

# ŽIVLOVÁ AROMATERAPIE

## ANEB AROMATERAPIE PRO ŽIVOT

*Živlová aromaterapie jako nové pojetí aromaterapie sahá až do symboliky stvoření na Zemi. Elementárně ovlivňuje naše bytí a je spojena se základy našich životních lekcí, které se pak následně zrcadlí v energetice orgánů (elementy) a v jemnohmotné energetice čakr.*

*Všechny tyto energetické kolekce vůní jsou vzájemně propojeny a mohou se kombinovat bez jakýchkoli vedlejších účinků. Naopak propojením všech různých sfér energií obsažených v kompozicích čakrové, elementové, živlové i vílové se vytváří ojedinělá symbióza vůní, originální pro každého jedince. Daná kompozice pak může působit i do těch nejnižších energetických kapes, které je zapotřebí doplnit a zharmonizovat.*

Kolekce živlové aromaterapie je postavena tak, aby posilovala základní elementární hodnoty vitální neboli životní energie, kterou v sobě nosíme od počátku našeho stvoření. Má vynikající terapeutické hodnoty. Je sestavena z čistých esenciálních olejů vysoké kvality zpracování, které byly připravovány kombinačně tak, aby ze sebe vydaly světlo, sílu, jemnost, klid a harmonii a aby výrazně posilovaly naši vnitřní životní vitální sílu.

Pokud se podíváme na vyobrazení symboliky jednotlivých čakr na našich aromaterapeutických výrobcích, vidíme detailní symboliku postav, kdy každá, i zdánlivá maličkost na obrázku má svůj hluboký význam. Z těchto hodnot lze vyčíst příběh člověka. Nápomocný může být i výklad pomocí našich terapeutických karet. Detailní symboliku významu esenciální kompozice nalezneme také v KIDS line aromaterapii (sestavené podle principu pěti elementů). Na přebalech jsou vyobrazeny dětské motivy, které vypovídají o dětské duši, psychických souvislostech z našeho raného dětství a našich vazbách na dětství prožité.

Živlová aromaterapie je vyjádřena jinými obrázky. Nejsou již konkrétní, jsou to „jakoby“ zrcadlově vytvořené symboly abstraktního charakteru.

Tuto kolekci jsem netvořila záměrně, ale byla mi dána do vínku bez řečí. Neumí „o sobě“ tolik vyprávět jako výše zmíněné kolekce aromaterapie. Stačí ji jen vnímat duší a nechat působit.

### KOMU JE URČENA ŽIVLOVÁ AROMATERAPIE

Každý z nás se v některém svém životním, nebo dokonce ročním období cítí slaběji než v období jiném. Tato nerovnováha v nás může být ovlivněna psychickou zátěží nebo počasím. Váže se k slabému prvku naší povahy, anebo se projeví jako důsledek momentální životní situace.

Živlová aromaterapie je určena pro všechny z nás, kteří potřebujeme doplnit svoji energii živlů, a tím posílit kvalitu života. Vůně jsou sestaveny tak, aby posílily psychiku a zároveň doplnily nevyvážený nebo oslabený element v našich orgánech.

Obrázky na našich produktech vám pomohou s výběrem. Pocit, který vám daná mandala nabízí a který s vámi „souzní“, je ten, který je dobré doplnit. Je pochopitelné, že vůně, která je v živlové lahvičce uchována, by vám měla být příjemná a povzbuzující. Její esence má za úkol doplňovat prázdná nebo slabá energetická místa v organismu, a tím zvýšit vaši psychickou odolnost. Automaticky dojde k posílení imunitního systému, který je strážcem vašeho těla.

### O SYMBOLICE STVOŘENÍ

S úvahami o čtyřech živlech jako o věčných základech neboli prvcích, z nichž se skládá prázklad světa, se setkáváme již ve starověku. Lidé již od nepaměti vědí, že čtyři základní živly – oheň, voda, vzduch a země jsou základními podmínkami života na Zemi. Bez nich by byl život nemyslitelný.

Počet čtyři není náhodný, ale odpovídá čtyřem světovým stranám a ročním obdobím a provází nás také v povaze člověka.

Ke čtveřici živlů náleží živel éter neboli „pátá esence“, která v sobě nese všechny předchozí hodnoty. O pěti živlech se hovoří také v budhismu, kde se pátý živel nazývá Akaša (duch) nebo v japonské verzi „prázdný prostor“. Je to vše ve všem.

Základní životní procesy jsou tedy v neustálém toku a mísení. Vše je v pohybu, aby se život na Zemi mohl udržet a byl schopen proměnit se v mnoho životních forem. Voda se působením ohně mění v páru, tedy vzduch. Vzduch dokáže zesíleným tlakem zkapatnit, voda se zemí utvoří bažinu, která může vyschnout v poušť. Zrnko písku může být nesené větrem. Platí přírodní zákon, že žádný ze základních živlů není možné lidským přičiněním nikdy překonat, a je zapotřebí velkého respektu jak před ohněm, vodou, větrem, ale i zemí. Před velkými apokalypsami jsme jako lidé stále nicotní.

To samé platí i v případě našich vnitřních živlů, které v sobě máme. Jejich energie je zanesena v našich orgánech a přenáší se do naší psychiky.

Symbolika živlů nám ukazuje na životní elementární zákonitosti nejen v přírodě, ale zároveň je důležitá pro pochopení fungování našeho života jako principu bytí. Pochopení těchto základních přírodních pochodů, které nejsme schopni nikterak změnit, pouze je přijmout, nám může zásadně pomoci při hledání souvislostí našich životních událostí a údělů.

## ŽIVLY V NAŠEM FYZICKÉM TĚLE

Živly: éterický vzdušný prostor, plynný vzduch, zářivý oheň, tekutá voda a pevná země. Z těchto pěti živlů a jejich vlastností se skládají všechny viditelné i neviditelné látky, každá hmota a vše živé. Z toho vyplývá, že v každém člověku se zrcadlí kosmos sám.

U člověka jsou přítomny a vnímány všechny živly v neustálém pohybu, v propojení, které udržuje v rovnováze životní sílu – pránu.

**Oheň:** Vytváří v těle teplo a je spojován s trávením a látkovou přeměnou.

**Voda:** Tělo je složeno převážně z vody. Nejdůležitější prostředky transportu v těle, krev a lymfa, jsou tekuté.

**Vzduch:** Přichází s dechem do těla. Správné dýchání (přijímání vzduchu do plic) výrazně ovlivňuje nejen fyzické, ale i duševní zdraví.

**Země:** Tento živel je spojován se všemi pevnými substancemi (svaly, kosti, kůže, šlachy).

**Éter:** Tento živel převládá v orgánech dutých a v meziprostorech těla, např. v žaludku, vnitřnostech, cévách a v plicích. Prolíná všechny útroby.

## DUALITA ŽIVLŮ A JEJICH HLAVNÍ VÝZNAM

### OHEŇ A VODA

Oheň je symbolem Otce a je aktivní povahy. Ten vytváří pasivní protějšek – vodu, která je Matkou nebo také přírodou. Jejich působením vzniká vzduch jako symbol Syna. Sloučením všech tří přichází země jako Dcera, symbol konečného stavu věcí. Pouze dcera však může zapustit další kořeny pro příští generace, naši budoucnost. Tento konec se pak transformuje do jiné kvality – koloběh začíná nanovo.

Oheň a voda jsou považovány za prvky základní. Jejich energie je čistá, silná a nepoddajná. Pocházejí z hlubin vesmíru, potažmo z hlubin osobnosti a souvisejí s morálním založením člověka. Jsou našimi stvořiteli – jako matka a otec.

Oheň a voda – živly, které jsou naprosto odlišné, avšak nemohou být bez sebe.

### VZDUCH A ZEMĚ

Vzduch a země jsou nazývány prvky odvozenými. Jejich energie již není čistá, nýbrž je složena z určitého poměru živlů ohně a vody. Pocházejí z kombinace osobnostních vlivů a vlivů okolí, a proto je můžeme chápat jako ovlivnitelné a méně stálé.

Vzduch se se zemí nikdy neshodne: ona mu staví do cesty překážky v podobě skal, zdí a domů a on ji postupně, pomalinku rozrušuje, když její prachové částičky ulamuje a odnáší do dálky. To už tak mezi sourozenci někdy bývá. Vedou spolu ustavičný svár, tak jako voda a oheň. Přesto všichni tvoří jednu velkou rodinu, éter.

Nic není věčné, ani země, ani voda, ani oheň, ani vzduch. Je jen věčná hra jejich proměn v nekonečných kruzích života.

## ZÁKLADNÍ CHARAKTERISTIKA JEDNOTLIVÝCH ŽIVLŮ Z POHLEDU PSYCHOLOGIE

### OHEŇ

posiluje oheň v nás. Je poháněn silou směřující vzhůru, touží se zbavit omezení země a dostat se vzhůru ke slunci. Je to element, který vám pomůže dostat se zpět na výsluní a zářit. Podpoří vaši nezávislost. Možná se cítíte spíše jako vyhaslý oheň – jeho energie však směřuje k zemi jako dým. Prapůvodní ohnivost vylétá ze středu na obvod stejně jako paprsky slunce. Naším úkolem je nalézt rozumnou míru trvalého vynakládání energie určitým směrem. Jiskra, která oheň zažehne, je mužskou plodivou silou, bez tohoto zážehu by nevznikl nový život. Toto podobenství přísluší otci.

### VODA

má silně očištný charakter. Zatímco oheň vylétá ze středu kruhu, voda vždy směřuje dolů, směrem ke své nejhlubší a nejširší mase. Padá shora z nebes a poté stéká údolními a říčkami do moře. Cyklus vody tvoří nekonečný koloběh životních proměn. Voda je jediný prvek, který se proměňuje v mnoho podob skupenství. Je nevyzpytatelná. Energii vody je potřebné doplnit, pokud chceme něco vyřešit do hloubky, tzn. hluboce vyčistit nebo se vcítit. Proniknout k tomu, co se děje „pod kůží“, pod povrchem, v nevědomí. Jenom ona dokáže odpouštět, přinášet úlevu, ozdravit duši a bezpodmínečně milovat. Teprve řeka, která živě proudí a má schopnost samočištění (přes zemi), může regenerovat náš organismus. I my se čistíme, pokud se uvolňujeme a vyjadřujeme své emoce. Voda je trpělivá, dokáže přinést útěchu. Oheň povzbudí, vzduch přijde s něčím chytrým a země s něčím praktickým. Ale pouze voda dokáže pohladit, přinést úlevu trpčícímu, který cítí, že mu druhý rozumí. Jeho duše to ví. Ve vodě se ztrácí ostrá hranice mezi světem toho, kdo vypráví a kdo naslouchá. Voda je symbolem emocí a prožívání. City přicházejí a zaplavují nás – a zase odcházejí. Voda nás učí žít na hraně mezi jistotou a nejistotou. Učí nás proplouvat mezi povrchem a hloubkou citových vztahů, souvisí tedy s duševním zdravím. Toto podobenství přísluší matce.

### VZDUCH

je symbolem rychlého přenosu informací z místa na místo. Proniká všude, neboť je pohyblivý, lehký, nehmatatelný a neuchopitelný. Dokáže se pohybovat snadno a velmi rychle.

Element vzduchu pomáhá při roztékanosti, při stresu a stálém poklusu.

Vzduch proniká do šířky a výšky, ale nikdy do hloubky. (Tam pronikne pouze voda.) Napomáhá být ve spojení se světem a s okolním prostorem. Podporuje nadhled, odstup od věcí samých. Vzdušný člověk chápe druhé, ale sám zůstává nepochopen. Spojuje druhé, ale sám často zůstává osamělý.

Vzduch spojuje, podporuje myšlení, nové nápady. V hledání souvislostí mezi věcmi nachází živel vzduchu svůj smysl. Energie vzduchu je mladá, rychlá a plná života. Toto podobenství přísluší synovi.



## ZEMĚ

Je symbolem rození a nového pokolení. Je tím, po čem kráčíme, co je pevné, stabilní a neměnné. Po zemi mohou přejít tornáda, záplavy, ale země se tváří, jako by se nic nestalo. Zůstává stále v klidu, trpělivě se otáčí kolem své osy dál. Je symbolem důkladnosti, stálosti. Element země nás podpoří, když se cítíme nerozhodní, pomalí, monotónní ve svém životě. Dokáže nás podpořit v překonávání překážek, soustředit se. Země je tím, o co se všechny ostatní živly opírají, bez čeho by zřejmě vůbec nemohly existovat. Je to jediný živel, který je schopen dávat ostatním tvar.

Abychom mohli žít, potřebujeme střechu nad hlavou, práci, jídlo a zdravé tělo. A těmito dary nás živel země obdarovává. Toto podobenství přísluší dceři.



## ÉTER

**Éter (Akáša) je nejjemnější prostor, pralátka, co skrze vše prochází.**

Všechny ostatní živly vznikly až z něj. Je nositelem myšlenky. Nedá se hromadit v těle ani nikde jinde. Je to všeobsahující energie, ze které pochází veškerý vesmírný pohyb.

**Symbol v rostlinné říši:** semeno

**Energie:** VŠE OBSAŽENÉ/ RODINA

**Základní vlastnost ducha:** svědomí

**Psychická funkce:** život

**Aspekty:** projevené i neprojevené/ akáša

**Psychická funkce:** vše je v nás

## SMĚS PRO POSÍLENÍ ŽIVOTA V NÁS

Směs obsahuje všechny hodnoty éterických kompozic čtyř živlů. Pojednává o středobodu v nás jako součásti moudrého vesmíru. Energie jsou vyvážené: obsahují hodnoty aktivní i pasivní, ženský i mužský princip, tedy vše v nás – vesmír v nás.

**Psychická podpora:** LÁSKA, TICHŮ, NEPROJEVENÉ I PROJEVENÉ, ŽIVOT

**Esenciální oleje použité v kompozici:**

mandarinka (Citrus reticulata), lemongras (Cymbopogon angustifolia), cedr (Cedrus atlantica), pomeranč (Citrus sinensis), citrón (Citrus limon), kadidlo ((Bursera sacra), limetka (Citrus aurantifolia), eucalyptus (Eucalyptus globulus), bergamot (Citrus bergamia), skořice (Cinnamomum zeylanicum), rozmarýn (Rosmarinus officinalis)



## OHEŇ

Oheň – pitta

Slunce a oheň jsou hlavními zdroji energie. Slunce zabezpečuje teplotu a světlo. Sluneční paprsky vyživují rostliny i lidské buňky.

Oheň je prvek základní, aktivní. Představuje: vůli, sílu, energii, tlak. Je symbolem pro vše, co přichází prudce. Oheň značí proměnu, očištění, životodárnou moc slunce, ochranu a i obranu, duchovní moc, projev božství. Je to prostředek, jenž pohlcuje stvořené věci a navrácí je k k původní jednotě. Jeho světlo a žár jsou jako rozum a cit.

**Symbol v rostlinné říši:** květ

**Energie:** AKTIVNÍ / OTEC

**Psychická funkce:** intuice, vůle

**Pozitivní aspekty:** odvaha, sebevědomí, vášně, kreativita

**Negativní aspekty:** podrážděnost, vznětlivost, bezohlednost

## SMĚS PRO POSÍLENÍ VNITŘNÍ SÍLY

Směs má díky svým vlastnostem vynikající stimulační účinky. Posiluje vnitřní sílu, intuici a aktivitu. Éterické oleje v živlu OHNĚ dodávají tělu vnitřní teplo a blahodárně působí na psychiku při pocitu vyhasnutí, osamocení, sklíčenosti a opuštěnosti. Oživují naši psychiku.

**Psychická podpora:** VŮLE, SÍLA, INTUICE, AKTIVITA

**Esenciální oleje použité v kompozici:** mandarinka (Citrus reticulata), lemongras (Cymbopogon angustifolia), cedr (Cedrus atlantica)



## VZDUCH

Vzduch – váta

Vzduch obsahuje kyslík, který je důležitý pro život. Vítr – pohyb vzduchu – ovlivňuje pohyb.

Vzduch je prvek odvozený, aktivní. Je symbolem všeho, co souvisí s myšlením, vývojem, pohybem a postoji. Sděluje vnitřní chyby a zmatky.

Vzduch je chápán jako vesmírný dech života. Je nepostizitelným poslem bohů. Větrný vír, podobně jako život a duše, obsahuje vzestupné i sestupné proudy. Svým prvních nádechem přichází duše na tento svět a svým posledním výdechem na tomto světě přechází duše na onen svět.

**Symbol v rostlinné říši:** list

**Energie:** AKTIVNÍ/ SYN

**Psychická funkce:** myšlení, rozum, intelekt

**Pozitivní aspekty:** veselí, komunikativnost, inteligence

**Negativní aspekty:** zádumčivost, lehkovážnost, pomlouvačnost, chlad

## SMĚS PRO OČISTU MYSLI

Směs má díky svým vlastnostem vynikající stimulační účinky. Posiluje komunikaci, vývoj a pohyb vpřed. Éterické oleje v živlu VZDUCHU dodávají do prostoru novou očištnou energii, podporují nové myšlenky a inteligenci.

**Psychická podpora:** OČISTA, MYŠLENÍ, KOMUNIKACE, POHYB

**Esenciální oleje použité v kompozici:** kadidlo (v Bursera sacra), limetka (Citrus aurantifolia), šalvěj muškátová (Salvia Sclarea), eucalyptus (Eucalyptus globulus)



## ZEMĚ

**Země ochraňuje, poskytuje základ a stabilitu pro život. Všechny pevné části v těle – kosti a zuby – mají převahu Země.**

Země je chápána a uctívána jako velká Matka, univerzální rodička, živitelka, jako nositelka nevyčerpatelné tvořivosti a výživy. Je to tkani-vo života, a pokud naše planeta zemře, zemře- me i my s ní.

Země je prvek odvozený, pasivní. Je vše, co souvisí s hmotou – práce, peníze, starosti, změny, růst, možnosti.

**Symbol v rostlinné říši:** kořen

**Energie:** PASIVNÍ / DCERA

**Psychická funkce:** intuice, vůle, vědomí

**Pozitivní aspekty:** odvaha, sebevědomí, vá-šeň, kreativita

**Negativní aspekty:** podrážděnost, vznětli- vost, bezohlednost

## SMĚS PRO POSÍLENÍ SMYSLŮ A UKOTVENÍ

Směs má díky svým vlastnostem vynikající zklidňující účinky. Posiluje vlastní hodnoty člověka, jeho osobní růst, vnímání životních změn a ukotvení. Éterické oleje v živlu ZEMĚ dodávají tvořivou energii, vyživující sílu a roz- vážnost ke konání.

**Psychická podpora:** VYTRVALOST, ROZVÁŽ- NOST, TRPĚLIVOST

**Esenciální oleje použité v kompozici:**

hřebíček (*Syzygium aromaticum*), bergamot (*Citrus bergamia*), skořice (*Cinnamomum zeylanicum*), rozmarýn (*Rosmarinus officinalis*)

50 ml  
Cena:  
280 Kč



400 104



10 ml  
Cena:  
260 Kč

400 204

## VODA

**Voda – kapha**

**Nachází se v atmosféře, jezerech, řekách, ve vodních tocích. Ochladzuje okolí. Voda tvoří buňky a dodává sílu.**

Voda je prvek základní, pasivní. Představuje: pravdivost, cit, vztah a náladu. Je symbolem pro to, co nás klame a co plyne. Je to pramen všech věcí ve vesmíru, představitelka zrození a osvěže- ní. Odplavuje, strhává s sebou i obnovuje. Místo odporu obstupuje, obklídí je, dostane se za ně a nakonec odstraní z cesty i tu nejtvrďší skálu. Je symbolem velké Matky, má velice blízko k Zemi. Je tekutým protějším světla.

**Symbol v rostlinné říši:** stonek

**Energie:** PASIVNÍ/ MATKA

**Psychická funkce:** cit (emoce), pocit

**Pozitivní aspekty:** empatie, fantazie, láska, altruismus, citlivost

**Negativní aspekty:** odtržení od reality, přecit- livělost, neurčitost, nerozhodnost

## SMĚS PRO POSÍLENÍ VNITŘNÍHO CITU

Směs má díky svým vlastnostem vynikající zklidňující účinky. Posiluje cit k sobě, pozitivní emoce, mateřství a lásku. Éterické oleje v živlu VODY vyživují naši psychiku do hloubky, vy- rovnávají vnitřní horkost, rozladěnost a čistí naše špatné pocity a nálady.

**Psychická podpora:** EMOCE, CIT, LÁSKA, PLOZENÍ, MATEŘSTVÍ

**Esenciální oleje použité v kompozici:**

pomeranč (*Citrus sinensis*), grapefruit (*Citrus decumana*), citrón (*Citrus limon*)

10 ml  
Cena:  
260 Kč



400 102

50 ml  
Cena:  
280 Kč



400 202

A photograph showing several small, dark glass bottles of essential oils, some with black caps and some with white caps, arranged on a white surface. In the background, there are vibrant purple and pink flowers, possibly orchids, adding a natural and aromatic feel to the scene.

# CO JE TO AROMATERAPIE

Aromaterapie je forma jemnohmotné léčby, která užívá vůně za účelem terapeutického působení. Tato fyzikální alternativní terapie je založena na použití esenciálních neboli éterických olejů získaných z rostlin. Zaměřuje se na zlepšení celkového zdravotního stavu osob a jejich vzhledu. Éterické oleje jsou vonné substance získané z určitých částí rostlin: květín, plodů, listů, kořenů, semen, kůry, stonků, mízy, a to pomocí destilace nebo těkavých rozpouštědel. Je možné je ředit lihem, rostlinnými či minerálními oleji, vodou jen velmi zřídka.

Účinek aromaterapeutických postupů závisí na čistotě a kvalitě éterických olejů a na způsobu jejich použití. Vůně obsažené v éterických olejích jsou především rostlinného původu: každá rostlina, každý strom nebo květina střeží svoji moudrost nashromážděnou během miliónů let. Proto může poskytovat obrovskou službu lidem i zvířatům.

Nejvyvinutější složkou rostliny je éterický olej. Jeho ušlechtilá povaha z něj činí velmi silný léčivý prostředek. Substance obsahují těkavé komponenty vznikající látkovou přeměnou v rostlinách udržující aroma. S novými metodami získávání éterických olejů tak máme k dispozici vynikající léčivé prostředky. Ty mají velmi bohaté, různorodé a komplexní chemické složení, a tudíž silné antiseptické, baktericidní, fungicidní a analgetické účinky a mnoho dalších terapeutických vlastností. Aromaterapeutické oleje jsou pulsem života rostliny. A právě tento puls neboli duch rostliny poskytuje lidským buňkám energii a živiny potřebné pro posílení regenerační schopnosti, síly a obranyschopnosti organismu.

## JAK POUŽÍVAT AROMATERAPII HANNA MARIA

*Kompozice 100% čistě přírodních éterických olejů značky Hanna Maria mají vynikající terapeutické účinky nejen na fyzické tělo, ale především jsou určeny pro duševní a duchovní úlevu a zklidnění.*

*Aromaterapie značky Hanna Maria je vyvážená, obsahuje vysoce kvalitní suroviny, které se zpracovávají pod přísným laboratorním dozorem. Kompozice mají zdravotní atesty nezávadnosti pro styk s pokožkou.*

*Abyste si mohli dopřát kvalitu esenciálních kompozic, kterou značka Hanna Maria představuje, musí vůně zrát minimálně 12-18 měsíců na nerušeném místě a ve stabilizované teplotě bez denního světla. Tato trpělivost přináší své ovoce ve formě nadstandardní kvality účinků silic pro domácí i profesionální terapeutickou práci v oboru aromaterapie.*

### **ENERGETICKÁ AROMATERAPIE**

Éterické oleje získané z přírody mají schopnosti pročistňovat auru neboli energetické pole. Tím podporují naše zdraví, štěstí a spokojenost. Jedná se o proces, který působí na jiné dimenze naší přirozenosti, než jaké zná většina lidí. Naše kompozice se zaměřují na pročistění jemných nehmotných částí našeho těla, jež přímo ovlivňují tělo fyzické. I když máme pocit, že inhalováním éterických olejů prospíváme tělu fyzickému, ve skutečnosti je to důsledek léčení energetických polí. Energetická aromaterapie napomáhá vyrovnávat energie těla a duše, myšlení a jednání, fyzické a mentální síly. Esenciální oleje neboli éterické oleje jsou vzácným darem přírody. Mohou se získávat jen s minimálním zásahem člověka. Éterické oleje se destilují z různých částí rostlin. Je to krása, kouzlo, srdce, životní síla či energie, duch rostliny. Aromaterapii můžete také chápat jako prevenci před onemocněním jak fyzickým, tak duševním. Při patřičné relaxaci v kombinaci s použitím éterických olejů lze navodit přímo očistný proces pro naši psychiku a uvolnit dávno nastřádané emoce.

## KAPKY

### 100% čistě přírodní éterický olej

**VODNÍ LÁZEŇ** – Koupel s éterickými oleji je úžasná relaxace, voňavý očistný proces, kdy účinky olejů vstupují do těla kůží přes lymfatický a imunitní systém a dále inhalací přes plíce, tedy krevním oběhem.

Doporučené dávkování pro lázeň je cca 5–7 kapek éterického oleje na 100 l vody. Pokud budete mít nepříjemnou reakci, lázeň hned ukončete a osprchujte se. Naše doporučení: při lázni si ponořte celé tělo včetně vlasů, tím propojíte všechna energetická pole a docílíte úžasného čistého procesu.

Pozor! Při lázni nepoužívejte žádné chemické přípravky jako jsou šampony, mýdla, pěny do koupele. Chemické procesy uvedených příkladů energetické informace vložené do kompozic jsou nenávratně zničeny. Zůstává pouze vůně bez terapeutického účinku.

**AROMATERAPICKÁ MASÁŽ** – Pro jednu dávku masáže postačí 3-5 kapek této kompozice v nosném oleji nebo krému. Éterické oleje velmi dobře působí na psychickou úlevu právě při masáží, kdy se díky účinkům aromaterapie uvolňují negativní kapsy odpadu usazených kolem páteře v oblasti čaker. Během masáže se line jemná vůně, která nejen že je velmi příjemná, ale především léčí. Při nepříjemné reakci smyjte aplikovaný olej nebo krém vlažnou vodou. Detailní postup pro aromaterapeutickou masáž najdete v našem produktovém katalogu, který naleznete vždy v aktuální verzi na [www.hannamaria.cz](http://www.hannamaria.cz).

**AROMALAMPA, KERAMICKÁ KOSTKA** – Doporučené dávkování: 5–7 kapek éterického oleje nakapat do vody v nádobce aroma lampy. Zapálená svíčka již sama začne postupně uvolňovat vůni do okolí.

Pro bezpečnější užití olejů nabízíme keramickou kostku, která je vhodná do menších prostorů.

7 kapek stačí nakapat na keramickou kostku a vůně se již sama začne rozptylovat po místnosti. Je to bezpečná aplikace bez použití ohně.

[www.hannamaria.cz](http://www.hannamaria.cz)

**INHALACE** – Chcete-li okamžitě zmírnit pocit stresu, úzkosti, zmatku, nadechněte se siličného oleje přímo z lahvičky nebo si nakapejte několik kapek na kapesník nebo polštář a vdechujte vůni tímto způsobem. Noste lahvičku při sobě, abyste si mohli navodit toto občerstvení kdykoli během dne.

Inhalaci lze provádět i tak, že do nádoby s teplou vodou nakapete cca 5 kapek éterického oleje. Skloníte hlavu, kterou si zakryjete např. ručníkem, a inhalujete přímo z nádoby. Vysoký účinek mají silice při nachlazení, bolestech hlavy aj.

## ROZPRAŠOVAČE

### 100% čistě přírodní éterický olej v ROZPRAŠOVAČI

Aromaterapie v rozprašovači je ideálním pomocníkem při cestách, během jízdy autem, v domácnosti i v zaměstnání. Výborná je aplikace na polštář, na peřinku nebo na oblečení. Je možné také použít rozprašovač do místnosti, kde chcete navodit léčivou atmosféru. Všechny naše kompozice lze použít i jako osobní parfém. Díky použití alkoholu nezanechávají oleje skvrny na povlečení nebo oděvu a alkohol navíc stabilizuje vůni na dlouhou dobu. Protože se nejedná o přímý kontakt s pokožkou, lze použít rozprašovač v místnosti i u malých dětí. Doporučujeme však aplikovat na peřinku místo na polštářek. Od dvou let věku dítěte můžete aplikovat přímo na polštář. Sliznice těchto dětí nejsou již tak choulostivé jako u batolat.

## MANDLOVÝ OLEJ V AROMATERAPII

Mandlový olej je vynikajícím nosičem pro aromaterapii. Sám o osobě má mnoho vynikajících účinků na pokožku a v souladu s aromaterapií působí blahodárně na pokožku, vnitřní orgány a psychiku. Používejte na masáže, do koupele, jako olej pro koupeli na celou pokožku. Více informací naleznete u produktu.

