

ĒTERISKĀS ELLAS

BURVE.LV

MAGNOLIJAS ZIEDA ĒTERISKĀ ELLA (Michelia alba)

Apraksts

Smaržai piemīt smalks aromāts, savā ziņā tas pat ir luksusa aromāts, kurā ir vēlme ietieties kā satīna palagos. Magnolijas zieds pazīstams arī kā champakas ēteriskā eļļa. Ikvienš, kurš kaut reizi ir sajutis karsto Bali sauli ar pasakainajiem Magnolijas ziediem matos, sapratis šo sajūtu, un tiem, kas nav, aicinu sevi palutināt un jauties šai sievīšķigajai ēteriskajai eļļai, kurai piemīt afrodiziaka īpašības. Šī zieda ēteriskā eļļa ir antialergisks līdzeklis ar saldi medainu, eksotisku auglu aromātu, kas nomierina, atslābina un mazina spriedzi - gan fizisko, gan garīgo. Šīs ziedes, tā eļļa nāk no Ķinas, bet ir sastopama daudzviet Āzijā, piemēram, Bali.

Praktiskās īpašības

Paldz novērst nervozitāti, stresu, paaugstinātu asinsspiedienu, sirdsklauves, elpas trūkumu un menstruālo diskomfortu. Sakārto hormonālo līdzsvaru. Veicina emocionālo stabilitāti. Lietojot uz ādas, samazina sebuma izdalīšanos, paldz cīnā pret pumpām, uzlabo asinsriti. Kvalificējas kā afrodiziaks. Uzlabo naktsmieru. Veicina imunitātes atjaunināšanos un tās līdzsvaru.

Iedvesma, sajūtas

Skaistums. Visaptveroša mīlestība. Atjauno vispārēji - sajūtu līmeni, ja esi bez spēka. Lietojot šo eļļu, sajūties centrēts un spēcīgs. Sajūtīši savu intuīciju skaidrāk, vai Tu tai klausīsi, tā būs Tava izvēle.

Ietekme uz čakrām



LOTOSA ZIEDA ĒTERISKĀ ELLA (Nelumbo nucifera)

Apraksts

Lotusa ēteriskā eļļa ir augststākā meistarība, ietērpta sakrālā ziedā, kura būtība pauž mieru un vēlmi būt vienotam kodolā. Veicina diskriētumu un sadarbiņu. Atver pasauli visuma magiskajam spēkam un veicina sajūtu par pieņemšanu it visā notiekšajā. Lotoss - kā tīrības simbols, kaut kā jauna svētība. Neskaņāmās tradīcijās, lotosa zieds uzskaņās kā svētumā simbols ar sakrālu nozīmi. Lotosa ziedā aromāts ir spēcīgs - ar saldu ziedu notīm. Lotosa zieda ēteriskai eļļai piemīt nomierinošas īpašības ar tulītēju efektu - izmantojot šo ēterisko eļļu terapijā, cilvēki kļūst laipnāki, atvērtāki garīgajām vēlmēm un piedošanai. Lotosa ziedu plāši izmanto Ķinas medicīnā un Indijā.

Praktiskās īpašības

Uzlabo ādas stāvokli, jo tās sastāvā ir fosfors, linolskābe, B un C vitamīns, dzelzs un olbaltvīnējums, piemīt pretiekaismu īpašības. Eļļa aktīvi darbojas uz aknām, žultspūslī un saules pinumu, kas paldz mazināt dusmas. Uzlabo apetītu un tonizē vēderu, pazemina asinsspiedienu un uzlabo spēju koncentrēties. Paaugstina libido. Nomierinot aktīvās emocijas, paldz koncentrēties garīgajām praksēm un saslēgties ar savu patieso būtību.

Iedvesma, sajūtas

Vispārējs miers. Lotosa ēteriskajai eļļai piemīt magiska burvība strauji nomierināt satrauktu prātu, un, savā ziņā, tas spēj kliedēt arī ierūsējus asīzvainojumus un sastāvējušās dusmas.

Ietekme uz čakrām



MIRTES ĒTERISKĀ ELLA (Myrtus communis)

Apraksts

Savdabīgs aromāts, kas nav ierasts un iespējams ikdienas lietošanai - mulsina, bet tajā pašā laikā pievelk, jo tieši tā tirā un eiforiskā smarža nav pielidzināma nekam citam. Mirtes ēteriskā eļļa lieliski darbojas prātu nomierināšanai, trausmes mazināšanai un baudīpilna miega veicināšanai. Tai piemīt senatnīga, bet svaga smarža. Oriģināli nāk no Korsikas salas.

Praktiskās īpašības

Eļļai piemīt antibakteriālas īpašības un tā var kalpot kā dezinfekcijas līdzeklis. Paldz pret bakteriju un sēnīšu infekcijām, var izmantot arī brūču ārstēšanai. Uzlabo asins cirkulāciju. Atjauno garīgo un fizisko vitalitāti, uzlabo smadzeņu darbību un mazina sāpes. Lieto arī ginekoloģisku saslimšanu gadījumos (ipaši urīncelju infekcijas gadījumos). To medz izmantom atlēcelu saslimšanu - bronhīta, klepus un saaukstēšanās gadījumos kā inhalāciju. Atvieglo muskuļu spazmas/ sāpes, lieto kopā ar bāzes eļļu un ar masāžas kustībām iemasē ādā.

Iedvesma, sajūtas

Emocionālā tīrība. Attīrīšanās. Atbrīvošanās no liekā. Savā ziņā sakrāla/ svēta emocionāla sajūta. Prāta skaidrība, kad šķiet, ka viss sajucis vienā "putrā".

Ietekme uz čakrām



YLANG YLANG ĒTERISKĀ ELLA (Cananga odorata)

Apraksts

Ylang Ylang ir viena no galvu reibinošākajām afrodiziakām ēteriskajām eļļām. Tā veicina seksuālo potenci, vairo pašsapziņu un piešķir jaudu. Ylang Ylang ēteriskajai eļļai piemīt bagātīgs augļu ziedu aromāts. To izmanto, lai uzlabotu garastāvokli, mazinātu depresiju, trauksmi un sirdsdarbības ātrumu. Oriģināli nāk no Indonēzijas - īpaši bieži sastopama Javas salā.

Praktiskās īpašības

Eļļa pazemina asinsspiedienu un palidz līdzsvarot hormonus. Tā labvēlīgi iedorbojas, lai mazinātu dusmas, traukmi, bailes un šoku. Lietojot lokāli (atšķaiditu ar bāzes eļļu), ir piemērota visiem ādas tipiem. Lietojot uz galvas ādas (atšķaiditu ar bāzes eļļu), veicina matu augšanu. Kā aromāts piemērots guļamītabai, lai veicinātu dziļāku un veselīgāku miegu. Ieteicams lietot kā masāžas eļļu savam partnerim, lai celtu tā gara jaudu, un, savukārt, pārtu atbrīvotu no liekām domām un raizēm.

Iedvesma, sajūtas

Manāmi pieaug pašpārliecītība un ticība sev it visā. Veidojas sajūta par savu kermenisko pievilcību, kas sniedz miera un atslābuma izjūtu. Pazūd spriedze un stress par nebūtisko. Rodas patika pašam pret sevi un citiem cilvēkiem.

Ietekme uz čakrām



PEONIJAS ZIEDA ĒTERISKĀ ELLA (Paeonia suffruticosa)

Apraksts

Peonijai piemīt spēcīgas nomierinošas īpašības. Ir dienas, kad stress nēm virsroku un rodas nedrošības, pat nepārliecītības sajūta, tad šādās dienās "labākais draugs" būs peonijas ēteriskā eļļa. To medz lietot neiroloģisku traucējumu gadījumos, kā arī, lai pozemīnātu asinsspiedienu un trauksmi. Peonijai piemīt spēcīga, saldi asa smarža kā pirmā notis, kura pēc briža paliek maiņāka, un caur to, var sajust svaigu, atspirdzinošu augļu kokteili ar medu. Peonijas ēteriskā eļļa satur antibakteriālu savienojumu - peonoli, ko lielski var izmantot pretiekaismu, pretēnīšu un ādas kairinājumu/brūču ārstēšanai. Peonija aktivizē ādas aizsardzības mehānismus, tonizējot un nostiprinot to. Peonijas zieda ēteriskās eļļas oriģināli nāk no Ķinas, kur tās tiek plaši audzētas.

Praktiskās īpašības

Lietojot lokāli (atšķaiditu ar bāzes eļļu), aizkavē novecošanos, paldz cīnā ar vecuma plankumiem, pumpām, pigmentāciju. Veicina šūnu atjaunošanos, uzlabo ādas vitalitāti, izlīdzina ādas toni, kā arī palielina ādas elastību un mirdzumu. Paldz mazināt spriedzi, nomierina, bet tajā pašā laikā, dod enerģiju. Darbojas kā daibīgs augļu hormons, kas līdzsvaro to sekreciju sievietēm, nostabilizē menstruālo ciklu, veicina seksualitāti un harmonizē pašsajūtu.

Iedvesma, sajūtas

Es esmu spēcīgs it visā, ko daru. Man ir viss vajadzīgais, lai darītu un radītu, lai veidotu un būtu absolūtā pārliecībā par stabilitāti un notikumiem. Viss notiek tā, kā ir vislabāk man.

Ietekme uz čakrām



FRANGIPANI ĒTERISKĀ ELLA (Plumeria Alba)

Apraksts

Frangipani eļļai piemīt fascinējošs aromāts, kurš savu smaržu buketi atklāj pamazām, soli pa solim, atverot savu aromātu pilnībā vien pēc ilgāka laika. Smarža ir jutekliska, viegla, bet tās iedarbība ir tulītēja un ilgtspējīga. Lietojot eļļu, jūti kā mainīs Tavs emocionālais stāvoklis un Tevi ieskauj miers. Frangipani eļļa veicina dzīļu iekšēju attīrišanos, kas atsvaidzina ķermenī, prātu un dvesēli. Paldz mazināt stresu, cīnās ar depresiju, uzlabo asinsriti un līdzsvaro hormonu darbību. Īpaši ieteicama iķivējam, kurš iekdienā piedzīvo veģetatīvās distonijas saasinājumus. Oriģināli nāk no Indijas un Indonēzijas salām, tai skaitā Bali.

Praktiskās īpašības

Uzlabo garastāvokli, vairo labsajūtu un uzlabo asinsriti. Paldz uzlabot spēju koncentrēties. Lietojot lokāli, tam piemīt joti mitrinošas īpašības, kas saglabā ādu elastīgu un tonizētu. Sastāvā esošie glīkozi diļi palidz tai labāk uzsukties, tādējādi veicinot organismu esošā kalogēnu ražošanu. Eļļas lietošana palielina libido un mitrina ādu. Veicina veselīgu nakts miegu.

Iedvesma, sajūtas

Skaistums un drošums būt pašam. Stipra gribas sajūta un ticība sev, caur mīlestības un pieņemšanas plūsmu, ar vieglumu sajūtās un spēku sirdī.

Ietekme uz čakrām



SANDALKOKA ĒTERISKĀ ELLA (Santalum album)

Apraksts

Caur šo neparasto, saldo koksnes aromātu, sajūtīšiet sevī pieplūstam spēku. Jau no pirmā briža jutīsiet, kā trausmes atkāpjās, tā vietā dodot telpu pārliecībai un iekšējam spēkam. Aromāts ir neitrāls un viegls. Asina prātu, veicina koncentrēšanos. Maksimāla efektivitātē, darot darbus, stratēģiski nozīmīgos brižos. Šī eļļa oriģināli nāk no Indijas..

Praktiskās īpašības

Sandalkoka eļļa mazina saspringumu, trauksmi, paniku un nogurumu. To nereti izmanto inhalācijās, arī elpcelu infekciju - kakla sāpju, bronhiita gadījumos, kā arī pie drudža, gremošanas frakta un žultspūša infekcijas saslimšanām. Ēteriskā eļļa labvēlīgi iedarbojas uz asinsspiedienu, veicina veselīgu miega kvalitāti, uzlabo libido. Ēteriskā eļļa lieliski attīra telpu no negatīvām emocijām.

Iedvesma, sajūtas

Es esmu spēcīgs, manas saknes ir kā kokam un stingri aug zemē. Es varu visu. Mans kodols ir spēcīgs un stiprs. Es esmu Es.

Ieteikme uz čakrām



FRANKINCENSES ĒTERISKĀ EĻĻA (Boswellia carteri)

Apraksts

Frankincenses ēteriskā eļļa - citviet saukta arī par vīraka eļļu. Tai piemīt viegls, tīra koka aromāts, kas ļauj atslābināties un palēniņāt elpošanu, tāpēc to nereti izmanto dažādos garīgos rituālos, meditācijās un brižos, kad vēlies atjaunot līdzsvaru. Rada vispārēju miera un harmonijas sajūtu ar sevi un pasauli. Šī eļļa Tevi maģiski sašķēldz savienojumā ar sevi pašu un visumā. Paaugstina imunitāti, stiprina nervu sistēmu. Origīnālā izcelmes vieta - Somālijā, Āfrika.

Praktiskās īpašības

Atvieglo pirmsmenstruālās un muskuļu sāpes, uzlabo osinssriti, palīdz mazināt pēcdzemdību depresiju, veicina mieru un atbrīvo prātu. Ielēpojot cīnās ar plaušu saslimšanas simptomiem. Eļļai piemīt ādu atjaunojošas īpašības, kas izlīdzina grumbas, atjauno ādas elastību, samazina poras un regulē sebuma izdalīšanos. Tās pamatfunkcija ir atvieglot pirmsmenstruālās un muskuļu sāpes.

Iedvesma, sajūtas

Es esmu gatavs saņemt un pieņemt it visu, kas man paredzēts. Es uzticos visumam. Esmu vienots un pasargāts. Līdzvars un harmonija ar visu, kas ir līdzās.

Ieteikme uz čakrām



ORHIDEJAS ĒTERISKĀ EĻĻA (Orchis morio)

Apraksts

Orhideja - kā simbols skaistumam, estētiskumam, diskrētumam un mīlestībai. Šai eļļai ir fantastiska iedarbība sejas kopšanā - tā mitrina, nomierina ādu, atjaunojot un piešķirot mīrdzumu sejas krāsai. Tai piemīt salds aromāts, kas uzlabo garastāvokli, nomierina, mazinot stresu un spriedzi. Darbojas ka antidepresants. Origīnāli nāk no Āzijas, Ķīnas.

Praktiskās īpašības

Pazemina osinsspiedienu un uzlabo asins cirkulāciju. Nomierina prātu un mazina stresu, spriedzi, paniku un citus nervu sistēmas traucējumus. Līdzvaro hormonu darbību. Orhidejas ēteriskajai eļļai piemīt antibakteriālās īpašības. Lietojot lokāli, līdzvaro, uzlabo un atjauno ādas struktūru, piešķir tai svaigumu un mīrdzumu. Ēteriskā eļļa palīdz regulēt ādas pigmentāciju, apkarojot brīvo radikālu izraisīto novecošanos, harmonizējot ādas dabisko izskatu. Lielisks antioksidants.

Iedvesma, sajūtas

Ēteriskums un prieks. Brīvība būt pašam. Smaids un iedvesma piedzīvot lieliskus mīrkļus. Vispārēja ēstētiskuma un skaistuma izjūta, izpausme.

Ieteikme uz čakrām



KUMKUMADI EĻĻA (Kumkumadi Tailam)

Apraksts

Kumkumadi eļļa, saukta arī par Kumkumadi Tailam, ir unikāls eļļu un ājurvēdas augu maisijums, kas izstrādāts, lai palīdzētu ādai izskatīties jaunai un veselīgai. Kumkumadi ēteriskā eļļa darbojas kā maģisks līdzeklis ādas uzlabošanai. Tā ir piemērota visiem ādas tipiem, īpaši jūtīgai un sausai ādai, tās mitrinošo īpašību dēļ. Tās galvenā sastāvdaļa ir safrāns, kas padara sejas ādu gludu un piešķir tai mīrdzumu. Ājurvēdā šī eļļa tiek dēvēta par brīnumlīdzekli. Izcelmes valsts - Indija.

Labās īpašības

Kumkumadi eļļa palīdzēs uzlabot ādas struktūru, kā arī mazinās ādas problēmas, piemēram, pumpas, rētas (tai skaitā strijas). Šīs spēcīgās eļļas sastāvdaļas palīdzēs uzlabot ādas toni, padarot sejas ādu gaišāku, veselīgāku un tīrāku. Eļļai piemīt arī atvēsinošas un nomierinošas īpašības ar ārstniecisku iedarbību uz ādu, kas ļauj tai justies labi arī karstā laikā, kad mūsu āda svīst, pastiprināti izdalās sebums un tā mēdz iekāst. Palīdz cīnās ar pigmentācijas un vecuma plankumiem. Acīmredzami uzlabo ādas stāvokli - mitrina, baro, atjauno, izlīdzina grumbas un padara ādu mīrdzošu, samazina tumšos lokus. Palēnīna ādas novecošanās procesus.

Lietošana

Eļļu lieto lokāli, lai uzlabotu ādas stāvokli, mazinātu tās defektus, padarītu to veselu un mīrdzošu. Eļļu nav nepieciešams atjaukt ar ūdeni vai bāzes eļļām. Pirms lietošanas, aicinām to testēt uz Jūsu ādas, uzleikot nelielu daudzumu eļļas (1cm) uz ādas rokas iekšpusē, novērot sajūtas 24h.

ARGĀNA EĻĻA (Argania spinosa)

Apraksts

Argāna eļļu nereti dēvē par šķidro zeltu, ko iegūst no mīklai līdzīgas pastas, un to mīcot, tiek iegūta augstvērtīgā argāna eļļa. Jau gadsimtiem ilgi, sievietes visos Vidusjūras reģionos, to izmantojušas skaistumkopšanas rituālos, lai radītu svagī, starojošu un, veselīga izskata ādu un matus. Izcelmes valsts - Maroka.

Labās īpašības

Eļļa ir bagāta ar Omega-6 un Omega-9 taukskābēm, kas palīdz ādai saglabāt tās elastību un samazināt nelielas krūcījas. Argāna eļļa palīdz arī cīnā ar dažādām ādas problēmām, piemēram, pumpām vai psorāzi. Lielisks ādas mitrīnātājs, palīdz cīnā ar strijām un akni. Īpaši piemērota sāsus matu un nagu stāvokli uzlabošanai. Ieteicama nobriedušai ādai.

Lietošana

Lokāli, lai uzlabotu ādas stāvokli, mazinātu tās defektus, barotu un mitrīnātu matus un nagus. Eļļu nav nepieciešams atjaukt ar ūdeni. Šo eļļu var lietot kā bāzes eļļu, pievienojot ēteriskās eļļas, bet var lietot arī tīru. Eļļa ir paredzēta tikai lokāli lietošanai. Pirms lietošanas, aicinām to testēt uz Jūsu ādas, uzleikot nelielu daudzumu eļļas (1cm) uz ādas rokas iekšpusē, novērot sajūtas 24h.

ČAKRAS



1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

Svarīgi!

Nelietojojet ēteriskās eļļas neatšķaidītā veidā uz ādas vai glotādas. Nekādā gadījumā nelietojojet tās iekšķīgi. Grūtniecēm, jaunajām māmiņām un bērniem līdz 12 gadu vecumam, par lietošanu, konsultēties ar savu ārstu vai aroma terapeitu.

Pirms lietojat uz ādas, izmēģiniet uz mazas ādas virsmas (elkoņa locījuma vietā) un novērojet vismaz 48 stundas.

Var izraisīt alerģisku ādas reakciju. Izraisa ādas kairinājumu (risks, kas saistīts ar produkta lietošanu tīrā veidā uz ādas). Ja esat alerģisks, tad jau sākotnēji, iekārējiet testēt uz ādas ēterisko eļļu, kura ir sajaukta ar bāzes eļļu (piemēram, argāna eļļu, vai citām).

Ēterisko eļļu lietošanas metodes - indikācijas ir sniegtas informatīvi un nav uzskatāmas par medicīniska rakstura ieteikumiem. Informācija ir iegūta un apkopota informatīvos nolūkos, no aromaterapijas grāmatām un tīmekļa vietnēm.

Ja ilgstoši lietojot vienas un tās pašas ēteriskās eļļas, iekārējiet konsultēties ar aromaterapeitu par to ietekmi.

Derīguma termiņš: skatīt uz ēteriskās eļļas pudelētes iepakojuma. Ēteriskā eļļa jauzglabā istabas temperatūrā, izvairieties no tiešiem saules stariem.

Ēterisko eļļu lietošanas vadlīnijas:

- Pievienojot vannai 6 - 8 pilienus ēteriskās eļļas, vislabāk, ja šos pilienus uzpilina uz sāls, kurš var būt arī galda sāls, ja nav pieejams jūras sāls.
- Uzpilinot uz salvetes - 2 pilienus, lai nekavējoties ieelpotu.
- Iepilinot karstā ūdens krūzē - 2 pilienus uz 100ml ūdens, tādejādi elpojot tā tvaikus kā inhalācijas.
- Pievienojot bāzes eļļām - iekārējiet atšķaidīt vidēji 4 - 6 pilienus uz 100ml bāzes eļļas.
- Lietojot tvaika difuzeros kā istabas aromatizētāju, pievienojot 3 - 5 pilienus uz 100ml ūdens.
- Kā spreju kermenim, pievienojot 6 - 8 pilienus uz 100ml ūdens.
- Mazgājot grīdu, pievienojot 3 - 5 pilienus grīdas mazgājamajam ūdenim.
- Lai veicinātu kvalitatīvu naktsmieru, pievienojot 2 pilienus ēteriskās eļļas gultasveļai.
- Pievienojot dažādiem kosmētikas līdzekļiem (kopēju ieteikuma vadlīniju nav).

Ja nepieciešama detalizētāka informācija, vai ir radušies konkrēti jautājumi kā labāk lietot, droši uzdotiet tos, sazinoties ar mums.