

12+

Юлия Глэдвин

БЛАГОВОНΙΑ

ИСКУССТВО ЦЕЛИТЕЛЬНОГО ДЫМА



Сакральная жизнь растений, смол
и кристаллов

Юлия Глэдвин
Благовония: искусство
целительного дыма.
Сакральная жизнь
растений, смол и кристаллов

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67971768
SelfPub; 2022*

Аннотация

Окуривание священным дымом человек начал практиковать со дня открытия ароматических растений, использование благовоний в ритуалах встречается практически в каждой культуре мира с зарождения цивилизации. Здесь мы познакомимся с непривычными нам формами, методами воскуривания и эстетикой процесса, чтобы вы могли с полным доверием использовать фимиам в своих ритуалах. Создание благовоний - не эзотерика, не требует сверхспособностей, а замечательное хобби наравне с травничеством и чайными церемониями, инструмент исцеления через аромат. Вы познакомитесь с традиционными материалами для окуривания. Погрузитесь в мир зеленых, тихий и мудрый мир растений, цветов, смол и даже кристаллов. И узнаете еще много

интереснейших фактов об этом редком искусстве. Приятных путешествий по ароматным тропинкам!

Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

Юлия Глэдвин Благовония: искусство целительного дыма. Сакральная жизнь растений, смола и кристаллов

Дисклеймер

Книга носит исключительно информационный и образовательный характер. Материал не может быть использован в качестве медицинского назначения, основания для определения диагноза заболевания, замены врачебной консультации.

Посвящение

Посвящается папе, моей поддержке и опоре, который верит в меня, научил быть сильной и большой.

Маме, вдохновительнице, привившей мне любовь к творчеству, легкость и глубину.

Волшебство музыки

А я без музыки не могу. Не знаю, что бы делала без неё. Иногда я словно заворачиваюсь в неё, как в воображаемый плащ.

Айрис Мёрдок

Очень близкая мне цитата, такой плащ есть и у меня. Для создания волшебной атмосферы и правильного настроения делюсь с вами плейлистом. Сделайте глубокий вдох, включите фоновую музыку и отправляйтесь со мной на прогулку по ароматным тропинкам.

Вступление

Добродетель благовоний – это покой и безмолвие, их изысканность – в простоте и недостижимости, их польза – в лёгком парении, их сущность – в густоте и плотности. Благовония вьются в воздухе, не замирая ни на миг, обволакивая всё вокруг, и ни к чему не пристают, веют чистотой и не превращаются в косное вещество, летают привольно и не делают резких скачков. Вот почему нельзя не относиться к благовониям со всей серьёзностью.

Дун Юэ

Мир растений удивителен! Есть много исследований форм существования и способов их общения, но совсем недавно мне стали встречаться книги о сознании и осознанности зелёных. Не эзотерика, не научная фантастика, а настоящее путешествие, открытие, погружение в изучение средств защиты и коммуникации. И вот уже оказывается, что

растения обладают 15-ю чувствами (больше, чем человек?), умеют находить воду, воспринимают электромагнитное излучение, болтают и помогают друг другу. Да, они хотят общаться, они коммуникабельны, дружелюбны и мудры.

Природа подарила нам не только удивительный мир растений, но и своеобразных собеседников. Мы контактируем с зелёными каждый день, даже не осознавая этого: пьём чай, кофе, капаем валерьянку в стакан с водой и лаванду на подушку перед сном. Принимаем ванны с травами, курим в лечебных целях и пьём настои. Ухаживаем за цветами на подоконниках (кто-то даже разговаривает с ними) и выращиваем в огородах.

Из растений человек научился получать эфирные масла для парфюмерии, экстракты для косметики, компоненты для лекарств.

Наверняка вы уже знакомы с ещё одной формой взаимодействия с растениями – с благовониями, имели такой опыт общения на практике йоги, на фестивалях или в храмах. Но, несмотря на то, что благовония используются в каждой культуре, многие до сих пор не имеют чёткого представления, зачем они нужны и как их применять.

Ароматерапия уже входит в программу подготовки французских докторов. Обучение становится более доступным онлайн. Из «каждого чайника» доносится, что хвойными нужно дышать при простуде, бергамотом ароматизировать чай, цитрусами поднимать настроение. А чайное дерево так

просто панацея!

А вот про самый древний способ, прародителя ароматерапии – благовония известно крайне мало. Несправедливо, правда?

А между прочим, даже слово «парфюмерия» произошло от латинского «fito» («дымить, окуривать»). Итальянцы называли «парфюмом» благовоние, которым окуривали помещения для избавления от злых духов, т. е. в ритуальных целях. В русский язык слово «парфюмерия» пришло в начале XVIII в.

Так что благовония – это не новый тренд, а забытое старое, древнейший вид целительства и инструмент магических ритуалов.

Кто я и как пришла к благовониям

Самый чудесный врач – природа, хотя бы потому, что излечивает три четверти всех болезней и никогда не отзывается дурно о своих коллегах.

В. Шербюлье

Дорожка мастера натуральной косметики и ароматерапевта витиевато привела меня к ещё более древнему и сакральному искусству – окуриванию дымом.

Так бывает у многих. Шаг первый – буду делать кремы для себя. Потом начинаешь изучать эфирные масла для красоты. А если смешать более пяти эфирных масел, уже и на на-

туральную парфюмерию похоже. Чтобы делать это правильно – надо бы поучиться. Появился у меня со временем медный аламбик, ведь гидролаты хотелось тоже самой делать, как компоненты кремов и сывороток.

Очнулась я, когда на моей кухне уже стояла плетёная корзина, света белого не видно от пучков сохнувших трав, а половину памяти телефона занимали приложения по определению растений. А я ведь не бабка, к слову сказать, мне всего-то очень сильно далеко за 20... Просто вот нравится мне с травами общаться, ресурсно так!

А чтобы знать, где эти травы ещё применять, пошла на курсы травничества. Травы ведь и в гидролат, и в настойку, и в ванну, и в чай, и... в благовония, оказывается...

Сыграла свою роль и страсть к собирательству – это как шопинг, между прочим, только задаром, а гормоны радости те же. Во время локдауна я открыла первую онлайн-школу свечеварения «Арома Мастерица» и там делилась своими творениями. Оказалось, поклонников благовоний тоже огромное количество, столько, что даже пришлось сделать отдельный аккаунт для ценителей и хранителей рецептов. И вот я уже основательница первой онлайн-школы благовоний «Арома Сказки», где учу собирать композиции и делать благовония своими руками.

Благовония – не эзотерика, это вид искусства работы с травами. Тут пригодятся все ваши пять чувств, интуиция и резиновые сапоги для сбора материала, если, как и я, плани-

руете протоптать свою дорожку в мире натуральных ароматов.

Для многих людей благовония ассоциируются с чем-то чернокнижным, далёким и странным. Бояться совершенно нечего – в этой книге вы не найдете рецептов, как приворожить с помощью шалфея, заговоров или алхимических формул для обретения сверхспособностей. Нет, здесь мы окунёмся в историю, уважая многовековые традиции, пройдемся рука об руку со мной по ароматным тропинкам, научимся слышать шепот благовония, его мудрость и тайны.

Прелесть благовоний, созданных своими руками, в том, что точно знаешь, что внутри. И творишь с намерением, в состоянии потока. Это совершенно несложно, но так ароматно и натурально.

Растение используется в первозданном виде, без вмешательства человека, ферментации, экстракции и других манипуляций. Сушка – да, остальное за нас уже сделала природа.

Сейчас я постоянно замечаю ритуалы с благовониями в кино и книжках, дом мой стал зеленее (подоконники заставлены травами), ароматнее и уж точно загадочнее.

На своих эфирах я откровенно рассказываю, что свечи теперь жгу без ароматизаторов и даже эфирных масел, а рядом ставлю благовоние, совмещая приятное с полезным.

Вещи, о которых я говорю на эфирах, больше не звучат странно и дико для меня самой, поскольку накапливается уже собственный опыт в общении с дымом, находятся опыт-

ные практики-единомышленники, которым очень благодарна за интерес и поддержку.

Утро начинается тонкой и тихой японской палочкой, заканчивается ярким бахуром, в промежутках для соцсетей я дымлю магическими скрутками и сангами, завернувшись в уют и тепло и передавая онлайн приветы с большой чашкой розмаринового чая. Окуривание, как завтрак, стало традиционным утренним ритуалом, ведь ароматы дарят много добра и благодати, меняют настроение и атмосферу вокруг. А человек не может жить без ритуалов, будь то утренний кофе, молитва или общение в соцсети. Они нам нужны, мы чувствуем себя в себе, центрируемся, убираем «мусор» из головы и прибываем в моменте. Кстати, во многих арабских странах благовония являются неотъемлемой частью каждой повседневной жизни.

И для меня нет ничего прекрасней, чем в моменты тишины вдохнуть аромат любимых скруток, духовитых смол, помедитировать на рисунок дыма и узор запахов вокруг, разогнать дым во все уголки комнаты, с благодарностью окурить и обнять себя и собраться в волшебный день.

Сейчас, как никогда, мы всё больше пробуем различные духовные практики, возвращающие нас к корням, к природным истокам. Создание благовоний – одна из них. Мы будем познавать растения, строить личные отношения, договариваться и благодарить их за отзывчивость. Использовать свои бесконечно мощные психические возможности, чтобы стать

целостнее, насыщеннее и чуточку глубже.

Надеюсь, эта книга поможет вам найти своё близкое родное благовоние и ... подымить вместе со мной.

Глава 1. История ароматного дыма

Фимиам побуждает к молитве. Мускус – к любви. Табачный дым – ко сну. Вот три вспомогательных средства, воздействием которых не мешало бы заняться.

Папюс

Что такое благовоние

Запахи появились вместе с элементом земли и присутствуют везде, где он есть. Мы по собственному опыту знаем, как запах цветов или скошенной травы может улучшить самочувствие. Благовония – быстрый и эффективный способ для поднятия настроения, обретения здоровья и радости жизни.

Ароматы вызывают эмоции и могут внезапно вернуть к жизни воспоминания, давно спрятанные в глубинах памяти. С точки зрения эволюции, обоняние – первое из ощущений, развившееся у человека. Курение благовоний – это поджигание или нагрев ароматических материалов в эстетических целях, для дезинфекции или энергетической чистки.

Процесс задействует все пять чувств: пальцы ощущают шероховатую поверхность, нос обоняет тонкий аро-

мат, глаза наблюдают за волшебным и всегда разным рисунком дыма, слышим мы потрескивание и шуршание смол, послевкусие останется в комнате как тонкая вуаль.

«Per fumum» переводится как «через дым». Именно так шаманы сливались с природой и присоединялись в трансе к информационному полю Земли.

Растения имеют большой запас жизненной энергии, позволяющий им приспосабливаться к самым неблагоприятным условиям внешней среды. Они – посредники между миром животных и солнца, и в процессе курения отдают свою мудрость, сущность и силу для нашего эмоционального обогащения.

Благовония использовались практически в каждой культуре, несмотря на разницу верований, традиции и способы работы с телом и духом. Путь благовоний можно отследить до каменного периода, до истоков зарождения цивилизации.

Запахам всегда придаётся особое значение, когда речь идет об отношениях человека со сверхъестественным, с Богом. Основы этой концепции были заложены древними греками около 3 000 лет назад. С их точки зрения, выдыхаемый воздух и испарения не могут быть нейтральными. Они либо хорошие, как ароматы Олимпа (здесь приятное ассоциируется с божественным), либо отвратительные, как зловоние Гарпий, пожирающих всё на своем пути и оставляющих после себя лишь экскременты.

Запахи часто рассматриваются как инструменты ма-

гии. При помощи самых гадких, едких и горьких различные ритуалы позволяют человеку защитить себя, а самые приятные ароматы привлечь милости богов.

Культура курения ароматных благовоний особенно сильно проникла во многие страны Восточно-Азиатского региона. Благовония широко применялись в религиозных ритуалах, в быту и духовной жизни китайцев, японцев и т. д.

Их даже приспособили для измерения времени. Люди уже делали это, наблюдая за небесными светилами, анализируя, как сыплется песок или течёт вода ... Благовония тоже хорошо подходили для этой цели, т. к. сгорали равномерно, с контролируемой скоростью. У схожих инструментов измерения времени присутствовали изъяны, которых не было у «ароматических часов». В VI в. н. э. в китайских письменных источниках появились первые упоминания о благовониях в палочках. Чтобы с их помощью измерять время на них наносили насечки, обозначающие определённые часы в сутках.

Мудрецы всегда знали, что растения – разумные существа, поскольку жили небольшими общинами в полном единении с природой, каждый день взаимодействуя с ними. Когда люди начали мигрировать из лесов и полей в города и поселки, глубокая связь с природой стала постепенно исчезать. Сейчас мы переживаем огромные изменения в сознании. Всё больше и больше людей возвращаются к природе и растениям. Мы живем в то время, которое многие давно

предсказывали – эпоху слияния науки и духа, практическое и нематериальное переплетаются, создавая новое полотно, из которого родится новое осознание действительности.

Из истории благовоний

Почему, например, запах ладана настраивает людей мистически, а серая амбра разжигает страсти? Почему аромат фиалок будит воспоминания об умершей любви, мускус туманит мозг, а чампак возвращает воображение? Мечтая создать науку о психологическом влиянии запахов, Дориан изучал действие разных пахучих корней и трав, душистых цветов в пору созревания их пыльцы, ароматных бальзамов, редких сортов душистого дерева, нарда, который расслабляет, ховениш, от запаха которой можно обезуметь, алоэ, который, как говорят, исцеляет душу от меланхолии.

Оскар Уайльд

Про фимиамы было известно ещё со времен знакомства человека с огнем. Люди заметили, что некоторые сорта деревьев при сжигании источают более приятный аромат и оказывают особое целительное воздействие на ментальное и физическое здоровье. Позже возникла традиция намеренно добавлять в огонь ароматные целебные растения. Считалось, что таким способом древние люди ублажали богов, посылая им просьбы через дым – воскурение расценивалось как самое высокое подношение. Связь между воскурением благо-

воний и медициной, колдовством, религией была практически неощутимой И древний человек точно упал бы в обморок от обилия современных искусственно созданных ароматов. Это бы даже могло рассматриваться как оскорбление для богов.

Можно только догадываться, когда впервые взяли ароматные растения для окуривания, но благовония уже упоминались и в Библии, и в песне Соломона, Талмуде, Коране, даже на папирусах. А самая древняя запись рецепта найдена на глиняных египетских табличках, датируемых 3000 годом до н. э.

Археологи обнаружили множество древних захоронений с ароматическими растениями. Одному из старейших, принадлежащему неардельтанцам, 60 000 лет.

В древние времена главным поставщиком благовоний была Южная Аравия. По важнейшему Торговому пути благовоний мирра, ладан, розовое масло, пряности и сухоцветы доставлялись в Египет, Азию, Грецию, Рим и Индию. Большим спросом благовония пользовались в древней Месопотамии, Вавилоне, Ассирии и в других местностях.

Существовали торговые пути, которые связывали практически весь Старый Свет. Древние египтяне, римляне, греки и персы были одними из первых, начавших импортировать огромное количество благовоний, буквально тонны ароматических растительных материалов перевозились в больших караванах, на путешествия через пустыни уходили месяцы,

даже годы. В связи с этим цена на ароматный материал возрастала в сотни раз.

Окуривание применялось для дезинфекции домов, животных, ароматизации волос и одежды, путешествий по опасным местам, изменения физического состояния. А ещё оказалось, что концентрация дыма за счет плотности значительно улучшает акустику в храме.

Почти все ароматические растения обладают целебными свойствами. Вне зависимости от того, сжигается оно в лечебных целях или нет, вдыхающий дым примет и его исцеляющие свойства.

Есть даже определённые отрасли известных систем врачевания, таких как тибетская медицина, традиционная китайская, коптская и многие другие, когда доктора лечат пациентов с помощью дыма и паров ароматических растений. В Аюрведе существует множество различных методов лечения, которые предусматривают использование ароматических растений: от местного применения до ингаляции травяным паром, от ароматерапии до горячих ванн и, конечно же, в качестве благовоний.

Часто фимиам служил дополнением к другим формам фитотерапии для более полного подхода. Но зачастую благовония служили единственным лечением, а также способом укрепления умственных способностей, внимания, памяти. А также средством для уравнивания и высвобождения эмоций, избавления от стресса и беспокойства, иными сло-

вами, для оказания помощи на психо-духовном и эмоциональном уровнях, чтобы человек мог лучше справляться со своими переживаниями и достойно преодолевать трудности жизни.

Тлеющие благовония применялись не только в качестве средства для ароматизации помещений, но и в виде вещества для поднятия настроения, полового возбуждения, охраны от сглаза, снятия порчи, лечения головных болей и многого другого.

Ароматным дымом приветствовали гостей в доме, сжигали растения на королевских вечеринках и банкетах. Мастера старались изготавливать как можно более удивительно пахнущие благовония, чтобы отличаться от конкурентов.

На многих египетских фресках видны конусообразные наветрившия (верхушки) париков египтян. В них находилась смесь благовоний и тугоплавкого бараньего жира, медленно тающая и пропитывающая парики, так древние египтяне обеспечивали ему длительное благоухание.

Во время жертвоприношений тело животного обкладывали лапами можжевельника или ветками других местных душистых растений, чтобы перебить едкий запах горящей плоти.

Жители Древней Греции считали благовония божьим даром. Ароматные субстанции использовались в качестве лечебных мазей, ими пропитывали одежду и ароматизировали помещения. Окуривали не только дома, но и кладбища, в мо-

гилу к усопшему клали сосуд, наполненный благовониями.

Тех, кто занимался приготовлением благовоний (а это были в основном женщины), древние греки с их любовью к чудесам считали чародеями. Поэтому основным элементом колдовства, с помощью которого Цирцея пыталась держать Одиссея на своём острове, были ароматические курения. А Медея усыпила престарелого Эсона, кровь выпустила и вместо неё влила волшебное зелье из благовонных трав, таким образом превратив его в цветущего юношу.

Махабхарата – древнейшая книга, вобравшая в себя эпические повествования, новеллы, басни, притчи, легенды, была написана более 5000 лет назад. В ней мы можем найти упоминание о применении благовоний и свечей. Во время раскопок крупнейших древних городов Мохенджо-Даро (Пакистан) и Хараппы (Индия) помимо различных предметов роскоши были найдены глиняные сосуды для благовоний.

Благовония применялись повсеместно по совершенно разным поводам. Даже процедуры мумификации без них не обходились – для бальзамирования требовалось несколько ведер ароматных смол, ладана, пальмового масла, сока алоэ и других ингредиентов. Такой способ сохранения тела был доступен только для лиц знатного происхождения из-за его высокой стоимости.

Истории известны факты, связанные с сильной любовью крупных государственных деятелей к культуре благовоний.

Среди знаменитостей античного периода самым большим поклонником благовоний называют сирийского царя Антиоха IV Епифана. Однажды Антиох IV приказал устроить в Дафне церемониальную процессию с участием двухсот женщин и юношей. Каждая женщина несла золотой кувшин с духами, а юноши, облачившись в ярко-красные туники, – олибанум, мирру и шафран на золотых подносах. За ними следовали рабы с высокими золотыми курильницами ладана, украшенными витым плющом. В середине процессии был размещен большой священный алтарь. Всех входящих умащивали благовониями из 15 золотых чаш, наполненных шафраном, корицей, нардом, пажитником, лилией и т. д. Тысячи гостей радушно принимали, со всем почтением и роскошью обслуживали и провожали. Одним из атрибутов этого мероприятия был венок из мирры и олибанума.

А вот другая история. Как-то раз мимо публичного терема, в котором купался Антиох, проходил человек. Почувствовав пленительный аромат, он обратился к царю: «Счастлив ты, царь, ибо от тебя исходит драгоценнейшее благоухание!». Царь был польщён, поэтому ответил: «Я дарю тебе благовония, сколько ты пожелаешь». Антиох приказал вылить прохожему на голову большой кувшин того же густого ароматного масла, которым пользовался сам. Мужчину сразу же окружила толпа бедняков, люди начали судорожно собирать остатки масла с земли. Царь был очень доволен всем происходящим, пока не поскользнулся и не упал у всех на

виду.

Жители Ассирии и Вавилона воскуривали благовония с целью избавления от грехов.

С помощью благовоний люди научились бороться с инфекционными болезнями благодаря выявлению особо сильного противомикробного вещества в смолах. Древние египтяне даже победили так называемую «храмовую болезнь». Возникла она у людей, посетивших многолюдные церемонии и богослужения. В закрытом помещении они заражали друг друга различными инфекциями, частыми последствиями которых была смерть. Это вселяло в прихожан страх посещения храмов, что, в свою очередь, угрожало процветанию религии. Однако жрецы своевременно заметили, что благодаря воскуриванию благовоний в храмах боги смиряются и перестают насылать на людей болезни. С опорой на этот опыт был открыт один из способов дезинфекции помещений фимиамом, а практика сжигания целебных трав и смол в храмах глубоко укоренилась.

Индийские храмы ещё в древности строили из сандалового дерева. Внутри по традиции постоянно зажигали палочки. Благовония использовались и в похоронных обрядах, в погребальный костёр богатого усопшего бросали ароматную древесину – сандал, можжевельник и др. Дабы предупредить распространение заразы в местах паломничества, в ашрамах (место, где под руководством гуру или духовного лидера, занимаются духовными практиками, совершением

ритуалов, чтением молитв, медитацией, чтением мантр, изучением священных писаний, следованием пути йоги) бесконечно жгли благовония, окуривая вновь прибывших.

В древнем Китае слово «аромат» обозначало и благовония, и душистые мази, и масла, и травяные соки. Китайцы наполняли приятными запахами дома и храмы, ароматизировали одежду, чернила, бумагу, косметику и воду для ванн. Даже в качестве основного материала для изготовления традиционных китайских вееров выбирали ароматное сандаловое дерево.

В китайской медицине благовония тоже довольно часто применяли для борьбы с вирусами, а дым выступал в качестве профилактического средства. Ведь многие ароматические растения обладают противомикробными свойствами, они хороши в борьбе с воздушными инфекциями, для укрепления общего здоровья и хорошего самочувствия.

Дело в том, что когда люди вдыхают дым горящего благовония, лекарственные молекулы попадают в лёгкие, мозг, сердце, кровоток и в конечном итоге в каждую систему внутренних органов.

В древности благовония преподносили в качестве подарка императору и его приближенным. Среди представителей низших сословий благовония тоже пользовались популярностью, но, конечно же, они были менее дорогостоящие. В императорские благовония попадали редкие, дорогие смолы, травы, специи и масла. В состав низкосортных благовоний

для бедняков входили дешёвые материалы: сосновая смола, щепа бамбука, древесная пыль...

В древней Аравии культура благовоний была развита не меньше. Интересно, что благовония разделяли по половому признаку объекта их воздействия (женщины и мужчины), предназначению (для различных случаев и ритуалов) и т. д. Самым известным и востребованным благовонием здесь был бахур. Изначально бахурные благовония представляли собой ароматные древесные стружки из удового дерева, пропитанные абсолютами и эфирными маслами и нагретые в аромалампе (бахурнице).

В середине VI века в Японии начал развиваться буддизм, а к концу столетия, во времена правления императрицы Суи-ко, японцы впервые изучили древесные благовония и описали их в своих трудах. Ближе к завершению японской исторической эпохи Нара (710–794 гг.), буддистские ритуалы с воскуриванием благовоний в храмах вдохновили придворных применять их дома. Многие начали поджигать благовония в качестве ежедневного ритуала и наслаждаться уникальными букетами ароматов. Китайский монах Цзяньчжэнь во время визита в Японию поспособствовал распространению буддизма в Стране восходящего солнца, а также поделился с японцами формулой изготовления благовоний. В эпоху Нара поджигали как рассыпчатые благовония, так и в форме шариков. Люди верили, что благовония, используемые в религиозных ритуалах, очищают тело и разум, помогают избежать

проявлений зла.

Традиционно для церемонии курения благовоний брали эмалированную посуду. Стандартный набор состоял из ящичка с небольшими отделениями, предназначенными для хранения сырья (т. е. ингредиентов вроде гвоздики, алойного дерева, янтаря, мускуса, сандала и др.), и компактных инструментов для приготовления смеси (лопатки и ложки).

Примерно в конце XII столетия в Японии было утверждено первое военное правительство верховно-аристократического правления Сёгунат Камакура. В это время среди воинов появилась тенденция к постижению культуры благовоний, а именно аромата агара (алойное дерево).

Японские гейши применяли благовония в иных целях. Во время приема гостей девушки сжигали одну за другой палочки, тем самым подсчитывая продолжительность (и, соответственно, стоимость) вечера.

Зачем жечь благовония

Люди могут закрыть глаза и не видеть величия, ужаса, красоты, и заткнуть уши и не слышать людей или слов. Но они не могут не поддаться аромату. Ибо аромат – это брат дыхания. С ароматом он войдет в людей, и они не смогут от него защититься, если захотят жить. А аромат проникает в самую глубину, прямо в сердце, и там выносит категорическое суждение о симпатии и презрении, об отвращении и влечении, о любви и ненависти. Кто владеет запа-

хом, тот владеет сердцами людей.

Патрик Зюскинд

На протяжении тысячелетий благовония курили в услужение богам, для самовозвышения, ведь удовольствие стоило огромных денег.

Сейчас есть много причин, чтобы зажечь ваш любимый аромат.

Расслабление и снятие стресса

Очень хорошо подходят для этого *пало санто, ладан, сандал, лаванда, корица и смолы*. Это «успокаивающие ароматы», теплые, обволакивающие, сладковатые. Благовония не имеют ярко выраженного седативного эффекта (при правильном использовании), оказывают мягкое расслабляющее действие.

Ежедневный ритуал

Да, утром – бездымная палочка, вечером более ритуальный вид, требующий участия и присутствия, – рассыпчатые благовония. Это и эстетика, и тишина, и точка сборки.

Медитация

В процессе курения благовоний было отмечено, что некоторые сборы и травы усиливают концентрацию и духовную силу, работают как релаксанты. Помимо этого, благовония широко применяются во многих практиках для отсчета времени. Палочки горят от 20-ти минут до 4-х часов, как только тухнут, можно завершить медитацию. Чаще всего в этом случае берут недымные и легкие ароматы, чтобы не мешать дыхательным практикам, не иссушать слизистую и не отвлекать ум.

Выбирайте любимые, чтобы как можно дольше можно было находиться в медитации, не противясь аромату, который перенесет в то место, где вам уютно и тепло.

Стимулирование творчества

Хорошо подобранный аромат может служить проводником в состояние потока, которое так нужно для творчества. Он создаёт атмосферу и настрой для улучшения умственной деятельности. Для этих целей отлично подходят *розмарин и чампака, апельсин и смолы.*

Чайные церемонии

Ароматы оказывают тонкое воздействие на разум и тело, становясь превосходным партнером для чайных церемоний. Идеально подойдут *китайские бездымные палочки, деликат-*

ные японские благовония, создающие благоприятный фон, не перебивающие деликатный вкус и аромат чая.

Ароматизация помещения

Вспомните, как вы себя чувствуете, едва заслышав приятный запах. Ароматизация помещения сейчас самый распространённый способ использования благовоний.

Идеальными запахами будут специевые и ванильные, создающие уют и чувство безопасности. Те, к которым хочется возвращаться. В разных комнатах даже допустимо зажигать разные ароматы, чтобы они дополняли ольфакторную картину дома: *в спальне – чувственный жасмин, на кухне – специи, в гостевой – сандал.*

Пожалуйста, выбирайте только качественные продукты, дешёвые индийские палочки могут вызвать аллергию и надолго отбить желание вообще допускать их присутствие в своей жизни. А лучше сделайте их сами.

Практика йоги

Как инструктор по йоге с 14-летним стажем я постоянно пользуюсь благовониями в качестве инструмента открытия и закрытия практики. Вначале поджигаю *эбеновую щепку, свитграсс или йерба санту*, оставляю тлеть рядом с ковриком, при закрытии практики поджигаю ещё раз и медити-

рую с ароматом. Такие ритуалы помогают сосредоточить разум и подготовить тело, создав правильную ароматическую атмосферу, своеобразную ауру вокруг коврика, на котором я занимаюсь. Во время йоги хочется избежать всего искусственного, токсичного или отвлекающего. Как, впрочем, и всегда.

Очистка воздуха

Большинство ингредиентов благовоний обладают антибактериальными свойствами. Например, многие хвойные благовония – это простой, быстрый и доступный способ дезинфекции воздуха. Как легко дышится в хвойном лесу! А вокруг сосен и елей, к примеру, не найдете грибков и вирусов. Подойдут *эвкалипт, артыш, сосновая живица и гвоздика*.

Избавление от насекомых

В качестве репеллентов применяют в основном химические или синтетические препараты, которые могут быть очень токсичны не только для насекомых, но и для человека. А для детей многие из них аллергенны или вовсе противопоказаны. До их изобретения люди обращались к травам.

Моль, москиты, вши, муравьи не переносят средства с содержанием альдегидов, терпенов и эвгенола. *Эвкалипт и мя-*

та помогут избавиться от мошек, *лемонграсс* – от мух и клещей, *лаванда* – от моли. Это далеко не полный список. Насекомые не любят дым, поэтому смело берите конусы и палочки подымнее.

Просто для удовольствия

Да-да, просто так – тоже можно. И именно когда аромат нравится, когда он убаюкивает и обволакивает, тогда парасимпатическая система нажимает на «вкл.» и становится хорошо и уютно. Растения – прекрасные телепортаторы, способные вызывать своим ароматом глубокие воспоминания и переживания. Например, *полынь* у многих ассоциируется с деревней летом у бабушки, *герань* с самой бабушкой, *анис* с микстурой. За это мы их тоже любим.

Для пробуждения и заряда энергией

Хорошо работают стимулирующие благовония, относящиеся к стихии Огня, – *цитрусовые*, *розмарин*, *можжевельник*.

При бессоннице

Здесь предпочтительны ритуальные благовония, когда можно наблюдать за узором дыма. лучше делать это перед

сном. *Валериана, ромашка, сандал, мирра.*

Для стимуляции сновидений

Человек любит видеть осознанные сны. А ещё больше, чтобы они сбывались. Травы – замечательные проводники в тонкие миры. *Шалфей, лавр, полынь, копал, ладан, артыш...* По факту, все травы силы, растения, которые вызывают измененные состояния сознания.

Для привлечения представителей противоположного пола

Амбра и мускус сейчас встречаются практически в каждом коммерческом парфюме и не только для того, чтобы раскрыть пирамиду ароматов, но и чтобы красиво «сидеть» на коже, не торчать неопознанным объектом и не кричать о своей чуждости. Но у них есть и ещё одно качество, так любимое парфюмерами – имитация человеческих феромонов. С наличием горячей воды практически в каждом доме мы стали намного чаще мыться, даже иногда чаще, чем требуется, смывая тем самым с себя остатки феромонов, которые отвечают за нашу привлекательность для партнера. Так что всем нам в помощь *пачули, иланг, сандал, роза, жасмин, мускус, амбра.*

Глава 2. Виды благовоний

Все пути движения жизненных сил в человеке зависят от дыхания, и вдыхаемый аромат может проникать в самые глубины нашего тела. Вот почему в деле укрепления жизни нельзя обойтись без благовоний. Назначение же благовоний состоит в том, чтобы приводить к гармонии жизненную энергию, снимать напряжение, восполнять недостающее и устранять избыточное.

Неизвестный автор

Есть множество способов классификации, основанных на большом разнообразии форм и широчайшем спектре их применения. Место производства, состав, внешний вид и назначение – основные критерии разделения на определённые классы. Начну же с того, что благовония делятся на горючие и негорючие. Есть ритуальные благовония, которые требуют полнейшего присутствия телом и умом, а есть бытовые – поджечь и наслаждаться.

Негорючие благовония

Это благовония в виде порошка, гранул, небольших брикетов или шариков, пластичной массы. Такие благовония воскуряют в бахурницах (арабские курительницы), помещая их на раскалённый уголь. Подойдут также аромалампы для

нагрева деликатных материалов. Это выглядит очень эффектно, кроме того, сделать такие благовония совершенно несложно.

Горючие благовония

Обычно это палочки или конусы, скрутки, которые нужно поджигать. Технология изготовления несколько сложнее, зато для воспламенения не требуется никаких дополнительных приспособлений. Благовоние поджигают, дают разгореться, затем задувают огонь, оставляя его тлеть. То есть палочки, например, нужно поджигать, а бахур – негорючий, его нагревают в аромалампе.

<https://youtu.be/1Qt8tzRUGfk>

Санг

Санг или сандзе – сыпучие благовония, производимые в основном в Тибете, Бутане, Индии и Непале. Вообще, в традициях тибетского буддизма они издавна считаются наиболее подходящими для ритуальных обрядов, молитв, религиозных подношений, очищений и медитаций. Через курение санга помещения эффективно очищаются от негативной энергии, создаётся благоприятная обстановка для медитаций и т. д.

Ритуал Санг берёт своё начало в древней добуддийской тибетской традиции Бон. Позднее основатель тибетского

буддизма Гурю Падмасамбхава включил некоторые из бонских ритуалов, в том числе и Санг, в свод важнейших буддийских практик. С того времени и до наших дней сохранился исходный текст этого действа «Джигтен Чедтод» («Мирской ритуал»), описывающий его сущность.

В традиционных буддийских местностях ещё встречаются небольшие побеленные каменные курильницы для Санга, по форме напоминающие ступу или большой кувшин. Такие большие курильницы (по сравнению с классическими курильницами из керамики) предназначены для сжигания целых веток можжевельника, а во время религиозного обряда Пуджа – зёрен, плодов, лекарственных растений и пр.

Все компоненты санга отличаются полностью натуральным составом, в него входят местные травы, листья и ароматные корни без искусственных добавок и ароматизаторов. Ингредиенты измельчаются и становятся основой сыпучей смеси, которая при тлении источает неповторимый лесной аромат, так как часто используется можжевельник, кипарис, полынь, шалфей и традиционные смеси измельченных трав. Собираются благовония по многовековым рецептам.

Часто благовония изготавливаются в монастырях. В процессе монахи читают мантры и проводят ритуалы, чтобы наделить благовония силой.

Существуют санги, специально предназначенные для защиты от болезней, от внешних негативных воздействий, для благополучия детей, богатства и процветания и пр. Если в

описании самих благовоний есть определённые рекомендации, значит, в них содержатся специфические ингредиенты (целебные травы, драгоценные металлы и минералы), и для них придуман особенный ритуал.

Иногда в санг добавляют измельченные части священных реликвий, связанных с великими учителями и йогами. Такой санг необходим для усиления духовных переживаний во время практики.

Традиционно санг и другие ритуальные благовония хранят на алтаре или в любом другом чистом месте. Для того, чтобы раздуть огонь и раскурить санг, необходимо обмахать его пером или рукой, а не дуть напрямую изо всех сил. Для удобства можно также зажечь благовонную палочку и положить её в санг. Пепел от сгоревшего санга не стоит выбрасывать, он может пригодиться для сожжения нового благовония, будет как подушка для угля.

При сушке трав и сборе скруток некоторые травы, такие как, например, полынь и шалфей, сильно осыпаются. Их веточки и бутоны, конечно, можно вернуть природе, но раз мы уже взяли их у неё и поблагодарили за это, то пользуемся возможностью и перемалываем в санг.

Жгут такие благовония в жаропрочных керамических курильницах: предварительно разжигают несколько кусочков угля, затем посыпают их сангом и сжигают по мере необходимости. Или можно просто насыпать порошок небольшой горкой с нешироким основанием и поджечь верхушку. Под-

ставку нужно выбирать обдуманно. Имейте в виду, что деревянное изделие может загореться, а стекло – лопнуть.

Санг довольно дымное мероприятие, в помещении стоит открыть окна и брать лишь небольшое количество порошка.

Тибетские

Тибетские и непальские ароматические палочки безосновные, то есть полностью сделаны из ароматического материала, без бамбуковой щепки. Они считаются экологически чистыми и обладают лекарственными свойствами. В состав палочек может входить от 10 до 40 натуральных компонентов, собранных вручную на высокогорье.

Сегодня по закону нельзя указывать на упаковке, что товар лекарственный, если он не относится к категории медицинских препаратов. Однако это не затронуло тибетские палочки, и до сих пор, как и на протяжении тысяч лет, на упаковке обозначены рекомендации по лечению. В этом и есть их главное отличие: благовония лечат, хочется вам этого или нет, и совершенно необязательно должны пахнуть приятно для вас.

Как правило, в составе будут присутствовать органически чистые компоненты. Но поскольку органическая сертификация стоит баснословных денег, монастырям это не под силу. На упаковке слово «органика» вы не увидите, но в голове держим.

Согласно древним тибетским рецептам, все травы, коре-

нья и минералы для этих благовоний собираются в Гималаях, в строго обозначенное время. Палочки могут быть разной длины и толщины, но все нуждаются в специальных подставках и иногда имеют неожиданный травяной непривычный аромат.

После оккупации Тибета Китаем, многие тибетские благовония производятся на территории Индии в нескольких центрах тибетской культуры вручную по секретным рецептам.

Китайские

С глубокой древности ароматическая культура и различные благовония играли важную роль в жизни многих стран Восточно-Азиатского региона, особенно в Китае. Благовония широко применялись в религиозных ритуалах, в быту и духовной сфере. По мере развития ароматической культуры, благовония были приспособлены и для измерения времени, но этот аспект до сих пор практически неизвестен на Западе.

В китайских письменных источниках VI в. н. э. уже есть упоминания об использовании благовонных палочек в качестве часов, для чего на них наносились отметки или насечки, соответствующие определённым временным промежуткам. Не случайно у танского поэта Юй Цзянь-у можно встретить следующие строки: «По горящим куреньям узнаю я ночные часы, по размеченной свечке проверяю я сроки для стражи».

Для правильного расчета времени была необходима особая точность, поэтому ароматные ингредиенты изготавлива-

лись по строгой рецептуре. В основе ароматического сырья находилась древесина сандалового или агарового дерева. Дополнительные ингредиенты – ладан, пачули, камфора, гвоздика и т. д. – добавлялись для регуляции скорости горения и дополнительной ароматизации благовония. Для получения однородной консистенции в смесь добавляли немного воды или вина. Затем получившуюся пастообразную субстанцию с помощью пресса прогоняли через круглые отверстия. Получившиеся палочки сушили, а затем делили на отрезки одинаковой длины. Кстати, современные китайские палочки самые тонкие – до 1 мм в диаметре, хранить их нужно очень бережно.

Чаще всего такие палочки использовались церковнослужителями для того, чтобы следить за длительностью религиозных ритуалов. Китайские шахтеры тоже находили применение этому виду благовоний: перед тем, как спуститься в шахту, рабочие поджигали такую палочку и с её помощью следили за длительностью смены. Мореплаватели, в свою очередь, применяли благовония-палочки в качестве ароматизаторов для капитанской каюты.

В современном Китае традиция слежения за временем по ароматическим палочкам сохранилась. Такую палочку можно приобрести в специальных магазинах, и на ней вы обязательно увидите засечки, обозначающие максимум 12 временных отрезков (часов).

Китайские изобретатели не остановились на «ароматиче-

ских часах» и пошли дальше – разработали «ароматические будильники» разных видов. Сначала они представляли собой большую спираль из благовонной массы. Её подвешивали на специальное настольное крепление с надёжным металлическим основанием, помещали рядом с нужной временной отметкой на спирали и ждали, когда она до неё прогорит. Когда это происходило, нитка, на которую была подвешена спираль, сгорала, а груз падал на железное основание конструкции. Издаваемый звук был способен пробудить кого угодно.

Другой, менее классический вид «ароматических часов» – печать «Сянчжуань», появившаяся в связи с распространением в Китае тантрического буддизма (VIII в. н. э.), в виде традиционных искусных узоров из ароматной порошковой смеси. На плоской поверхности таких печатей мастера вырезали знаки, обозначающие определённые отрезки времени. Время определяли по пройденной огнем «ароматической дорожке», тянувшейся от одного знака к другому. Узор мог быть и геометрическим, и иероглифическим. Позднее, в 1073 году, придворный ученый Мэй Ци изобрел «ароматическую печать ста делений». Благодаря тщательным расчетам длины, ширины и глубины дорожки на самом изделии Мэй Ци обеспечил возможность использования одной такой печати ровно сутки.

Китайцы издавна считали, что спирали должны гореть именно по часовой стрелке. Так, по их мнению, образы-

вался «энергетический столб», очищающий все пранические потоки в человеческом теле. Сегодня подобный вид спирали производится в огромном цветовом и ароматическом разнообразии. Их применяют в различных ритуалах очищения.

Китайцам всегда был важен окружающий их аромат. Они считали, что он значительно влияет на человеческое сознание и пространство вокруг. Помимо классических благовоний в Китае распространены особо тонкие палочки, спирали, различные благовония в форме геометрических фигур, животных, растений. Существуют и такие, на которых при воздействии огня проявляется рисунок.

Чуть ли не общенациональной задачей китайских граждан является почитание и соблюдение традиций. Многие рецептуры прошли длинный путь от начала зарождения цивилизации до наших дней, поэтому дружба с традиционными китайскими благовониями позволяет нам вплотную взаимодействовать с пятитысячелетней культурой.

Японские

В Японии благовония появились в VI веке в связи с распространением буддизма. Уже в XVI веке было положено начало истинно японским благовониям. В Стране восходящего солнца сформировалась отличная от китайской традиция. Ароматные субстанции ценились больше драгоценных камней и являлись признаками достатка. Их использовали и в ритуальных обрядах, и в быту. Культуру благовоний япон-

цы ставили в один ряд с чайной церемонией и икебаной. К их изготовлению отнеслись со всей скрупулезностью – в состав входили только натуральные компоненты (удовая древесина, сандаловая стружка, хвоя кедра, специи, лечебные травы, смолы и т. д.). К особенностям японских благовоний относится легкий аромат тончайших палочек, ненавязчивой дымкой окутывающий пространство вокруг.

Природное сырье и особенно уд – в большом почете. Не удивляйтесь: это дерево часто ассоциируют с арабским миром, но именно японцы ещё в XVI веке классифицировали агаровое дерево (то есть уд) по его аромату и стране происхождения. Самые высококачественные благовонные палочки из вида кьяра по 30 000 рублей за пачку покупают на самом деле не столько японцы, сколько приехавшие в Японию иностранцы, в основном из Китая.

Многие крупные японские производители благовоний работают более трехсот лет. Например, Nippon Kodo производит благовония-палочки с 1575 года. Материалы проходят тщательный отбор, проверяются на соответствие целебным свойствам с опорой на постулаты традиционной китайской медицины. Лишь недавно японские компании, стараясь угодить современным вкусам, стали выпускать благовония с синтетическими аккордами вроде зеленого чая и сакуры.

Часто японские палочки имеют интересные метафорические названия: «ветка сакуры», «осенние листья», «цветущий сад»... Аромат будет многослойным, но помните, что

в Японии, скорее всего, будет свой более утонченный и поэтический оттенок осенних листьев, без привычных нам грибов, мха и распаренной земли.

Скрутки

Обожаю эти милые букетики. Скрутки могут состоять из моно травы или быть букетиками в прямом смысле, собранными в соответствии с лунным циклом, настроением или намерением. Скрутки стали чрезвычайно модными в последнее время, выглядят фантастически привлекательно, пахнут милейше, тлеют долго.

Окуривание скрутками – священный древний ритуал, традиция коренных американцев, когда дым растения используется для очищения от негативной энергии пространства, человека или предмета. Включает в себя четыре элемента: скрутка (земля), зажигалка или спички (огонь), ракушка абалон (вода) и перо для развеивания дыма (воздух).

Скрутки достаточно просто сделать самостоятельно. Процесс приятный и творческий, ведь смысл можно вложить в каждое движение. Сначала собирается композиция, букетик плотно скручивается, чтобы скрутка тлела равномерно и не тухла. Берите уже подсушенные растения, но не совсем сухие, иначе они будут ломаться и осыпаться. Поблагодарите растение. Установите намерение. Разделите травы на пучки примерно одинакового размера. Нитками фиксируется по-

ложение листиков и цветов. Отмерьте натуральную нить в четыре раза больше длины растения. Соберите листья вместе, направив их вниз, начните плотно оборачивать нить вокруг основания пучка, плотно прижимая цветы и листья друг к другу, двигаясь от основания к кончикам. На себя накручиваем нить на привлечение благ, от себя – на избавление от преград. Когда дойдете до кончика, начинайте двигаться обратно. Свяжите концы нити у основания. Обрежьте края, чтобы выглядело красиво и аккуратно. Дайте скрутке время полностью высохнуть снаружи и внутри.

Не стоит сжигать всю скрутку за раз, но и не нужно тратить часы на этот ритуал. На самом деле достаточно нескольких минут, просто слушайте внутренний голос, интуиция не подведет.

Цвет натуральной нити можно подобрать под задачу.

Синеватые оттенки ниток подходят тем, кому не хватает уверенности, настойчивости и силы духа.

Красный – один из самых сильных оттенков. Символизирует огонь и энергию, мужество, оптимизм, страсть, напористость и выносливость, сильнейший оберег от сглаза.

Розовая нитка – любовный талисман. Оберегает отношения от ссор и ревности, наполнит их нежностью и гармонией.

Оранжевый защищает от простудных заболеваний. Он помогает найти друзей и развить здоровое честолюбие. Оранжевая нитка стимулирует сексуальную энергию и повы-

шает желание, что делает её подходящей для того, кто утратил свой темперамент.

Жёлтый тоже солнечный цвет. Жёлтая нить поможет найти вдохновение и желание обучаться. Хороший выбор для учёных, студентов, школьников, актёров и тех, кто изучает магию.

Голубой – цвет неба. Благородство, поддержание человеческой индивидуальности, помощь в поиске себя и духовных исканиях. Помогает принимать решения, общаться, развить интуицию.

Синий цвет помогает в общении и защищает от предательства. Синяя нить поможет развить интуицию.

Фиолетовая нить поможет достичь гармонии, развить своё воображение.

Белый цвет символизирует чистоту. Он поможет вам начать новую жизнь. Как символ святости и духовности, белый цвет пользуется большой популярностью у изучающих белую магию.

Черная нитка подарит вам уверенность, решительность и уравновешенность.

Коричневые обереги нужны тем, кто занимается физическим трудом. Необходимы тому, кто увлекается садоводством, упорно трудится ради счастливой старости, строит карьеру. Он приносит удачу, дарит целеустремленность и усидчивость.

Самые популярные травы:

шалфей – растение мудрецов, очищение от негативной энергии, освящение пространства, обретение мудрости, силы воли;

полынь – осознанные сновидения, астральные путешествия, очищение от энергетических вампиров, дает силу духам помощникам;

артыш – очищение, мудрость, сила воли, лекарство от страха;

пихта – очищение, наполнение силой, от тревожных состояний, исцеляет душу;

свитграсс – заживление, очищение, приносит положительную энергию, развивает ясновидение;

священный базилик (тулси) – гармония, мягкое успокоение, восстанавливает ауру;

розмарин – защита, сосредоточение, убирает ментальный шум, дарует остроту ума;

лаванда – убаюкивание, спокойствие, помогает замедлиться, почувствовать свою силу;

лепестки роз – медитация, развивает интуицию, привлекает любовь, настраивает на душевные беседы;

мята перечная – исцеление, защита, снимает напряжение и охлаждает пыл, возвращает мир и покой в сердце;

мелисса – духовное очищение, успокоение, дарует процветание и успех.

Замечательно усиливают скрутки кристаллы, перья, палочка пало санто и, конечно, ваше доброе намерение. Видео сборки и украшения скруток есть на моём YouTube-канале «Арома Сказки».

<https://www.youtube.com/channel/UCOBaY-a1bujF4APH4vQdhgA>

Кстати, скрутки, украшенные лепестками и цветами, фруктами и сушеными ягодами – замечательный, уникальный и загадочный добрый подарок.

<https://youtu.be/DD3k4W7tgGY>

Тающие благовония

Официально такого вида нет, его придумала я, вдохновившись набирающими популярность **мелтс** (безфитильные ароматизированные тающие в аромалампе свечи из натурального воска). Неожиданно пришла идея адаптировать их под благовония и получились прекрасные ароматные малышки из неочищенного пчелиного воска, в которые можно добавить кристаллы, травы, эфирные масла и даже минеральную пудру мику. С таким шиммером благовоние играет глаз не оторвать какими формами, это ещё одна разновидность медитации – наблюдение за игрой огня и воска.

На аромалампу лучше сначала положить фольгу и толь-

ко потом тающее благовоние, поскольку после сеанса можно будет просто снять фольгу и поменять растаявший мелтс на другой аромат.

Рецептом делюсь в видео на YouTube-канале «Арома Сказки», вопросы и комментарии тоже там. Лайк и подписка. Как говорится, я проверю.

<https://youtu.be/J0lY4XSe2wE>

Угольные благовония

Палочки, изготовленные с применением древесного угля, не имеют запаха. И практически даже бездымные.

Угольные индийские палочки – самый дешёвый и распространённый вид благовоний. Чаще всего базой служит бамбуковая щепка. На неё наносится основа из измельчённой древесной стружки, высушенной растительной органики, смешанной с угольным порошком, которая пропитывается синтетическим ароматизатором.

Есть также угольные безосновные благовония – тубусы, пропитанные аромамаслами, с добавлением смол или хвои.

И – вишенка на торте! – проявляющиеся угольные благовония, когда по мере прогорания палочки проявляется рисунок. Как правило, иероглифы. Опыт такой был. Хочу сказать, что запах пренеприятный, рисунок непонятный, без перевода. Наверное, про любовь что-то было, но это не точно. Поэтому я впечатлилась и убрала обратно в сундук.

Создание таких благовоний – занятие для трубочиста, работать нужно в скафандре и делать большие партии за раз. Зато каков опыт!

Благовония для тела

Традиционные порошки для тела производятся по рецептам, созданным два века назад в эзотерическом храме на горе Коя. Они полностью состоят из натуральных ингредиентов, таких как гвоздика, корица, пачули, сандаловое дерево и камфора, дарят владельцу аромат в течение всего дня.

Не самое обыденное благовоние, достаточно необычное. Его использование не похоже ни на одну процедуру ухода за телом. Это вам не умащивание маслами, не нанесение аромата на биологически активные точки, не ароматная присыпка. Хотя больше похоже на последнее. Но со смыслом. Сделать такое достаточно просто. Необходимо смешать специи, сандал и самые ароматные порошки трав в разных пропорциях, растереть в тёплых ладонях, нанести на тело и наслаждаться. Все дело, пожалуй, в баночке, коробочке, одним словом, ёмкости, в которой вы эту прелесть храните. Эстетика эта и создает ритуальность.

В средневековье такие сосуды для благовоний назывались помандеры. Это разновидность украшения-талисмана, предназначенного для защиты от тёмных сил. Помандеры начали распространяться в европейских странах с 1348 года, их вто-

рое название «амбровые яблоки» (по французски «pomme d'ambre»). Название было выбрано неслучайно: по традиции внутрь этих украшений помещали горячую сухую амбру, способную уберечь владельца от чумы. Помандеры носили в руке или привязывали к поясу, это стало своеобразной модой XVI века. Внешний вид помандеров, изготовленных для высокопоставленных лиц, напоминал гранат с золотым напылением, в хвостик которого закладывали благовония. Основой такого украшения становились драгоценные материалы и камни. С середины XIV века содержимым помандеров становились природные компоненты: мускус, амбра, циветта. Более доступный вариант помандера делали из лимона или апельсина. В цитрусовые просто втыкали гвоздику. Другой вариант самодельного помандера – шарик из мягкой глины, смешанной с ароматными травами.

Врач Людовика XIV Никола де Бленьи в свое время записал состав королевского помандера: бензойная смола, душистый аир, стиракс, корень дудника и ириса. Эту смесь врач рекомендовал Людовику регулярно подносить к носу.

Своё благовоние я храню в карманном помандере из эбенового дерева. Он ручной работы, теплый, компактный и гладкий. А видео о том, как сделать такую красоту вы уже знаете, где посмотреть.

К благовониям для тела, как ни странно, относятся и натуральные кремы с бальзамами, которые приятно пахнут. А также натуральная парфюмерия, даже мисты для тела и во-

лос на натуральной основе. Чай для ванной, ароматизирующий тело и расслабляющий душу, тоже, наверное, можно бы отнести сюда.

<https://youtu.be/RDG9ZFy68xs>

Рецепт

Чай для ванной при душевном истощении

Чай, потому что использовать мы будем только травы, смолы спирто- и жирорастворимы, в горячей воде не покажут свою прелесть.

- 1 часть корицы – чтобы согреться,
- 1 часть полыни – чтобы осушить слезы,
- 2 части меда – чтобы подсластить и напитаться,
- 1 часть лимонных корочек – для искры,
- 2 части розмарина – чтобы вдох был глубже.

Отдельные травы и смолы

- *Любимые цветы?*
- *Одуванчики.*
- *Почему?*
- *Они свободные, и их не продают.*

Иэн ГрэйСофи Элизондо

Самый первый и простой способ сжигания ароматических

растений – когда высушенную траву или смолу просто кладут на горячий уголь или кидают в костер. Это самая древняя форма благовоний, появившаяся задолго до появления палочек, конусов или даже рассыпчатых благовоний.

Сейчас совсем несложно собрать благовоние самому: полчаса изучения поставщиков, пара кликов в интернете и с Ozon доставят до дверей драгоценный пакет с абсолютно чем угодно. Держите, наслаждайтесь!

Но так, конечно же, было не всегда. Смолы были доступны не в каждой местности, и пока караваны верблюдов, груженные мешками, пересекут пустыню, преодолеют жажду и голод, стихию и разбойников, ценник вырастет до небес. Поэтому смолы называли «жидким золотом».

Травы и отдельные смолы курились шаманами индивидуально, для вполне определённых целей. Каждое растение обладает набором свойств, при общении с ним знахарь или шаман узнавал о вполне конкретной задаче, с которой то или иное растение поможет справиться.

Этот основной метод все ещё очень распространен и позволяет людям ощутить множество уровней силы аромата одного вида растения, лучше понимать целебные свойства и достоинства растений, развивая при этом чувствительность обоняния и интуицию.

Рассыпчатые благовония

Ещё одна древняя традиционная форма благовоний, ко-

торая широко распространена почти во всех культурах, как и в случае с отдельными травами и смолами, часто представляет собой комбинацию цветов, древесины, листьев, хвои, корней и смол.

До ароматических палочек и конусов существовали рассыпчатые благовония – ритуальный вид благовоний. Ритуал требует полного присутствия, вводит в сфокусированное состояние, когда вы периодически сыпете щепотки смеси на горячие угли. Палочки и конусы – это скорее метод невмешательства, когда вам не нужно присутствовать, пока они тлеют.

На раскаленный уголь насыпается щепотка рассыпчатого благовония. По мере тления, оно начинает прогорать, источая неприятный и чувствительный запах гари. В этот момент необходимо специальным ножиком смахнуть прогоревший материал с угля и, при необходимости, добавить новую порцию.

Что мне нравится в рассыпчатых благовониях – это их уникальный способ раскрытия ароматов при горении. Когда вы зажигаете палочку, в которой мелко измельченные ингредиенты очень тщательно перемешаны, запах будет оставаться довольно постоянным, пока она не сгорит. Но с рассыпчатым благовонием консистенция и состав ингредиентов может сильно варьироваться. У вас могут быть смолы, измельченные листья или целые семена, кусочки дерева размером с рис, даже смесь порошков в форме гранолы. Так что с каж-

дой отдельной щепоткой аромат будет довольно сильно отличаться в зависимости от того, что находится в каждой из этих щепоток, каждая индивидуальна и непредсказуема.

Иногда растительные материалы даже пропитываются натуральными духами, гидролатами или вином перед добавлением в смесь, что придает дополнительный приятный аромат.

Смеси невозможно подделать, так как ингредиенты видны как на ладони. Слишком дорогим безобразием будет идея подлить ароматизаторов в эту благоуханную смесь сакральных смол и цветов.

Формулы могут состоять из бесконечного количества материалов, быть посвящены божеству, определённым энергиям, духам-защитникам, предкам, временам года, элементам и фазам луны, даже любимым сказкам детства.

Большинство видов благовоний бахур также попадают в эту категорию. Обычно он делается с более экзотическими, дорогими ароматическими веществами, такими как алойное дерево, сандал, различные виды смол. Ингредиенты замачиваются в аттаре или парфюмерной композиции и даже некоторое время выдерживаются там. Они являются важной частью медитативных практик, потому что это помогает войти в более близкий контакт с благовонием.

<https://youtu.be/k2qY7DaO3D0>

Палочки благовоний

Палочки – одна из самых распространенных и узнаваемых форм современных благовоний.

Считается, что идея благовоний на бамбуковой палочке родилась в Индии, появились стили дхуп и агарбатти.

Дхуп – бесосновная палочка (форма, наиболее распространенная в тибетских и японских благовониях), традиционно изготовлена из смеси трав и смол, родниковой воды и натурального связующего вещества на растительной основе для сохранения формы.

Агарбатти содержит в своей сердцевине бамбук или другую деревянную щепку, которая помогает палочке оставаться прочной и не ломаться, вставать в подставки или в песок.

Есть мнение, что индийские торговцы представили китайцам палочки благовоний, а затем завезли их в Японию.

Одним из старейших способов производства ароматических палочек было прессование ароматического теста через рог крупного рогатого скота с отрезанным кончиком, оставляя в нём очень маленькое отверстие для благовония. Тесто нужно было продавить, как лапшу.

Палочки – горючий вид благовоний, их поджигают, воскуривают или воскуряют. Прикоснувшись к пламени, они начинают тлеть, распространяя дым.

На современном рынке большая часть палочек агарбатти изготавливается из древесины с напылением синтетических ароматизаторов. Большинство из них даже не содер-

жит настоящих натуральных ароматов. Кроме бамбуковой палочки, которая тоже никак аромат не улучшает, а придает благовонию оттенок тлеющего сена. Наверняка вы слышали такие благовония в индийских лавках, от которых дерёт глаза и течёт нос, они действительно могут быть аллергенны.

Внимательно читайте этикетки. Не стоит соблазняться экзотическими названиями – эфирных масел арбуза, малины и вишни просто не бывает. Подумайте, стоит ли платить за иллюзию?

Всегда лучше сделать собственные благовония из материалов, которые знаете, сами собираете на природе или выращиваете. Вы можете подобрать смеси, которые действительно нравятся, в которые вложили собственные намерения и благодарности.

Конусы

Мастера благовоний говорят, что конусы были продуктом японской культуры в дополнение к их знаменитой церемонии Кох-до.

Конусы производят более густой дым, чем палочки, и интенсивный аромат. Они горят намного быстрее, поэтому выделяют ароматические компоненты за более короткий промежуток времени.

Конусы традиционно представляют собой смесь древесины, трав, смол и других душистых материалов. К сожалению,

наиболее массово производимые и импортируемые конусы сделаны с использованием ароматизаторов и синтетических материалов, имитирующих натуральные ароматы. Причина проста – дешевизна производства позволяет получать высокую прибыль компаниям, которых не заботит качество или здоровье клиентов. Есть всё же небольшие компании, которые специализируются на ремесленных благовониях.

Конусы делают из того же теста, что и палочки, с теми же ароматическими материалами, меняя консистенцию на более пластичную.

У каждой формы благовоний есть своё место, свои преимущества, которые подходят для разных целей. Если вы хотите послушать аромат, глубоко медитируете или желаете потратить полчаса, углубляясь в себя, сжигание палочек или конусов может быть наиболее подходящим способом, чтобы немного легче войти в это состояние.

Стелющиеся конусы

Конусы благовоний с обратным потоком – это конусы с внутренним отверстием, создающие густой дым, который каскадами спускается вниз, а не поднимается вверх, как от привычных конусов.

Не хочу быть категоричной, но я достаточно редко встречала действительно натуральные конусы.

Материал для благовоний бывает совершенно разных оттенков, полнейшая радуга и улада для глаз. Но вот при их

смешивании и формировании теста получается каша от зелёного до коричневого цвета.

Я проводила много экспериментов, но даже при добавлении пудры свеклы или смолы кровь дракона, красный оттенок получить ну очень сложно.

Поэтому для удобства различия ароматов конусов их подкрашивают неизвестными красителями. Роза – розовый, сандал – коричневый, пачули – зелёные и т. д. Насколько они экологичны и нетоксичны – вопрос открытый. Наверняка, от пары конусов рога не вырастут. Но всё же... Делайте их лучше сами со мной на онлайн курсе.

<https://youtu.be/uGDfUno4zkE>

Гранулы благовоний, нери-ко

Ещё один тип благовоний, который традиционно нагревается и является негорючим, – гранулы. В Японии существует традиционный стиль благовоний под названием «нери-ко». Обычно они имеют вид маленьких шариков, которые состоят из измельчённых или расплавленных смол и древесных порошков, например, сандала или уда, по консистенции похож на пластилин. Они нагреваются с помощью электрических курильниц или на угле с помощью подушки из рисового пепла поверх него для смягчения тепла так, что аромат высвобождается, но благовоние на самом деле не горит.

Как правило, смесь формуется в маленькие шарики или

гранулы, которые сгорают целиком, или от них можно отщипнуть кусочки и сжигать в меньших количествах. Большинство рецептов ароматических конусов и палочек, рассыпчатых благовоний можно превратить в гранулы и нагреть на угле. Или если у вас есть рецепт с высоким содержанием смолы, а конусы и палочки не горят до конца, можно просто превратить благовоние в гранулы и сжечь их на углях.

Бахур

Бахур – древнейшее восточное благовоние для окуривания помещения, волос, предметов и одежды.

Начало обычая воскурения бахура положено тысячи лет назад. В арабских странах каждая семья имела бахуры, созданные руками женщин, каждый дом источал уникальный аромат.

Из поколения в поколение семья передавала свои семейные рецепты бахура.

Бахур состоит из ароматных древесных стружек, обычно уд, сандал, пропитанных натуральными духами, аттарами, абсолютами или эфирными маслами. Древесина нагревается, окутывая всё вокруг волшебными, удивительными ароматами. Ароматные лиственные породы, корни, кора, стебли, листья, иголки и семена, цветы, смолы и камеди, фрукты, сухофрукты, гидролаты, некоторые виды фруктовых соков или чаёв, даже мёд использовались в качестве компонентов, добавляющих уникальную сладость или цитрусовую нотку по-

сле высыхания готового продукта. А ещё некоторые пахучие продукты животного происхождения – мускус кабарги и высоко ценимая серая амбра и циветтин. Иными словами, практически всё, что естественно ароматно и приятно пахнет.

Как и мир натуральной парфюмерии, благовония бахур находятся в особой лиге. Есть тысячи разновидностей и рецептов, которые производятся по всему Среднему Востоку. Они бывают в форме блоков, древесной стружки, шариков, гранул типа гранолы или мелкого гравия, даже песочка.

Воскурение бахура имело множество значений, которые вкладывали в этот ритуал. Так, в древности в отсутствие лекарственных средств бахуром окуривали помещение для уничтожения болезнетворных бактерий.

На любые значимые события зажигали особый вид ароматного фимиама. Существуют всевозможные виды бахуров для семейных торжеств, свадеб и других праздников. Также бахуром окуривали помещение, где планировалось интимное общение мужа и жены, ведь масло из агарового дерева, сандал и пачули считались сильнейшими афродизиаками. Не зря жены султанов приходили к повелителю с этим секретным оружием, чтобы выделиться, стать особенной и запомниться своим незабываемым ароматом.

Жгут, или как правильно говорят на Востоке, курят бахур в специальных курильницах – бахурницах, которые могут быть угольными, портативными и электрическими.

Для окуривания одежды и постельного белья курильницу ставят в шкаф или под влажную одежду при сушке.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.