

НАТАЛЬЯ ШУЛЬГА



Диагностика
с эфирными
маслами
по Шульге

Наталья Шульга

**Диагностика с эфирными
маслами по Шульге**

«Кислород»

2023

УДК 615.322
ББК 53.580

Шульга Н.

Диагностика с эфирными маслами по Шульге / Н. Шульга —
«Кислород», 2023

ISBN 978-5-907342-54-5

Может ли быть анализ физического и психического состояния человека приятным времяпрепровождением, а не утомительной процедурой? Да, если это диагностика с эфирными маслами! С этой книгой вы можете стать востребованным аромадиагностом с очередью из клиентов и пакетом успешных кейсов. Книга познакомит вас со всеми секретами максимально точной интерпретации отклика на эфирные масла. Вы научитесь подбирать эффективную терапию и попадать в запрос клиента на 100 %, даже если он сам не до конца осознает свои потребности. Идеальное руководство по диагностике с эфирными маслами уже у вас в руках. Приступайте к его изучению и выводите себя на качественно новый уровень в ароматерапии. В формате PDF А4 сохранён издательский дизайн.

УДК 615.322

ББК 53.580

ISBN 978-5-907342-54-5

© Шульга Н., 2023

© Кислород, 2023

Содержание

Об авторе	6
Введение	7
Глава 1. Принципы диагностики с эфирными маслами. Как работает метод	8
Глава 2. Классификация эфирных масел	12
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Наталья Шульга

Диагностика с эфирными маслами по Шульге

© Наталья Шульга, 2023

© Издательский дом «Кислород», 2023

© Издательский дом «Тион», 2023

© Дизайн обложки – Георгий Макаров-Якубовский, 2023

* * *

Об авторе



Наталья Шульга – топовый эксперт мира эфирных масел. Нутрициолог, ароматерапевт – основатель doTERRA в России и первой школы нутрициологии и аромапрактики РФ. Специалист по парафармацевтике. Создатель передовых образовательных программ по ароматерапии. Автор серии бестселлеров на тему естественного оздоровления и серии книг «Ароматерапия по Шульге», которые обрели мгновенную популярность среди русскоязычных читателей разных стран. Работы автора отличает большой объем структурированной информации и доступный, понятный стиль изложения материала. Новая книга открывает еще больше возможностей для профессионального и финансового роста людей, выбравших эфирные масла вместо агрессивной фармакологии.

Введение

Диагностика с эфирными маслами – это праздник каждый день, если она становится вашей постоянной деятельностью. Когда диагност встречается с клиентом и предлагает палитру эфиров, по ощущениям это сродни изысканной трапезе в дорогом ресторане. Сплошное наслаждение, при этом с максимальной пользой для физического и эмоционального состояния. Когда клиент проходит диагностику, он уже получает терапевтический эффект. Диагност, как опытный проводник, сопровождает, трактует результаты, дает тот самый ключ, который открывает все «двери» в организме. Это огромное удовольствие – погружать клиента в удивительный мир эфирных масел. Поэтому диагносты, просто делая свою работу, буквально расцветают как личности, так и в бизнес-процессах. Диагностика – приятный во всех смыслах выход на новые компетенции свободного ориентирования в разнообразии эфирных масел, виртуозного владения техниками ароматерапии и точного попадания в запрос клиента. Читая эту книгу, вы включайтесь в уникальный процесс обучения диагностике. Каждая страница – это ваш актив в копилке ценных знаний о терапии эфирными маслами. Рекомендация – по мере изучения предложенных техник применяйте их сразу на практике. Это поможет лучше усвоить материал и уже на этапе обучения почувствовать массу удовлетворения от работы. Кроме того, вас будет мотивировать та благодарность, которую вы станете получать от клиентов, это неизбежно при работе с эфирами. Познавая больше информации и реализуя знания в процессе, вы сформируете личный стиль диагностики и настроите организацию личного пространства так, чтобы это позволило вам максимально раскрыться в своей новой профессии. Добро пожаловать в настоящее бизнес-творчество!

Глава 1. Принципы диагностики с эфирными маслами. Как работает метод

Наверняка вы уже имеете опыт взаимодействия с эфирными маслами. Знаете, какие существуют группы эфирных масел, различаете их классификацию. Для того чтобы научиться диагностике, необходимо иметь базовые знания об эфирных маслах. Если их у вас еще нет, то вы можете познакомиться с этой увлекательной информацией в моих книгах цикла «Ароматерапия по Шульге» или в моих бесплатных видеоуроках, размещенных на различных интернет-ресурсах. Диагностика – это выборка из множества вариантов, поэтому нужно иметь представление о палитре эфиров. Диагностика являет собой не теоретическую часть изучения ароматерапии, а практику взаимодействия с эфирными маслами и прямые ассоциации. Для того чтобы вести деятельность диагноста, вы должны сами понимать, что чувствуете, вдыхая тот или иной эфир.

Базовый набор масел и умение с ним работать можно считать входным билетом в профессию диагноста с эфирными маслами. Теперь, читая эту книгу, вы научитесь проводить диагностику технично, поймете алгоритм и усвоите принципы, по которым она работает. Узнаете, какие отзвы тела человека, пришедшего к вам с запросом, возможны. Сможете правильно интерпретировать результаты и работать с этими результатами дальше. Конечно, вы научитесь смешивать эфирные масла так, чтобы у вас получались именно диагностические экземпляры, и соберете свою собственную коллекцию для диагностики.

При интерпретации результатов имеет значение личность того человека, который пришел на диагностику. Здесь нет одинаковых формул, подходящих разным людям. Вы должны понимать, что существует также кросс-культурный опыт. То есть особенности поведения, обычаев, традиций у людей, принадлежащих к различным культурам, странам, нациям, народам. Задача диагноста – стать максимально незаметным посредником между клиентом с его обонятельной системой и разнообразием эфирных масел. Чем меньшее влияние диагност оказывает на этот процесс, тем лучше и достовернее будет результат, который он получит. Хотя, по большому счету, в ароматерапии очень сложно ввести нос в заблуждение: если аромат не нравится, то это не изменить уговорами и убеждением со стороны. Поэтому необходимо изучить, по каким принципам строится диагностика как процедура.

Находясь на расстоянии, например проводя диагностику человеку, который находится от вас через океан, важно иметь идентичный материал для диагностики. Сразу скажу, это возможно, вы вполне можете рассчитывать на твердый, устойчивый результат, если свойства эфирных масел у вас одинаковые. Поэтому диагностам настоятельно рекомендую работать только с терапевтическим классом масел, которые тщательно проверены и многократно тестированы. Масла СРТG-класса подходят для диагностики лучше всего. Их аромат всегда стабилен. Он может отличаться по биохимии в зависимости от сезона, от технологии сбора, но СРТG-стандарт гарантирует стабильность. Поэтому, если вы будете на его основе создавать свою линейку диагностических масел, то получите самый устойчивый результат и сможете рекомендовать подходящие эфиры вашим клиентам. С маслами СРТG-стандарта диагностика предполагает как офлайн-, так и онлайн-работу. При условии, что у вас с клиентом одинаковые составы эфирных масел. Однако имейте в виду, что аромапрактик может иметь под рукой сотни вариантов эфиров, но клиент не обязан обладать такой коллекцией, как у вас, чтобы пройти диагностику.

Базовый набор ароматов – это уже хороший старт для того, чтобы вы научились проводить диагностику, смогли самостоятельно и очень профессионально это делать. Самое главное, чтобы вы были открыты и восприимчивы к знаниям. Это очень хорошо отрабатывается

на практике, тогда сразу в ходе обучения у вас будут наращиваться компетенции, и вы станете с самого начала проводить диагностику в широком чтении, выражая себя и выстраивая уникальные коммуникации с вашим клиентом.

Прежде чем перейти к практике, давайте разберемся с принципами. Как же этот метод работает? Я опираюсь только на факты. Обонятельная система человека определяет в целом его жизнедеятельность. Мы выбираем носом все: от здоровой еды до партнеров. Тысячелетиями людям удавалось выживать и развиваться благодаря системе обоняния, с помощью которой можно почувствовать опасность или найти нужные ресурсы и оставаться в безопасности. Проще говоря, наш нос ведет нас по жизни. Конечно, этим инструментом нужно научиться пользоваться в полной мере, что и позволяет сделать такой метод, как диагностика с эфирными маслами. Во-первых, с ними мы пробуждаем все обонятельные рецепторы, которые есть у нас в носу, а их около 60 000 000! Во-вторых, мы их буквально заставляем работать, тренируем. Даже за один сеанс диагностики можно получить колоссальный терапевтический эффект. Нейроны нашего головного мозга взаимосвязаны напрямую с обонятельной системой. Это самый короткий путь – когда мы вдыхаем аромат, рецепторы удерживают молекулы, информация попадает в гипоталамус, центр управления эндокринной системой. Так за мельчайшие доли секунды мы получаем отклик организма на тот или иной эфир. Мы получаем обратную информацию из неокортекса – это крайний слой головного мозга, который отвечает за формирование и восприятие речи. А также получаем отзыв из подсознания, где находятся различные программы и установки, заложенные в нас родителями или другими значимыми взрослыми, привычки, которые мы уже не замечаем.

Гипоталамус, с эволюционной точки зрения, относится к самой древней части головного мозга. Это небольшая часть лимбической системы, которая дает нам возможность воспринимать информацию. Главная функция гипоталамуса – управление вегетатикой, состоящей из нервных волокон и рецепторов, которые подают сигналы от головного мозга к остальным органам. Далее афферентные волокна посылают информацию в мозг от всех систем о происходящем во внешнем мире. Поступающий в гипоталамус сигнал проходит анализ, после чего организм производит соответствующую информацию. То есть, если мы вдыхаем аромат и он нам нравится не только потому, что является новым уникальным опытом, а на химическом уровне – меняется состав крови под удовольствие, ощущаемое через нервные окончания. Через вдыхание эфирных масел мы влияем на количество кортизола в крови, на содержание дофамина, серотонина. Даже если находимся под воздействием сильнейшего стресса, таким образом мы помогаем синтезироваться гормонам радости, счастья. Диагностика с эфирными маслами работает по такому принципу: вдыхая аромат, получаем от тела четкий отклик, который не спутать ни с чем. В него невозможно вмешаться или как-то повлиять на него советом, рекомендациями. Делая слепое тестирование и даже зная, что в руках, например, лаванда, человек может не узнать этот запах и получить истинный ответ тела, опираясь на древнюю систему управления поведением. Такой опыт можно сравнить с психотерапией. Только в процессе терапии дойти до глубоких слоев подсознания, чтобы выявить запрос, скрытый за убеждениями, удастся непростым путем, через боль, слезы, сложные осознания. А вот с эфирными маслами наш собственный нос способен моментально раскрыть истинный запрос. Положительный отклик или отрицание эфирных масел – это точный механизм реакции тела. По описанию воздействия каждого эфирного масла мы получаем точный ответ, на что есть запрос у клиента и какая биохимия сейчас ему необходима, что сейчас в дефиците.

Невозможно обмануть обонятельную систему. Без лишних слов и влияния диагноста на процесс мы получаем верный ответ: что же сейчас происходит с клиентом и какие действия необходимо предпринять в первую очередь, чтобы терапия прошла успешно.

Когда дело касается биохимии, аромадиагностик понимает, что существуют функциональные группы, терпены и терпеноиды, спирты, эфиры, альдегиды, фенольная группа и т. д.

На взаимодействии этих веществ с организмом основан принцип аромадиагностики. Комбинация химических веществ – очень летучая – моментально проникает во все клетки. Тело, в котором в настоящий момент сформировалась большая потребность в данной конкретной комбинации, сразу откликается на нее. То есть, если человеку нравится вдыхать определенный аромат, значит в его теле есть запрос именно на эту биохимию.

Мы привыкли к тому, что в организме должно быть достаточное количество витаминов, минералов. Широкое понимание о необходимости баланса микронутриентов сформировалось в обществе около 50 лет назад. Последовал бум пищевых добавок. И если они изначально воспринимались скептически, то теперь являются неотъемлемой частью потребительской корзины практически для любого человека. Затем человечество узнало, что существуют биофлавоноиды, антиоксиданты, микроэлементы, которые влияют на многие процессы. В том числе на скорость метаболизма, регуляцию артериального давления и вообще все, что происходит в теле каждую секунду. Мы рассматриваем их как ко-факторы, которые должны обеспечивать необходимым клетки изо дня в день. Если посмотрим в общем на работу организма и целно увидим все процессы, то поймем, что ко-факторы определяют в большей степени, насколько будут усвоены нутрицевтики. То есть, по большому счету, насколько хорошо мы будем проживать свою жизнь. Это зависит от того, что мы чувствуем. А самочувствие зависит от очень тонких настроек, которые как раз можно регулировать с помощью эфирных масел.

Наш нос – уникальная обонятельная система. Реакции организма на внешнюю среду, реакции тела – прямая взаимосвязь принятыми нами решениями. Выбор нашим носом определенного эфирного масла – это прямой запрос организма на ко-факторы, на биохимию летучих веществ.

Эфирные масла не накапливаются в теле человека. Но при непосредственном контакте стимулируют обменные процессы, запускают процессы расслабления и тонуса, балансируют эндокринную и нервную системы. С помощью диагностики можно включить тонкие настройки и получить прямой ответ организма.

Ответ клиента: «Да, мне нравится этот аромат, и я очень хочу его вдыхать» – раскрывает большой запрос на эту биохимию. А вот сильное отторжение означает крайнюю степень депривации. Поэтому в первую очередь давайте разберем свойства эфирных масел и то, какие задачи они решают. Таким образом, вы научитесь понимать, какой запрос у человека существует в настоящее время, на момент диагностики, и в перспективе на 1–2 месяца вперед. Ароматерапия охватывает весь спектр органов и систем человеческого тела. Диагностика эфирными маслами – это очень точный метод, который позволяет понять, какие есть дефициты, какие нарушения, воспалительные процессы. Причем он не предполагает грубых вмешательств, это лишь естественный и приятный процесс вдыхания ароматов.

Что означает обратная реакция, когда клиент отрицает запах, когда он категорически не нравится? Это тоже запрос на биохимию. Но на данном этапе организм не готов принимать этот аромат и забирать соответствующую информацию. Например, если глубоко в душе клиент чувствует, что ему не хватает близости, тепла, и он вдыхает аромат расслабляющих, релаксирующих эфиров – произойдет отторжение. Это говорит о таком значительном накоплении дефицитов, что организм пока не готов к прямому воздействию на эту сферу. Нужно сначала использовать другие эфирные масла и подойти к решению проблемы мягко, через смежные потребности. Таким образом, получится подготовить биохимию тела к принятию биохимии отторгаемого аромата.

По мере прочтения книги вы будете подробнее погружаться в описанные выше тонкости. Узнаете, как разные люди в зависимости от своего состояния реагируют на одни и те же ароматы и как интерпретировать полученные результаты. Считаю, что не будет лишним еще раз акцентировать – эфирные масла не вызывают привыкания. Они не накапливаются в организме, но воздействуют на биохимию организма меняют ее. При непосредственном контакте

стимулируют обменные процессы, корректируют процессы расслабления и тонуса, балансируют эндокринную и нервную системы.

Например, если воспаление в определенном органе требовало биохимию эфирного масла нарда, то через неделю-две после терапии нардом тело будет просить эфир-детоксикант, к примеру фенхель или анис. То есть предпочтения обонятельной системы меняются. Поэтому диагностику нужно проводить по определенному циклу. Как правило, это раз в две недели: определили проблему, проработали ее в течение двух недель – провели повторную сессию. Это будет новый этап, новые результаты и новое поле для воздействия. Последующие периоды будут уже увеличиваться, поскольку, насыщаясь раз за разом биохимией, мы даже в пассивном варианте решаем многие проблемы клиента по телу.

Диагностика эфирными маслами – очень интересный метод, который позволяет как в активном взаимодействии с ароматом решать запросы, так и пассивно. То есть, даже просто проходя процедуру диагностики и получая эфир, человек уже терапевтируется.

Итак, положительный отклик и отрицание эфирных масел – это механизм реагирования тела в соответствии с его потребностями. По описанию воздействия каждого эфирного масла мы получаем ответ, на что есть запрос у клиента и какая биохимия сейчас необходима. Без лишних слов и влияния диагноста на процесс мы получаем информацию: что же сейчас происходит с клиентом и какие действия необходимо предпринять в первую очередь, чтобы терапия прошла успешно?

Понимая, что обонятельную систему невозможно обмануть, диагност может уверенно давать рекомендации по применению определенных эфирных масел и способен прогнозировать исход терапии. Поэтому есть возможность, опираясь на опыт, прописывать для клиента последовательную терапевтическую программу применения эфиров. Если предполагается комплексная терапия, то диагностика вводится ароматерапевтом как обязательный элемент взаимодействия с клиентом. В процессе мы можем сталкиваться с сопротивлением исцелению, со вторичными выгодами от текущего состояния. Те цели, которые озвучивает клиент, могут быть неоправданными, он может быть не готов к их достижению. Поэтому если диагност хочет выстроить правильные отношения с клиентом, он должен работать на отклик тела, а не мыслей клиента. Тело будет в первую очередь требовать решения физиологических задач. Сначала необходимо гармонизировать процессы в организме, создать здоровую среду на уровне физики и психики, а потом уже ставить цели по выходу на новый уровень личностного роста или финансового развития с эфирными маслами.

Диагностика с эфирными маслами – это живая система, в которой меняются задачи с каждым последующим сеансом. Но мы постараемся найти в процессе диагностики стабильные точки, так как взаимодействие с ароматами должно проходить по определенному алгоритму. Соблюдая его, мы не сбиваем темп ароматерапии, правильно реагируем на импульс и правильно трактуем результат.

Глава 2. Классификация эфирных масел

Из этой главы вы узнаете, как классификация позволяет выстраивать гипотезы о том, в каком состоянии находится клиент. Рекомендую действовать в соответствии с пирамидой потребностей человека. Смотрите на человека цельно и определяйте, какие уровни надо развить, усилить, на каких закрыть дефициты.

Если переложить на пирамиду классификацию эфирных масел, то уровни в порядке от основания пирамиды до ее вершины выглядят следующим образом

Основание – пряная группа

- Уровень 2 – камфорная группа
- Уровень 3 – цитрусовая группа
- Уровень 4 – хвойная группа
- Уровень 5 – условно мужские, условно женские эфирные масла
- Вершина – культовая группа

А теперь подробнее. Итак, первый уровень – пряная группа.

Рассматривая организм человека как цельную систему, мы закрываем потребности в определенном порядке. Начинаем с базовых задач, связанных с физиологией. Проще говоря, добиваемся того, чтобы в теле ничего не болело, не накапливались воспаления, чтобы хватало всех микроэлементов в организме, было достаточное количество и качество сна. Когда фундамент в порядке – можно двигаться дальше. Если говорить про базовые потребности, то будем опираться на функциональную группу эфирных масел – пряности. Пряности – условное название, сюда входят эфиры разных видов растений. Все приемы диагностики и сопровождение клиента должны включать эту функциональную группу. На практике вы сможете убедиться, что у большинства людей существует большая потребность в пряностях. Хотя клиенты нередко приходят с другими запросами. Какие бы высокие цели ни ставил человек, запомните: начинать надо всегда с базы. Пряная группа очень хорошо работает с физиологией. Устраняет спазмы сосудов, обладает противовирусным свойством, стимулирует здоровый аппетит, при этом эфирные масла группы помогают избегать пищевых срывов. Пряности стимулируют кровоток, лимфоток, выводят следы тяжелых металлов из лимфотока. Останавливают рост патогенной микрофлоры. Ускоряют клеточный метаболизм и все обменные процессы. Помогают отойти от деструктивных зависимостей, корректируют функции выделительных систем.

Что дает пряная группа? Эти эфирные масла наполняют энергией, создают ощущение насыщенности жизни в сфере физиологии: еда, комфорт, половое влечение и т. д. С этой группой эфиров диагност помогает клиенту понять, насколько качественно удовлетворены базовые потребности.

В пряную группу входят следующие эфирные масла:

- Базилик
- Ваниль
- Гвоздика
- Имбирь
- Кардамон
- Кинза
- Кориандр
- Корица
- Куркума
- Майоран
- Морковь дикая
- Мускатный орех

- Мята перечная
- Мята кудрявая
- Орегано (Душица)
- Перец черный
- Перец розовый
- Петрушка
- Фенхель
- Тимьян (Чабрец)

Хочу акцентировать ваше внимание на принцип последовательности. Второй уровень – это выход на действия. Когда решаются проблемы внутри организма, воспаления и дефициты перестают отнимать силы и энергию, появляется больший стимул для внешних коммуникаций. Самый легкий контакт с внешней средой обеспечивает цитрусовая группа. Да, все эфирные масла влияют и на физиологию, и на ментальную составляющую, но, анализируя запрос организма, диагност понимает по отклику на цитрусовые, что пора смотреть дальше тела и уделить внимание процессу самовыражения клиента. С цитрусовой группой это происходит легко, в удовольствие. С цитрусовыми можно выходить на особый вид коммуникаций с клиентом. Особенно если он человек творческий, со сложной внутренней организацией, мы будем получать от взаимодействия его с этими эфирами очень точные маркеры диагностики.

Цитрусовые эфирные масла устраняют головные боли, переутомление, поднимают тонус, обладают противопростудными, противовирусными и антибактериальными свойствами. Регенерируют ткани, стимулируют липолиз – расщепление жиров.

Цитрусовые имеют выраженное тонизирующее действие. При диагностике являются показателем потребности в общении, склонности к оптимизму и творчеству. Цитрусовые – это солнечные, яркие, ароматы праздника, легкости, открытости, радости. Цитрусовые являются метками-индикаторами того, что надо остановиться, отдохнуть. Стряхнуть пелену пессимизма. Поверить в себя.

В группу входят следующие эфирные масла:

- Апельсин
- Бергамот
- Грейпфрут
- Лайм
- Левзея
- Лемонграсс
- Лимон
- Петит-грейн
- Мандарин (Танжерин)
- Мандарин зеленый

Следующая группа – это камфорные эфирные масла. Отражают способность выйти из зоны комфорта, сделать более весомый результат, выйти из старых привычек. Достать из себя больше возможностей, чтобы реализовать их. Когда ситуация требует активных, немедленных действий, камфорные эфирные масла – лучший вариант. Если мы получаем отклик от клиента на эту группу, то понимаем, что есть запрос на более активную деятельность и выход из зоны комфорта. Этот процесс как раз идеально сопровождается комфортными эфирами, причем проходит мягко и безболезненно.

Камфорная группа, вдохновляющая и пробуждающая. Эфиры этой группы повышают работоспособность, стимулируют дыхательную и нервную системы. Камфорные масла являются доминирующими антидепрессантами, возвращают тонус всем системам организма, снимают ипохондрию. Помогают быстро «собраться», укрепляют волю.

Формируют чувство безопасности, четкое понимание личных границ и соблюдение границ других.

В камфорную группу входят следующие эфирные масла:

- Эвкалипт
- Розмарин
- Чайное дерево
- Береза
- Найоли
- Грушанка

Следующая ступень – хвойная группа эфирных масел. Сопровождает момент яркого проявления себя, когда человек не просто выходит за рамки привычек, а начинается трансформация личности. При этом развитие идет по спирали вверх, без закольцовывания на повторяющихся проблемах. На этом уровне с помощью эфирных масел мы затрагиваем высшие потребности. Здесь ароматерапия поможет отобразить переход от физиологических вопросов к духовным. Когда решены все проблемы на уровне тела и человек чувствует себя в прекрасной физической форме, приходит огромное желание самовыражения, самореализации. Проходя по всем ступеням пирамиды и последовательно решая актуальные задачи, мы приходим к высшему выражению себя.

Хвойные нормализуют артериальное давление, купируют простудные заболевания, оздоравливают бронхолегочную систему. Влияют на обновление нейронных связей, помогают адаптироваться к новым условиям. Еще есть важная функция – коррекция гормональных функций в организме. Хвойная группа повышает умственный потенциал, дает ясность мышления. Хвойные – это самодостаточность, серьезность, надежность.

В хвойную группу входят следующие эфирные масла:

- Сосна Дуглассия
- Ель
- Кедр Атласский
- Кедр Виргинский
- Кипарис
- Можжевельник
- Пихта Сибирская
- Сосна
- Туя Арборвита

После хвойных мягко включается спрос на женские, мужские эфиры. Это разделение условно. Есть ряд эфирных масел-афродизиаков, феромоноподобных масел, которые очень близки нам по биохимии. Благодаря этому эффект они дают удивительный. С такими эфирами удастся быстро переключаться между разными ролями в разных ситуациях и буквально расцвести в каждом проявлении личности. Важная миссия диагностики – сопроводить этот момент и качественно обслужить соответствующий запрос клиента, чтобы не было сделано ошибок в результате поспешных решений, чтобы клиент проживал трансформации органично. Этот процесс диагност может прогнозировать и мягко сопровождать. Ароматерапия, можно сказать, «промасливает» каждый этап трансформации и позволяет проходить ее комфортно, смягчая контрасты.

Условно мужские эфирные масла помогают устранять беспокойство, нервное напряжение. Стабилизируют эмоциональный фон. Стимулируют либидо и творческую энергию. Способствуют улучшению метаболических процессов в организме. Избавляют от подавленности и апатии. Также эти эфиры корректируют гормональные расстройства. Условно мужские – раскрывают «мужские» качества, например лидерство.

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.