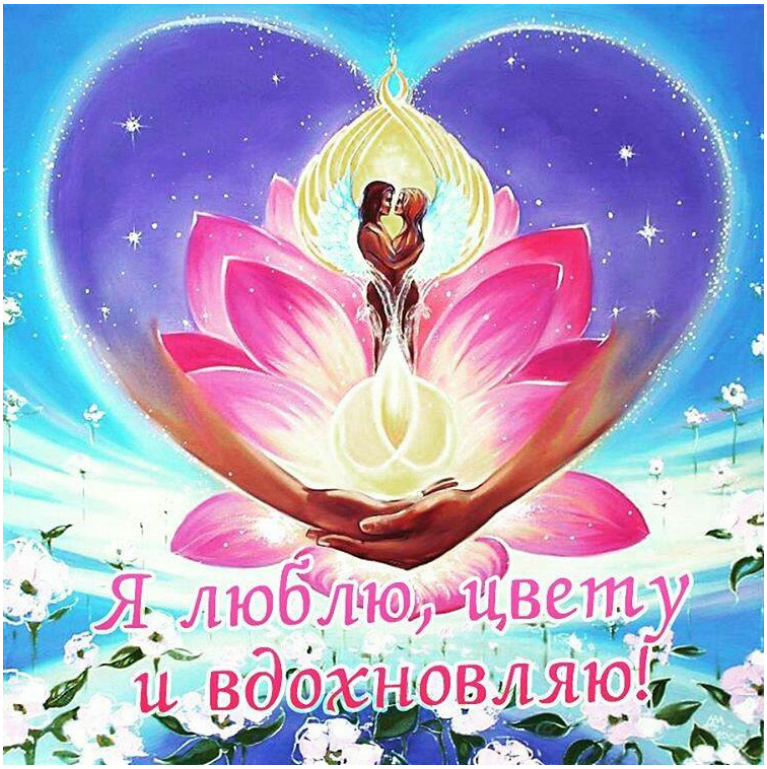
ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО

Как стать аромаволшебницей и научиться творить реальность, с помощью натуральных ароматов.

Оглавление:

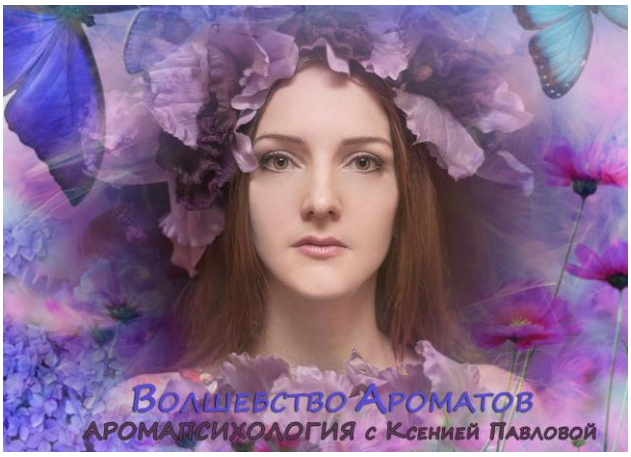
1. Что такое «Ароматрансформация»?
2. Сказка «Время Метоморфоз» от Ирины Шуйской.
3. Что такое обонятельный анализатор и как он работает?
4. История создания натуральных духов (виды духов, способы и различные методики составления, секреты парфюмера).
5. Свойства эфирных масел для проведения аромапсиходиагностики. Бланк теста и расшифровка.
6. Кто ты герань или лаванда? О разных типах женственности и их предназначении в жизни.
7. Аромапсихология для ваших отношений: какие ароматы помогают в личной и семейной жизни, секреты раскрытия своего предназначения и достижения гармонии с миром.
8. В заключении об авторе пособия для начинающих аромаволшебниц, и о том, что такое аромаконсультация.



Руководство создано по материалам сайта Ароматрансформация.рф в ознакомительных целях.
Все права на цитируемые издания принадлежат авторам, и опубликованы с их разрешения.
Автор и составитель практического пособия по ароматрансформации Ксения Павлова, Москва 2017г.

ЧТО ТАКОЕ АРОМАТРАНСФОРМАЦИЯ?

Женское мироощущение во многом направлено на познание себя, своих способностей, раскрытие своей женственности и своего предназначения. Насколько ясно мы чувствуем и видим свое истинное отражение в зеркале мира, настолько же гармонично оно нам отвечает предоставляя возможности для роста и самореализации. Научившись понимать аромат эфирных масел и его воздействие на свой внутренний мир, Вы сможете безошибочно составлять свои психологические духи, которые вам необходимы в данный момент. Регулярное применение натуральных ароматов способно запустить настоящий процесс ароматрансформации сознания, делая Вас более гармоничной, осознанной и счастливой женщиной, творящей маленькие и большие чудеса каждый день!



Ароматрансформация – это процесс изменения (трансформации) внутренних скрытых механизмов подсознания через воздействие натуральных эфирных масел на энергетику, направленный на духовное развитие и личностный рост, согласно вашим задачам на данный период и в рамках вашего истинного предназначения. Это воздействие происходит одновременно с положительной коррекцией состояния здоровья физического тела, улучшением психо-эмоционального состояния, обретения гармонии души и тела, а так же энергетического подъема, благотворно отражающемся во всех сферах жизни.

В 2011 году только начав изучать ароматерапию, я сразу увлеклась созданием натуральных духов. Подсознательно уже тогда я знала, что они могут творить настоящие чудеса, но я не до конца понимала как.Просто верила, что это возможно! И вот спустя 5 лет, **Вселенная** мне подарила необыкновенного учителя, Наталью Геннадьевну Серебрякову! Обучившись аромапсихологии по ее уникальному методу и применяя его в работе с близкими людьми, друзьями и коллегами, я уже не раз проверила, что с помощью ароматов действительно можно изменить судьбу! Полученные практические знания помогают создать индивидуальные психологические духи, которые будут помогать Вам выходить из замкнутого круга проблем, обретать уверенность в жизни, слышать и понимать свой внутренний голос, принимать позитивный опыт даже в самых негативных событиях, осознавая его как отражение своих внутренних установок.

Перед началом обучения рекомендую Вам заказать **АРОМАКАРТЫ** и книгу «Неизведанная страна ароматов» Н.Г.Серебряковой на сайте http://aromakards.ru/
Так как нет ничего более точного, чем знания из первоисточника!!!

С верой в волшебство ароматов,
ваш аромапсихолог Ксения Павлова.
Школа Женского Волшебства
«АромаТрансформация»

ВЕСНА - ВРЕМЯ МЕТАМОРФОЗ! Сказка от Ирины Шуйской

Маленькая гусеница ползла вверх по дереву и плакала. Она чувствовала себя никому не нужной, одинокой, ей казалось, что мир пошутил над ней, создав ее такой несимпатичной. За всю свою недолгую жизнь она только и слышала от окружающих: "Фу, какая гадость!", "Уйди, гусеница, ты такая отвратительная!", "Чего ты уставилась в небо? Мечтаешь? Только знай: рожденный ползать летать не может", "Какая же ты неуклюжая, ну точно гусеница безрукая!" И прочие обидные высказывания.
Как же больно было гусенице - она так хотела быть нужной, ей так хотелось, чтоб хоть кто-нибудь ее полюбил. Она ползла все выше и думала "Я спрячусь от всех, чтоб больше никто не обидел меня. Я никому не нужна и пусть, мне теперь тоже никто не нужен".
Гусеница стала создавать вокруг себя защитный кокон, она старалась изо всех сил сделать его прочным и крепким, чтоб никто не смог ее видеть. Она вспоминала все свои обиды и плела свой кокон. И вот когда она убедилась, что кокон удался и через него ее вряд ли кто увидит, она решила отдохнуть и уснула. Сколько вот так проспала, она не знала, и возможно, она спала бы и дальше, но ее разбудил чей-то голос.
- Ну, ты так и будешь теперь молчать? - спрашивал голос. - Раз звала на помощь, говори, чем тебе помочь?
Голос был очень приятным, и с ним хотелось поговорить, но гусеница не знала точно, с ней ли это говорят...

- Нет, ну так не пойдет, сначала ты плачешь, зовешь на помощь, а потом молчишь, - снова услышала гусеница. - Если ты передумали, тогда я полечу дальше, - сказал кто-то за коконом.
Гусенице очень понравился голос, ей совсем не хотелось, чтобы этот кто-то улетал, и она робко спросила:
- Вы это обо мне говорите?
- Ну вот, совсем другое дело, - сказал кто-то, и гусенице показалось даже, что она услышала радость в этом голосе. - Именно о тебе я и говорила. Ты плакала и звала на помощь, я услышала тебя и решила тебе помочь, ведь я лесная Эльфа и я слежу, чтоб в этом лесу все было хорошо. Только я не знаю в какой помощи ты нуждаешься. Ты хочешь выбраться из кокона? Наверное тебе там тесно и одиноко?
- Нет, нет,я не хочу покидать свой кокон, напротив, мне здесь тепло и уютно. Никто не смеется надо мной, не гонит меня. Здесь я чувствую себя в безопасности от этого недружелюбного мира, - поспешно сказала гусеница.
- А о какой помощи ты просила? - спросила Эльфа.
- Я не просила о помощи, я спала, а вы меня разбудили, - ответила гусеница. - Может быть, мне что-то приснилось и это во сне я звала на помощь. А наяву я уже давно не жду ничьей помощи, потому что я никому не нужна, все только и делают,

что смеются и гонят меня. Для всех я неуклюжая и нелепая. Они так и говорят, что я - ошибка природы, - захлюпала гусеница.
- Ну, теперь все ясно. Ты так себя ограничила, что даже о помощи решаешься попросить лишь во сне, и то не ты сама, а твоя истинная сущность. Она еще помнит о том, кто она, а ты нет, - сказала Эльфа.
- Я прекрасно помню, кто я... Я отвратительная и неуклюжая гусеница, - ответила она, - и я понятия не имею, о какой такой сущности Вы говорите....
- Скажи, а ты когда-нибудь о чем-нибудь мечтала? - спросила Эльфа.

- Да, я мечтала, я мечтала о небе. Я так хотела порхать как бабочка, - мечтательно сказала гусеница. - Я всегда любила наблюдать за тем, как прекрасен полет бабочек, разглядывать причудливые узоры на их нежных крылышках. Я мечтала о таких же красивых и ярких крыльях, о том, как высоко взлечу, и о том, как буду порхать там, в синеве небес.
- Ну вот, это и есть твоя сущность! Она знает, что ты можешь так летать и что у тебя тоже есть крылья, - сказала Эльфа, - просто ты забыла о них.
- Нет, слышите Вы, нет, и никогда не было, и не будет у меня крыльев!!!! - Закричала в своем коконе гусеница. - Вы что, специально издеваетесь надо мной???? Ну почему и теперь, когда я спряталась от всех вас, вы и здесь не оставите меня в покое?
- Ну что ты, я и не думала издеваться над тобой, я говорю тебе правду, - спокойно ответила ей Эльфа, - но ты не хочешь верить. Видимо,тебе и вправду уютно в твоем тесном коконе, сплетеном из обид и злости. Ну, если это так и если ты не хочешь порхать в синеве небес с друзьями и наслаждаться красотой этого мира - что ж, это твой выбор, и ты имеешь на него право. Наслаждайся своей болью и одиночеством в своем надежном коконе, я не буду тебе мешать.
- Это не мой выбор! Если бы я сама выбирала себе жизнь, я бы выбрала что-то более интересное, - с обидой выпалила гусеница. Ей очень не хотелось, чтобы Эльфа улетела и оставила ее одну.
- Нет, это именно твой выбор, это ты выбрала такую жизнь! Никто, кроме тебя, не может распоряжаться твоей жизнью, ты, и только ты, делаешь выбор. Если тебе не нравится твоя жизнь, измени ее.
- Но как я могу изменить ее? Скажи, если я родилась гусеницей, как я могу стать кем-то другим? - непонимающе спросила гусеница.
- Очень просто! Вспомни свою мечту, вспомни все самое лучшее, что было с тобой. Покинь свой кокон из обид и злости, посмотри с любовью на окружающий мир.
- Но что изменит моя мечта? Мне всегда говорили, что рожденный ползать летать не сможет. Ведь это правда. Неужели от одной моей мечты вырастут крылья?
- Да, вырастут, но если ты будешь твердо верить в это. Поверь, все бабочки были когда-то гусеницами.
- Я знаю, я видела тех гусениц, которые становились бабочками, я на них не похожа, снова с тоской сказала гусеница. - Те гусеницы - они с рождения знают что станут бабочками. Я тоже надеялась что стану бабочкой, но однажды мне сказали, что, как родилась я неуклюжей гусеницей, так ей и останусь.
- А ты не думала, что ты будешь просто другой бабочкой, которых ты еще не видела, и поэтому ты так не похожа на других гусениц?-спросила Эльфа.
-А что, такое бывает? - В голосе гусеницы снова появилась надежда. - А вы видели других гусениц, похожих на меня?
- Ну, во-первых, я не видела тебя, я вижу лишь твой кокон, а сплела ты его на славу,

прочный, крепкий он у тебя! Я удивляюсь, как ты слышишь меня через такие прочные стены. Вот если бы ты вышла из своего надежного убежища, я бы могла на тебя взглянуть, - предложила гусенице Эльфа.
- Нет, боюсь, что вы тоже решите что я страшное и отвратительное создание и улетите от меня, а мне так хорошо когда вы рядом.
- Ну, знаешь я ведь все равно улечу, я не могу все время сидеть рядом с твоим коконом и вести с тобой беседы. У меня столько интересных идей, меня ждут друзья и дела. Так что у тебя есть выбор: либо выбраться из своего кокона и попробовать взлететь, найти себе друзей и наслаждаться жизнью, либо сидеть дальше в своем коконе, наслаждаясь своим одиночеством и вписаться своей обидой и болью, - твердо заявила Эльфа.
- Нет, я больше не хочу сидеть в этом коконе, я хочу летать, я хочу найти друзей. Подскажи мне милая Эльфа, что мне делать?
- Я уже говорила тебе: вспомни свою мечту и поверь в нее. Тебе нужно твердо поверить, что будет так, как ты захочешь,что ты, и только ты, выбираешь кем быть тебе! А потом тебе останется выйти из своего кокона и посмотреть на мир по-новому, увидеть его таким, каким ты его хочешь видеть!

- Я сейчас попробую, только не улетайте, побудьте рядом, мне так спокойней, я хочу увидеть вас, конда выйду из кокона. Я хочу, чтобы кто-то был рядом со мной в этот момент.
- Хорошо, я жду,- ответила Эльфа.
И гусеница стала вспоминать о своей мечте, о том, как она мечтала летать, о крыльях, красивых и ярких, которые будут радовать ее и всех, кто их увидит. Она убеждала себя, что будет так, как она захочет, и что она может летать, и даже лучше и выше чем бабочки. Она поверила словам Эльфы и своей мечте, и ей стало тесно в коконе, который совсем недавно казался ей таким надежным и теплым, теперь он давил на нее со всех сторон, ей не хватало воздуха. Она хотела выйти, но не смогла, кокон был слишком крепкий.
- Эльфа, я не могу выйти, кокон слишком крепкий, у меня не хватает сил разорвать его. Что мне делать?
- А из чего ты его сплела, помнишь? Это не кокон тебя не пускает, а твои обиды! Отпустил их, и кокон исчезнет сам.
- Но как это сделать? Я не могу, я не знаю как простить всех, кто меня обидел,- жалобно сказала гусеница.
- А ты подумай сама: если бы они тебя так не обидели, разве стала бы ты плести свой защитный кокон? Ведь, и я тебя не встретила бы только да, верно? Ты так бы и продолжала ползать гусеницей по земле и не вспоминала про то, что они подтолкнули тебя к твоей мечте. Попробуй только сделать это искренне, - посоветовала Эльфа.
Гусеница стала вспоминать всех, на кого она так обижалась, и стала прощать и благодарить всех. И кокон стал растворяться, он становился все тоньше и тоньше, пока совсем не исчез. И гусеница почувствовала крылья за спиной , но она еще не ощутила их силу. Она смотрела на мир вокруг, и понимала как сильно он изменился. За то время, пока она была в своем коконе, мир стал красивей и ярче.
-Ну,здравствуй,услышала она знакомый голос за спиной.
Она обернулась и увидела Эльфу.

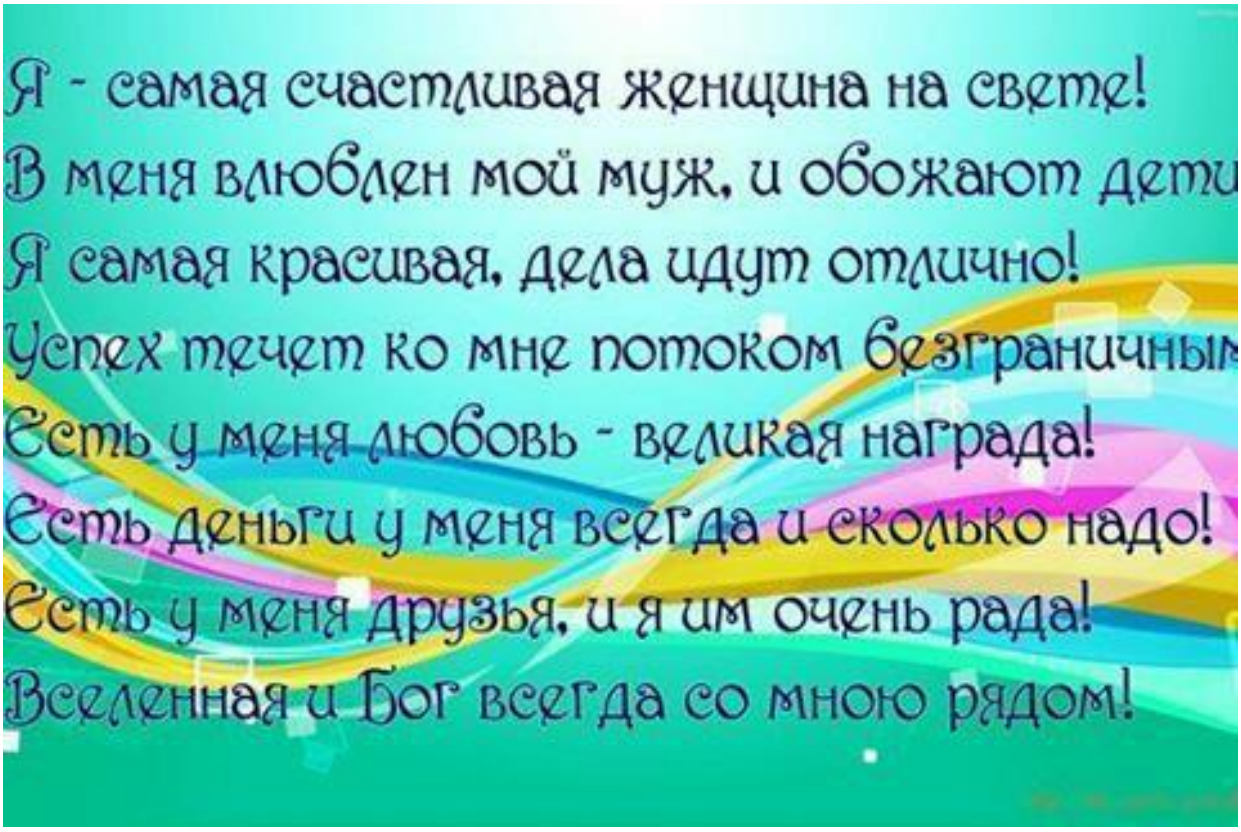
Она оказалась такой же красивой и нежной, как и ее голос. У Эльфы были удивительно красивые глаза, в них было столько любви и света, и это еще больше придало уверенности гусенице - ведь раньше она видела в глазах окружающих лишь смех и презрение. Гусеница сразу поверила, что она изменилась. Но кем она стала?
- Здравствуй, Эльфа. У меня получилось, теперь я бабочка, да? - спросила она у Эльфы.
- Знаешь, полетели к ручью, там ты сама все увидишь, - улыбаясь, ответила ей Эльфа, - а в пути ты сможешь посмотреть по-новому на мир, ну и конечно, насладиться самим полетом.
- Давай полетим, - согласилась гусеница, - мне так хочется взлететь! Я очень хочу взглянуть на свой новый мир!
- Ну, тогда вперед, полетели! - радостно сказала Эльфа, и они полетели.
Летели они долго. Эльфа показывала гусенице лес, знакомила ее с новым миром. И этот мир был таким красивым и волшебным, в нем было столько света! Раньше он казался гусенице хмурым и злым, а теперь она видела его светлым и добрым. Когда они налетались вдоволь, Эльфа привела гусеницу к ручью.
- Вот наш волшебный источник. Он дает нам силы и наполняет нас любовью. Здесь ты можешь наполнить свои еще не окрепшие крылья силой и увидеть себя в зеркале воды.
Гусеница в нерешительности остановилась неподалеку от ручья и размышляла, идти или нет. Ей очень хотелось узнать, кем же она стала, но она так боялась разочароваться в том, что увидит... А вдруг она осталась такой же некрасивой гусеницей,только с крыльями?
- Ну же давай, смелей,- подбодрила ее Эльфа. - Тебя ждет приятный сюрприз! Или и познакомься с собой!
Гусеница двинулась к рысью, и с каждым шагом, приближающим ее к отражению, ее сердечко билось все сильней и быстрей. Она так волновалась!!!! Ей казалось, что этот путь длится целую вечность, что она никогда не дойдет до заветного источника. А может, ей просто хотелось самой продлить этот миг, побыть еще в неизвестности.
Но ведь рано или поздно мне придется себя увидеть, вдруг поняла гусеница,и лучше сделать это поскорей. И, зажмурив глаза, сделала свои последние шаги к источнику. "Сначала я напьюсь его волшебной водицы", - решила она и стала пить из родника. Когда же наконец гусеница открыла глаза, ее действительно ждал сюрприз: из воды на нее смотрело озорное личико Эльфы. - Это я? - с удивлением спросила она. - Да, это ты, - радостно сказала Эльфа. - Видишь, все оказалось даже лучше, чем ты могла мечтать! Теперь ты понимаешь, почему ты не была похожа на других гусениц? -Да, но я всегда считала, что эльфы и феи сразу рождаются такими легкими и радостными. Я и думать не могла, что обычная и совсем не симпатичная гусеница может стать эльфом. - Конечно, есть те, кто сразу появляется на свет эльфом или феей, но поверь, очень многие проходят тот же путь, что и ты, от гусеницы до эльфа. Мы называем этот процесс Волшебной Метаморфозой или Великим Преображением. Ну а теперь полетели знакомиться с другими обитателями нашего Волшебного Леса! Теперь тебя ждет много нового и интересного! И если бы кто-то посмотрел в это время в небо, то увидел бы, как там кружатся и выписывают вензеля две огромные, радужные, восхитительные, легкокрылые бабочки, несущие на крыльях радость и счастье всему Миру!

Автор: Ирина Шуйская "Время метаморфоз" Источник: "Большая книга счастья" Ирины Семиной. Сайт с ее чудесными сказками **http://www.elfikarussian.ru/**

Почему эта сказка появилась в этом руководстве? Просто она мне самой очень-очень понравилась, и я не смогла удержаться и написала автору Ирине Семиной с просьбой разрешить ее опубликовать для Вас!!! Ее ответ был: «Публикуйте на здоровье! Для хорошего дела сказки не жалко.» Чудеса? Да!!!

Ирина, благодарю Вас!!! Теперь сказочная жизнь Эльфики появится и на ароматных просторах самопознания!!! Ведь, если каждая женщина разглядит в себе такую фею, ее жизнь сразу изменится! И скоро вы научитесь это делать с помощью ароматов, ведь создавая свой **аромакокон** Вы действительно можете изменить многие негативные установки, убирать надоедливые комплексы, растворить старые обиды и негатив, расширить свою зону комфорта, и конечно раскрыть вашу женственность, индивидуальность и очарование! Поверьте, это необходимый минимум, проделав который, Вы из маленькой гусеницы наконец-то превратитесь в очаровательную бабочку, и за вашей спиной раскроются настоящие крылья.

И тогда эти стихи, станут вашей реальностью!!!



Что такое обонятельный анализатор?

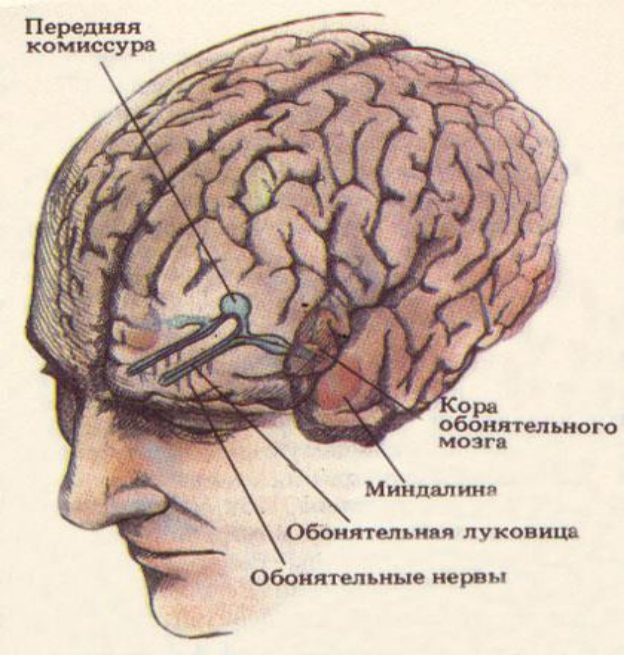
Информация, получаемая нами из внешнего мира поступает к нам по трем каналам, и в зависимости от того какой канал больше развит всех людей можно разделить на три группы:

1. **Визуалы** – это люди, которые воспринимают информацию преимущественно, ту что видят. Через образы, картинки, кино, фотографии.
2. **Аудиалы** - те, кто больше слышат. Это может быть как речь, так и свист ветра или звук капающей воды. И, соответственно, интонации, тембр, высота голоса.
3. **Кинестетики** (от греческого "кинес" - движение) - те, кто больше чувствуют (кожная чувствительность, внутренние или мышечные, ощущения (например, ощущения в желудке), запах, вкус.

Понятно, что обоняние будет играть большую роль у кинестетиков, чем у аудиалов и визуалов. Но так как обонятельный анализатор присутствует у всех нас, то узнать о нем немного больше будет полезно всем. Обычно через обоняние к нам поступает примерно 2% всей информации о внешнем мире. В древние времена этот процент был гораздо выше, так как выживаемость человека во многом была подчинена инстинктам. Сейчас, когда обоняние не настолько требуется для выживания, основным способом восприятия стало зрение, это примерно 80% информации, далее идет осязание это 10% , и 5% поступает через слуховой канал, через вкус кстати идет примерно 3%, так как если нам не нравится как это выглядит, как пахнет, то соответственно пробовать мы это не будем.

А теперь немного серьезных научных сведений о строении обонятельного анализатора и его воздействии на жизнедеятельность человека. Эти знания я получила из ***курса обучения ароматерапии «Аромадистант»*** Сакова Игоря Владимировича. Подробную информацию об обучении Вы можете найти на сайте **http://aromadistant.ru/** и **https://igorsakov.nethouse.ru/** Плюс курсов в том, что Вы получаете полный объем необходимых знаний по ароматерапии, обучение проводится дистанционно, после окончания выдаются сертификаты по выбранным направлениям.

Запах – это способность веществ воздействовать на рецепторы обонятельного анализатора, что сопровождается возникновением специфических ощущений. Обычный человек способен различать до 4 тысяч запахов, специалист-парфюмер – более 10 тысяч. Женщины более чувствительны к запахам, чем мужчины. С возрастом чувствительность к запахам снижается.



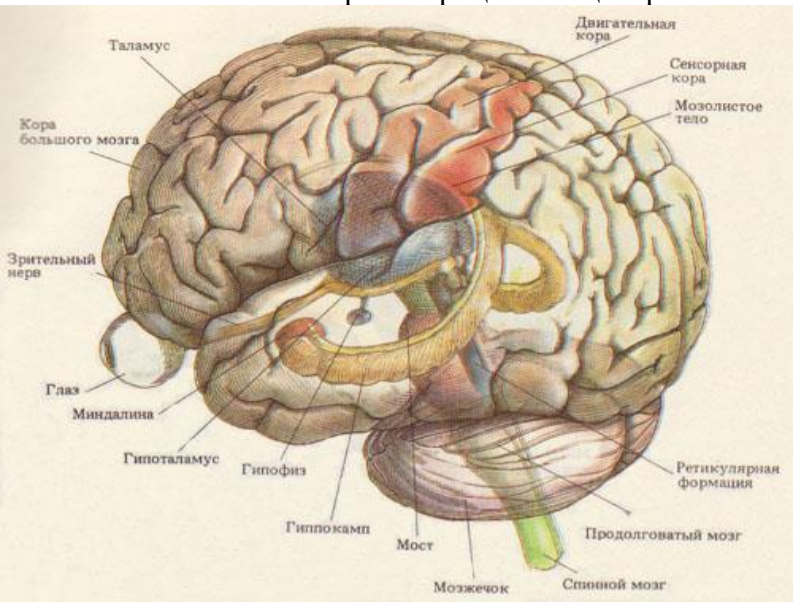
За восприятие запахов отвечает первая пара черепно-мозговых нервов (ольфактивный нерв). Чувствительная к запаху область носа расположена в верхней части носовых ходов. При спокойном дыхании только малая часть вдыхаемого воздуха попадает в неё. Обонятельная щель

выстлана особым эпителием, занимающим общую площадь в обоих носовых ходах около 5 см2. Обонятельные клетки живут в среднем около 60 дней и постоянно обновляются из базальных клеток, то есть процесс регенерации происходит непрерывно. У человека количество обонятельных клеток составляет около 60 млн. Импульс в отдельном нервном волокне возникает при попадании на его рецептор 8-10 молекул пахучего вещества. Ощущение запаха возникает, если одновременно возбуждается более 40 нервных волокон. Молекулы ароматических веществ сначала поглощаются слизью, затем контактируют с ресничками и рецепторами мембран обонятельных клеток. Обонятельные клетки имеют форму веретена с двумя отростками: центральным и периферическим.

От периферического отростка отходит дендрит, который заканчивается обонятельным пузырьком – небольшим булавовидным утолщением, несущим 10-15 ресничек (обонятельных рецепторов), представляющих собой очень тонкие нитевидные структуры диаметром менее 0,2 микрона. Обонятельный эпителий покрыт тончайшей жировой пленкой. Булавовидные утолщения либо лежат на мембране, либо под ней. Обонятельные мембраны содержат около 800 миллионов нервных окончаний (рецепторов), способных участвовать в восприятии запаха.

От центрального отдела отходит аксон в виде нескольких нитей (обонятельные нити). Они проникают через отверстия решетчатой кости и поступают в головной мозг, образуя на нижней поверхности лобной доли обонятельные луковицы. Обонятельная луковица представляет собой первичный центр обоняния, где происходит первичная обработка информации обонятельного анализатора и заканчивается первый нейрон. Внутри луковицы аксоны переплетены между собой и заканчиваются в теле клубочка, где через синапсы нервные импульсы посредством нейромедиаторов передаются в обонятельные структуры мозга.

Обонятельные структуры мозга или **обонятельный мозг**, включает в себя несколько важных образований: гиппокамп, гипоталамус, гипофиз, миндалевидное тело, лимбическую систему и другие структуры. Импульсы, приходящие в лимбическую систему и центр обоняния, влияют на соседние нервные структуры. Поэтому запах всегда имеет эмоциональную окраску, в чём прослеживается активность лимбической системы и миндалевидного ядра. Кроме этого, лимбическая система постоянно получает информацию из внутренних органов и регулирует их работу. Лимбическая система действует совместно с ретикулярной формацией и оказывает влияние на кору головного мозга. Из центральных участков мозга нервные волокна прослеживаются в различных участках коры головного мозга, что показывает влияние обонятельного анализатора на процессы в центральной нервной системе.



Кроме первой пары черепно-мозговых нервов, в восприятии запаха принимает участие тройничный нерв, который отвечает за восприятие тригеминальных запахов: запахов, несущих сигнал опасности повреждения слизистых оболочек верхних дыхательных путей. К тригеминальным запахам относятся нашатырь, аммиак, уксусная кислота. При действии тригеминальных запахов активируются внутренние защитные силы организма, что используется для приведения в чувство находящегося в обмороке человека с помощью нашатыря. Кроме этого, раздражение тройничного нерва даёт нам представление о силе и интенсивности запаха (В. М. Бехтерев, О. Г. Агеева-Майкова).

Восприятие запаха отвечает за активность у человека наиболее важных приспособленческих реакций и инстинктов: пищевого, полового, самосохранения.
Пищевой инстинкт связан с тем, что нервные волокна обонятельного анализатора достигают центра вкуса, в котором формируются вкусовые ощущения. Это является причиной того, что приятно пахнущая пища возбуждает аппетит, а неприятная на запах – отвращение. Поэтому при насморке, когда блокируется восприятие запахов, пища безвкусна и не приносит удовольствия. Кроме этого, большинство эфирных масел (пряные, цитрусовые, цветочные масла) так или иначе, влияют на пищеварительную систему, регулируя её работу: стимулируя аппетит, секрецию и моторику желудочно-кишечного тракта. Активация *полового инстинкта* связана с эротизирующим действием эфирных масел и эмоциональной окраской сексуальных контактов, которые непосредственно связаны с лимбической системой. Речь идёт о психофизиологических аспектах сексуальности. Запахи в интимных отношениях играет большую роль для женщин, чем для мужчин. В животном мире запах служит одним из основных факторов, влияющих на выбор партнёра для продолжения рода.

Связь эмоций и аромата прослеживается в *инстинкте самосохранения*. Неприятные эмоции откладывают отпечаток на восприятие запахов, формируя ассоциативную связь с угрожающими ситуациями для жизни. Например, запах печеных булочек может имеет выраженную негативную окраску, если в детстве был получен ожог при прикосновении к горячей духовке. Неприятные запахи вызывают отрицательные эмоции. Например, при нахождении в помещении, наполненном неприятными запахами, через некоторое время наблюдались отрицательные сдвиги в различных системах организма: учащалось сердцебиение, повышалось АД, усиливалось потоотделение и т.д. В психическом плане это проявлялось желанием покинуть помещение, чувством тревоги, беспокойства. При прекращении действия запаха через некоторое время состояние улучшалось. Связь инстинкта самосохранения с эмоциями и ароматами характеризуется и психоэмоциональным восприятием некоторых жизненных ситуаций: «запахло жареным», «дело пахнет керосином», «запах страха» и т.д.

Исследования различных институтов, в том числе НИИ им. И. М. Сеченова (проф. В.В. Николаевский), показали, что эфирные масла влияют на мозговую активность. Например, масло лимона на 50-60 % повышает умственную работоспособность, снимает утомление. У больных с нейрососудистой патологией АТ обеспечивает положительную динамику уровня социальной адаптивности, повышает умственную деятельность, память, работоспособность. Применение ЭМ лаванды позволяет повысить качество и количество выполняемой работы, повышает внимание, уменьшает число ошибок, повышает память на числа. Практическое применение исследования находят на производстве: в Японии на автоматизированных производствах, при проведении совещаний применяют распыление масел лимона и розмарина. Таким образом, действие эфирных масел на активность головного мозга обусловливает социальную и психологическую область действия ароматерапии.

Так же действие эфирных масел стимулирует выброс нейромедиаторов, гормонов. Гормональная активность растительных ароматов обусловлена стимуляцией гипоталамо-гипофизарной системы и выделением медиаторов в синапсах. Например, **лаванда** способствует регуляции повышенного и пониженного уровня серотонина, что позволяет понять его антидепрессивное свойство. **Фенхель** стимулирует выработку эстрогена, поэтому находит применение при гинекологических заболеваниях. **Жасмин** регулирует выработку тестестерона и стимулирует выделение эндорфинов. **Ромашка** стимулирует образование эндорфинов, мята способствует снижению повышенного уровня катехоламинов, а **герань** – повышает содержание ацетилхолинов в крови.

Где узнать об энергетических свойствах эфирных масел?

В прошлой главе Вы познакомились с механизмом воздействия натуральных эфирных масел на наше тело, именно на этом основана ароматерапия, как отрасль нетрадиционной медицины, представляющая собой науку о лечении с помощью ароматов. Об этом написано уже тысячи книг, в каждой из которых подробно описано какое эфирное масло при каком заболевании применять, но не в одной из них не описано почему? Как оздоровительная методика ароматерапия используется уже много тысячелетий, еще до открытия всех заболеваний, с которыми пока безуспешно пытается бороться современная медицина. Если расценивать все заболевания с точки зрения психосоматики, например по работам Бловатской Е.П., где «Человек есть отражение проявленного Абсолюта (микрокосм), и его истинное внутреннее «Я» вечно и едино с Божественным «Я» Вселенной», то каждое заболевание является следствием нарушения этих законов. Именно в нашем образе мыслей, в наших чувствах, и чаще реакциях на окружающий мир проявляется, то зерно, из которого потом вырастает болезнь.
Если Вы давно ищете как изменить это с помощью правильно подобранных эфирных масел, то стоит заглянуть гораздо глубже физиологии. Чтобы понимать основы взаимодействия Человека со Вселенной, его места в череде событий собственной жизни, а так же понять, что нами движет и как мы откликаемся на различные события своими мыслями и эмоциями, дальше мы будем рассматривать действие эфирных масел не столько на физическое тело сколько на нашу АУРУ, через определенные чакры. Чаще всего об этом можно прочитать в аюрведческих книгах, с той лишь оговоркой, что эфирные масла там часто заменены специями и различными травами.

Аура – это тонкая, невидимая оболочка, своего рода энергетическое **поле** находящееся вокруг физического тела. **Аура** несет в себе очень много информации касательно личности человека, его образе жизни, здоровье, мыслях и чувствах. Она также состоит из нескольких тонких тел, каждое из которых привязано к определенной чакре, и имеет свои законы.

Чакры («чакра» в переводе с санскрита означает колесо) - это энергетические центры человека. Считается, что когда говорится о том, что человек создан по образу и подобию Бога, имеются в виду именно **чакры**. Поэтому в каждом человеке есть частица Божественного. В обычной жизни мы можем не замечать действия чакр, однако это не означает, что их нет. Гнев, раздражительность, депрессия, болезни - все это приходит к нам в соответствии с проблемами, которые есть в наших чакрах. Можно анализировать эти проблемы ментально и по косвенным признакам, как это предлагают многие духовные практики. Однако это неудобно - в первую очередь из-за того, что связывать ту или иную жизненную проблему с той или иной чакрой приходится опосредованно - с помощью какой-то информации, чьих-то слов и так далее.

В центре обучения Натальи Геннадьевны Серебряковой **«АРОМАДАРА»** проводится уникальное обучение, где с помощью ароматов Вы научитесь не только исцелять свои душевные и телесные недуги, но и видеть ауру, понимать законы Вселенной через действие эфирных масел, а также стать настоящими энергетическими проводниками.
Более подробно Вы можете узнать об обучении на сайте **http://aromadara.ru/**

Мы же с Вами разберем лишь малую часть того, что можно трансформировать в себе с помощью ароматов эфирных масел, а именно механизмы ароматрансформации 24 эфирных масел, описанных на основе полученных мной знаний по книге «Неизведанная страна ароматов» Н.Г. Серебряковой, а так же дополненных очным и дистанционным обучением в школе, и из других источников изучающих влияние эфирных масел на энергетику человека и открывающие смысл нашей самореализации, что в переводе с санскрита - "проявление своего духа". По сути вся наша жизнь это духовная трансформация, которая позволяет нам соединиться с Абсолютной энергией.
Желаю Вам увлекательнейшего путешествия!!! Полная версия практического руководства будет доступна после оплаты обучения на курсе «Волшебство ароматов» и первой аромаконсультации.
http://aromatransformatsiya.ru/index/aromapsikhologija_obuchenie/0-11

Об авторе, аромапсихологии и о том, нужна ли Вам консультация с аромапсихологом?

Признаюсь честно, что идея написания такого руководства пришла ко мне больше года назад и даже не из-за желания заявить о себе как специалисте, а желание рассказать КАК АРОМАТЫ МЕНЯЮТ СОЗНАНИЕ! Ведь то, чем я сейчас занимаюсь уже давно не просто хобби, это мое предназначение.

Аромапсихология настолько прочно вошла в мою жизнь, что даже проработав 13 лет в банке, правда 6 лет находясь в декрете, я осознала, что пора сменить профессию и заниматься тем, что мне действительно нравится! А нравятся мне ароматы и психология. Конечно аромапсихологом может стать не каждый, это не только долгий процесс обучения, но и призвание, стремление помогать людям, помогать им исследовать мир души, и делать это с помощью натуральных ароматов, и делать это профессионально как психолог консультант.

Еще в 2011 году, когда я только начала изучать как создавать **индивидуальные духи**, мне в голову уже пришла идея, что с их помощью можно менять судьбу. И само слово **АРОМАКАРТЫ**, просто как ни откуда появилось в этой картинке как пророчество, а в 2015 они были созданы Натальей Геннадьевной Серебряковой.
Вы подумаете, что это совпадение? Вряд ли…
Потому, что больше всего, о моем предназначении стать аромапсихологом, еще очень за долго до моих поисков себя, знала моя мама. Может конечно и не знала, но дала подсказку. Маленький красивый флакон для духов из темно-зеленого стекла, такой что делают чешские мастера. Наверно он хранился у меня около 30 лет, и сейчас в нем мой любимый аромат! Моя **ароматрансформация** продолжается каждый день, теперь она заключается в поддержании любви и мира в нашей семье, обеспечении здоровья всех ее членов, душевной гармонии и финансовой стабильности на правах хозяйки домашнего очага! Нужна ли вам моя **аромаконсультация**? Решайте сами! Главное, не бойтесь меняться, раскрывать свои способности и за вашей спиной действительно вырастут крылья, которые подарят свободу и женское счастье быть собой!!!

С надеждой на нашу скорую встречу, ваша АромаФея Ксения Павлова. ***https://vk.com/vivaksyu***
Сайт http://aromatransformatsiya.ru/
т.8-926-381-25-27