуматься и о дне сегодняшнем и о том что с ним будет завтра. И чтоб оно, это завтра, случилось, ему откуда-то приходит понимание, что все возможно изменить, никогда не поздно.

Наши с вами творческие «ароматные» уроки тоже об этом. О переменах, о том, что это возможно и никогда не поздно. Кстати, ароматы творчества - роза, жасмин, гиацинт, розмарин, фиалка, мимоза, тубероза, нероли, апельсин, петитгрейн, ваниль...

## Запахи влияют на принятие решений.

Правильно обращать внимания на то, что интенсивность запаха должна быть адаптирована к комнате, кабинету, спальне и не может быть слишком высокой. Следует избегать ситуации перенасыщения воздуха выбранным ароматом. Вы должны это учитывать, когда создаете запаховое окружение. Еще запахи должны соответствовать тому, что происходит сейчас.

Исследования ученых утверждают, что запах достаточно сильно влияет на человека, его окончательное принятие решения. Запах связан с такими ощущениями как: достойно, красиво, дешево, удобно, комфортно, чисто, ново, нескучно... И если ситуация и запах сходится - новая комфортная машина, дешевый неудобный костюм - решение приходит быстро. Запах накладывается на ситуацию и определяет готовность. Если они не сливаются - обстоятельства и запахи - решение откладывается. Подумайте, чем может пахнуть дом, который вы желаете купить?

### Знаете ли вы,

что молекулы эфирных масел меньше, чем все остальные молекулы химических веществ? А еще они очень активны, значительно активнее, чем всякие растворители и клеи, и используя натуральные ароматы, мы нейтрализуем влияние вредных веществ, очищаем воздух, пуская в наше жилище добрую энергию живых растений.

## «Ароматные» камни.



### Как сделать аромакамни своими руками:

В глубокую посуду насыпают муку, соль и крахмал. Все ингредиенты хорошенько перемешивают.

Краситель растворяют в воде, смешивают с остальными ингредиентами и замешивают крутое тесто.

Из теста руками формируют подобие камешков.

На каждый такой «камешек» наносят 2-3 капли любого эфирного масла и оставляют их высыхать.

Как только аромакамни высохнут, их раскладывают по дому: произвольно по одному или несколько штук, либо формируют из них композицию, например, уложив в красивую плетеную корзину.

Со временем запах «камней» следует освежить.

Ароматизатор, одновременно являющийся деталью интерьера. Той его частью, которая будет привлекать внимание, наполнять дом непревзойденным ароматом и поражать изысканной простотой дизайна. Это все - об аромакамнях.

Сделать парочку аромакамней своими руками не составит большого труда.

Для изготовления аромакамней понадобится:

Мука (любая) - 600 гр.

Соль - 1 кг.

Крахмал (картофельный либо кукурузный) - 5 ст. ложек.

Горячая вода - около 200 мл.

Различные эфирные масла - по несколько капель.

Пищевые красители или краски для творчества (можно гуашь).



Запахи- я этого достоин!- кедр, розовое дерево, роза, гиацинт, сандал, тубероза...

Запахи влияющие на коммуникации- апельсин, бергамот, ваниль, розмарин, эвкалипт, орех мускатный..

Запахи убирающие ментальный «мусор»- тимьян, герань, литцея, розмарин, базилик, фенхель..

Запахи «возвращающие» в детство- апельсин, мандарин, ваниль, корица...

## Как это сделать?

Мы уже говорили об ароматизации: мягко и ненавязчиво, капаем на все, что можем, натуральное и безопасное.

А если надо быстро? Гости на пороге а у нас пахнет... горелым пирогом?

Наливаем в бутылочку с распылителем 5-7 мл уксусной эссенции, а еще лучше натурального спирта, капаем в нее выбранные нами эфирные масла, встряхиваем, даем постоять 10-15 минут, доливаем простой водой и через распылитель орошаем воздух, затем открываем окно и проветриваем. У вас должно остаться запаховое послевкусие.

Запаховые атаки никому не нужны. Нельзя одну атаку подавить другой атакой и получить красивый результат, - в доме должна получиться прозрачность и практически нечитаемая запаховая среда - тогда это точно то, что нам нужно.

На 100 мл ароматной воды: 5-7 мл растворителя (уксусной эссенции или спирта), 20 капель выбранных масел.

## Вот она - магия запахов!

Входим в дом и он нам рад

- 1 капля корицы,
- 2 капли лимона,
- 2 капли апельсина
- 2 капли сосны.

Солидно и со вкусом

- 1 капля имбиря,
- 1 капля элеми,
- 2 капли бергамота,
- 2 капли розового дерева

Или

- 3 капли бергамота
- 2 капли лимона
- 1 капля пихты
- 1/2 капли ореха мускатного

Удивляем гостей

- 3 капли розы 5%
- 1 каплю ореха мускатного,
- 1/2 капли ветивера,
- 1 каплю шалфея мускатного
- 3 капли апельсина
- 1 каплю петитгрейна