

Аромат Сезона.

Зимой наша энергия устремляется внутрь, чтобы сохранять тепло и силы. Активность уступает место созерцательному периоду. Все затихает, мы начинаем прислушиваться к тихим звукам падающих снежинок, скрипу снега под нашими ногами и завыванию ветра за окном.

Стрелец. 22 Ноября - 23 Декабря.

Новая Луна. Луна Благодарения.

Скорпион испытывал нас, вынуждая нас в необходимое отступление. Теперь мы вступаем в щедрый знак Стрельца, и у нас есть шанс с благодарностью и спокойствием подготовиться к зимним праздникам.

Так как все вокруг холодно и снежно, нам нужен аромат, который согревает и оберегает нас от всех возможных простуд.

Орган, ответственный за сбережение и аккумуляцию энергии, в теле человека - почки. Наши бабушки всегда наставляли нас беречь спину, где и располагаются наши почки. Лучший источник питания для почек находится в корнеплодах, в орехах, в зерновых. Именно там хранится золотая энергия солнца и эти продукты должны составлять основу нашей диеты зимой.

Аромат, который почки просто обожают, ИМБИРЬ.

ИМБИРЬ (ZINGIBER OFFICINALIS).

Чем пахнет Зима? Снегом и звездами, ледяными метелями и новогодними елками, темными ночами истрахом, который вызван ограничивающим эффектом холода.

Теплота и смелость Имбиря принимает и понимает ранимость, особенно прикрывающуюся бравадой. Подавляя свои эмоции и чувства, не доверяя свои огорчения и разочарования окружающим людям, мы постепенно истощаем свой организм.

Имбирь прекрасно разогревает мышцы. Одной капли, растворенной в молоке или морской соли, добавленной в ванну, снимет любые мышечные боли, особенно связанные с простудой. Вы можете добавить одну каплю лаванды и ладана, если **вы хорошо воспринимаете** эти масла.

Медитация. "Я доверяю своему телу"

Когда мы перестаем слушать свое тело, к нам подкрадываются различные простуды и прочие негодности.

Вдыхая аромат Имбиря, мы помогаем всем внутренним органам - почкам, желудку, легким. Поблагодарите их за хорошую работу.

Выдыхая, представляйте, что с каждым выдохом вы освобождаетесь от очередного глубинного страха, неважно какого.

Вы доверяете своему телу и оно справится с любым чувством для вас.

Аромат Имбиря, теплый и проникающий, помогает преодолеть недоверие и постепенно высвободить свои эмоции.

Стрелец. Полнолуние. Луна Чистого Совершенства.

Масло Совершенства - АНГЕЛИКА (ANGELICA ARCHANGELICA).

Ангелика или Дягиль, как называют это растение в России, имеет репутацию эликсира здоровья и настоящего ангела-спасителя иммунной системы.

Это растение наделяют мистическими качествами. Ангелика направляет жизненную энергию Солнца прямым потоком в вашу душу.

Запах масла Ангелики не самый приятный, очень сильный и достаточно освежающий. Этот запах очень сложно описать.

Осторожно! Это масло фотосенситивно.

Если вам не нравится этот запах, вы можете смешать его с розмарином и сандалом.

Этот аромат вернет желание жизни, восстановит силы, улучшит работу всех органов - сердце, почки, легкие, репродуктивная система.

Аромат Ангелики нельзя назвать красивым, но он пробуждает в нас любознательность. Мы по-новому видим истину или то, что мы выдавали за истину.

Медитация. Ангелика.

Не используйте аромалампу для этой медитации. Капните одну каплю на салфетку и вдохните аромат.

Вдыхая этот аромат, представьте зеркало, запотевшее с холода. Вы видите в этом зеркале отражение кого-то красивого, но вы не можете различить женщина или мужчина. Это отражение держит другое зеркало и оно подносит его к вам. Теперь зеркало очистилось и вы можете увидеть. Что вы видите?

21 декабря. Самый короткий день.

День победы тьмы над светом. Земля замерзла, длинные ночи, короткие дни. И только влияние Луны обещает зарождение нового сезона.

В этот день мы зажигаем свечи, разводим огонь в камине, зажигаем первые новогодние огни.

Наступило время самых мистических и духовных масел.

ЛАДАН (BOSWELLIA CARTERI)

Сила Ладана заключается в способности раздвигать границы неизвестности. Его аромат прояснит зеркало, через которое мы смотрим на нашу жизнь, создавая невидимую связь между прошлым, настоящим и будущим.

Действие этого аромата помогает понять прошлый опыт, принять определенную неизбежность происшедшего.

Этот щедрый запах предоставляет нам выбор: мы можем окунуться в его оберегающую ауру или разжечь внутренний огонь нового желания или цели.

Вдыхая аромат ладана, мы чувствуем глубоко проникающую теплоту, наше дыхание становится медленнее и глубже.

Это масло издавна считалось основным при медитации.

Ладан поможет в ситуациях, когда холод, слабость, смерть преобладает, при очень сильных эмоциональных переживаниях. Этот аромат поможет оставить тяжелые мысли в прошлом и двигаться вперед.

Как любое мощное масло, Ладан требует к себе уважительного отношения.

Вместе с этим ароматом вы получаете очень важное сообщение: силы Вселенной движутся только поступательно. В действительности, обратной дороги нет и в этом нет никакой свободы, нет выбора.

Ладан. Медитация.

"Завтра я начну снова."

Если у вас есть камин, поставьте аромалампу с 1-3 каплями Ладана около камина, или около батареи. Зажгите свечу.

В течение 5 минут спокойно, медленно и глубоко вдыхайте аромат, наблюдая за огнем.

Аромат ладана заполнит комнату.

За окном темнота, черная и непроницаемая, а на самом деле это цвет синечерного индиго. Этот цвет имеет скрытую глубину и является мощным регенератором.

Представьте небо, окутывающее землю, шелковым покрывалом синечерного индиго.

Закройте глаза.

Продолжайте дышать глубоко и спокойно.

Если вы потеряли кого-то близкого вам, произнесите их имена, и помните, что они тоже часть бесконечного цикла перемен.

Пожелайте им доброго пути.

Завтра будет новый день. Новая дорога.

КОЗЕРОГ. 22 Декабря - 21 Января.

Козерог. Новая луна - Луна Замерзших желаний.

Год завершил полный оборот. Земля замерзла и укрыта снегом. Новая луна отражается в прекрасной глубокой зелени сосны, гордо стоящей среди чистого, белого безмолвия.

СОСНА (PINUS SYLVESTRIS).

Сосна связывает небеса с землей. Ее корни уходят глубоко в землю, а ветвями устремляется в облака. По силе и мощи сосна может соперничать с дубом. Это бессмертное "Древо Жизни" можно найти в любой религии и культуре и для многих является Деревом Рождества.

Сосны любят горный чистый, холодный воздух северного полушария. Это дерево любит дышать и помогает дышать нам. Зимой чистый кислород жизненно необходим каждой клетке нашего организма.

Вдыхать аромат сосны - это направлять поток чистой и свежей энергии гор на каждое движение души и тела.

Сосна говорит нам о социальной стабильности, собственной ценности и терпимости и помогает понять, почему мы выбрали именно этот путь в жизни.

Медитация. Сосна.

"Я - дитя Вселенной".

Где сосны рвутся в небо

Где быль живет и небыль...

Зажгите аромалампу с 1-3 каплями масла Сосны.

Сядьте удобно и закройте глаза. Представьте белое бескрайнее безмолвие и стремящуюся в небо зеленую Сосну.

Представьте, что это сильное дерево и есть вы. Почувствуйте как глубоко уходите корнями к центру земли, а руками устремляетесь ввысь.

Ваш позвоночник прямой и спокойный.

Вдохните: представьте звезду над сосной, которая излучает яркий белый свет.

Дышите спокойно и ритмично. Следите за тем, как белый свет проникает в вас и окутывает вас.

Позвольте аромату сосны свободно течь сквозь вас.
На выдохе, позвольте дереву раствориться и Вы останетесь, окруженные белым светом вселенной.
Откройте глаза и посмотрите вокруг.
Вселенная приняла вас, как мать принимает ребенка.