

SCOTT CUNNINGHAM

MAGICZNA AROMATERAPIA



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII

...coś więcej niż psychologia

MAGICZNA AROMATERAPIA

Kiedy narodziła się cywilizacja, człowiek zebrał wiedzę o zapachach w zbiór podań i tradycji ludowych, który teraz nazywamy magiczną aromaterapią. Noszono przy sobie bądź wączano pewne wonne rośliny, by uzdrowić ciało. Posługiwano się kwiatami, by przyciągnąć miłość i zapewnić sobie pożywienie i ochronę.

Najrzadsze, najdroższe i najbardziej aromatyczne rośliny składano w ofierze boginiom i bogom. Choć zasadniczym celem była chęć zjednania sobie i zadowolenia bóstw, dym palonych kadzideł oddziaływał także na samych wiernych. Dym uwalniany np. z tłącego się kadzidłowca bezpośrednio potęgował duchowe rytualne zaangażowanie uczestników składających ofiary.

Ponadto wykorzystywano określoną woń w magicznych rytuałach, by uzyskać właściwy stan świadomości niezbędny do praktyk magicznych. Niektóre zapachy wzmacniały także fizyczną (bioelektryczną) energię człowieka, która mogła być kierowana do czynności rytualnych. Odkryto, że dzięki innym zapachom osiągnąć magiczne cele w takich sferach jak miłość, uzdrawianie, świadomość psychiczna, oczyszczanie, seks; wdychano je w trakcie podstawowych rytuałów bazujących na tych energiach. Praktyki trwają nadal; są źródłem obecności wonnych olejków i kadzideł w magii ludowej i obrzędowej.

SCOTT CUNNINGHAM

MAGICZNA AROMATERAPIA



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII

...coś więcej niż psychologia

Redakcja: Ewa Karczewska
Projekt okładki: Piotr Pisiak
Skład komputerowy: Piotr Pisiak
Korekta: Beata Piecychna
Tłumaczenie: Iwona Madej

Wydanie I
Białystok 2010
ISBN 978-83-7377-433-9

MAGICAL AROMATHERAPY
Copyright © 1989 Scott Cunningham
Published by Llewellyn Publications
Woodbury, MN 55125 USA
www.llewellyn.com

© Copyright for this edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2010.
All rights reserved, including the right of reproduction
in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana
ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych,
mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych
bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
...coś więcej niż psychologia

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – sklep firmowy „Talizman” – detal
www.studioastro.pl e-mail: biuro@studioastro.pl
Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl
PRINTED IN POLAND

Książka ta poświęcona jest każdemu,
kto choć raz pochylił się ku Ziemi,
podniósł kwiat i odkrył magię zapachu.



PODZIĘKOWANIA

Mojej matce za te wszystkie róże, frezje, narcyzy i inne pachnące rośliny, którymi ozdabiała dom mego dzieciństwa.

Mojemu ojcu, który nauczył mnie szacunku do roślin, gdy byłem młody.

Judy z Eye of the Cat i Lindzie z Earth Emporium za egzotyczne olejki eteryczne i rośliny.

Maureen Buehrle z International Herb Growers and Marketers Association za zaproszenie mnie do wystąpienia na ich zjazdach w latach 1988-1989, dając mi tym samym możliwość spotkania wielu aromaterapeutów.

Marlene za informowanie mnie o wszelkich nowościach wydawniczych związanych z tematem.

Robertowi Tisserandowi za cenne uwagi, gdy przeczytał mój rękopis.

Wielu aromaterapeutom, których spotkałem, w tym Robertowi Tisserandowi, Johnowi Steele'owi,

Marcelowi Lavabre'owi i Victorii Edwards, za ich badania, eksperymenty i prace.

Colleen K. Dodt za jej silne wsparcie i entuzjazm.

Marilee za niegdysiejsze pogawędki o aromaterapii i – znacznie późniejsze – użyczenie swoich olejków eterycznych.

Carlowi Weschckemu i wszystkim z wydawnictwa Llewellyn za to, że dali mi okazję do napisania tej książki.

I na koniec Ziemi – Naszej Matce – za to, że pozwalała nam pracować z jej wonnymi skarbami.

SPIS TREŚCI

Przedmowa	11
Słowo wstępne	15

CZĘŚĆ I. ZAPACH

Rozdział 1. Magiczna aromaterapia	19
Rozdział 2. Zapachy bogów	27
Rozdział 3. Zapachowe surowce roślinne ...	47
Rozdział 4. Olejki eteryczne	57
Rozdział 5. Metody i techniki	67

CZĘŚĆ II. AROMATY

Wprowadzenie	81
--------------------	----

CZĘŚĆ III. ZESTAWIENIA

Przemiany magiczne i zalecane zapachy/olejki eteryczne	231
Aromaty na każdy dzień tygodnia	240
Aromaty na każdą porę roku	241

Aromaty na każdą fazę księżyca	241
Olejki eteryczne a minerały	242
Aromaty i żywioły	244
Aromaty i planety	246
Znaki zodiaku i ich aromaty	249
Mieszanki olejków eterycznych	251
Wykaz olejków syntetycznych i oryginalnych ..	257
Niebezpieczne olejki eteryczne	261
 Objaśnienia i terminy	 267
Bibliografia	273

PRZEDMOWA

Są światy, których nie możemy zbadać własnymi oczami. Te byty, choć fizyczne, leżą poza zasięgiem wszystkich naszych zmysłów. Ich świadomość budzi się w nas tylko wtedy, gdy przywołujemy najstarszy sposób poznawania i odkrywania otaczającego nas świata – nasz węch.

Od ilu już wieków ludzie przebywają w otoczeniu wonnych roślin? Ile to już kwiatów powąchanych, zmielonych korzeni, ziaren i nasion rozdartych w dłoniach, liści przytkniętych do nosa? Niektóre z najdawniejszych miejsc pochówku na terenach Europy mają ślady kwiatów i wonnych liści, co wskazuje, że człowiek od dawien dawna podziwiał skrywany świat zapachów.

Teraz ponownie zwracamy się ku sile zapachu. Zainteresowanie ziołami nadal przeżywa swój renesans, a rozpoczęło się ono w USA w latach 30. XX wieku. Aromaterapia (zastosowanie prawdzi-

wych olejków eterycznych do celów leczniczych) cieszy się szeroką popularnością.

Kiedy już skończyłem pracę nad znacznie poszerzonym wydaniem *Encyklopedii leczniczych aromatów*¹, wydawnictwo Llewellyn poprosiło mnie o napisanie książki o zapachach. Stwarzało to idealną możliwość połączenia współczesnej wiedzy o fizjologicznym i psychologicznym działaniu olejków eterycznych z pradawną sztuką magicznego tworzenia perfum. W tej książce zostało pokazane, jak wykorzystać energie zamknięte w wonnych roślinach i naturalnych, prawdziwych olejkach eterycznych².

Pisząc tę książkę, opierałem się na licznych eksperymentach i obserwacjach, badaniu zapisów liczących 4000 lat i wiedzy przyjaciół, jak i uznanych aromaterapeutów. Ponadto pozwoliłem też, by olejki eteryczne i zapachy mówiły same za siebie, przedstawiły najlepsze metody, dzięki którym mogą nam pomóc.

Nie jest to spojrzenie na kosmetyczny przemysł perfumeryjny czy techniki konwencjonalnej aromaterapii, lecz przewodnik mówiący o tym, w jaki sposób wykorzystać olejki eteryczne i wonne rośliny

¹ *Encyklopedia leczniczych aromatów*, wydane przez Studio Astropsychologii, www.studioastro.pl

² Zob. objaśnienia i terminy.

ny, by wprowadzić zmiany do naszego życia. Gdy właściwie dobieramy zapach, wdychamy go, a jednocześnie coś wizualizujemy, pojawia się prawdziwa magia.

Magiczna aromaterapia łączy energie drzemiące w olejkach eterycznych i roślinach z naszymi. Gdy wzmocnimy je efektem najprostszej wizualizacji, budzą i przynoszą miłość, świadomość duchową, spokój, sen, zdrowie, pieniądze, oczyszczenie, ochronę, podnoszą erotykę związków partnerskich oraz czynią mnóstwo innych zmian.

Magia zapachowa ma bogatą, barwną historię. Dzisiaj, w cieniu nowego milenium, dużo możemy nauczyć się od zwykłych roślin, które zdobią naszą planetę. Wiele z nich wykorzystuje się od setek lat. Ich zapachy niezmiennie wibrują energiami.

Mam najszczerzą nadzieję na to, że po przeczytaniu tej książki zawsze już będziesz patrzeć na różę, cytrynę, bukiet goździków w wazonie, pamiętając o energii, która drzemie w ich zapachu. Żeby tę energię wykorzystać, wystarczy tylko powąchać i rozkoszować się mocą.

Magiczna aromaterapia to egzotyczny świat kosztownych olejków różanych, świętego szafranu, wspaniałej skórki pomarańczowej czy innych cudów Ziemi. Kiedyś były one przedmiotem czci.

Dzisiaj możemy z nimi pracować, by stworzyć przesyconą wonią przyszłość. Magia jest wokół Ciebie. Pozwól, by zagościła w twoim życiu.

S. Cunningham
San Diego, Kalifornia
25 marca 1989 r.

ROZDZIAŁ 4.

OLEJKI ETERYCZNE

Olejki eteryczne to olejki jedyne w swoim rodzaju. Nie są tłuste; są zwykle tak lekkie, jak woda, i szybko się ulatniają; żaden z nich nie jest olejkiem z prawdziwego zdarzenia. Olejki eteryczne są de facto bardzo lotne; to aromatyczne substancje, które w sposób naturalny występują w danych roślinach. To właśnie one nadają różom, czosnkowi i wszystkim innym wonnym roślinom ich charakterystyczny aromat.

Olejki eteryczne otrzymuje się z substancji roślinnych, stosując różnorodne metody, w większości bardzo kosztowne i niebezpieczne ze względu na łatwopalność materiału, stąd najlepiej zostawić to fachowcom. Jest to praktycznie niemożliwe, by wyprodukować prawdziwe olejki eteryczne w warunkach domowych.

Muszę wyjaśnić jedną rzecz: *olejki eteryczne są destylatami lub ekstraktami z naturalnie wonnych substancji roślinnych*. Lawendowy olejek eteryczny jest

wyciągiem z lawendy, a nie z rośliny, która pachnie jak lawenda. Co więcej, *ich sztuczne odpowiedniki nie są olejkami eterycznymi*.

W kwestii olejków eterycznych panuje obecnie kompletny chaos, a przecież jest to takie proste. Jeśli „olejek jaśminowy” został wyprodukowany przez chemika w laboratorium, poprzez zmieszanie odpowiednich składników chemicznych w celu uzyskania zapachu kwiatowego, nie jest to wcale olejek eteryczny.

Wielu dystrybutorów sprzedaje syntetyczne „esencje”, które nie miały nic wspólnego z tkanką roślinną. Są one tanie, łatwe do wyprodukowania i niestety, stanowią prawie 99% składników „magicznych” olejków sprzedawanych w całym Stanach Zjednoczonych.

W magicznej aromaterapii należy obowiązkowo używać oryginalnych olejków. Syntetyki nie działają. Nie jest to lekceważenie osiągnięć technologii, lecz zwykłe stanowisko w sprawie ograniczeń syntetycznych „olejków eterycznych”.

Autentyk powstały na bazie surowców roślinnych zawiera w sobie coś więcej niż same terpeny, aldehydy, ketony, alkohole czy inne substancje tworzące zapach. Jako że olejki eteryczne rodzą się z roślin, są one w bezpośrednim związku z Ziemią. Ta subtelna energia, karmiona żywną glebą, słoń-

cem i deszczem, wibruje w cząsteczkach olejków eterycznych. Skoro i nas zrodziła Ziemia i jesteśmy z Nią związani, możemy łączyć energię prawdziwych olejków eterycznych z naszą własną, by spowodować potrzebną zmianę.

Olejki eteryczne to skoncentrowana energia roślin. Zasadniczo olejki eteryczne mają od 50 do 100 razy większe stężenie niż rośliny, z których pochodzą. A zatem olejki eteryczne to potężne zasoby naturalnych energii.

Prawdziwe olejki eteryczne mogą składać się z mnóstwa specyficznych składników (składników chemicznych). Przykładowo: różany olejek eteryczny zawiera około 500 składników; każdy z nich harmonizuje z cząsteczkami olejku eterycznego. Są to takie komponenty, dzięki którym olejki uzyskują aromat i osiągają zdolność oddziaływania na nasze umysły, ciała i uczucia.

Prawdziwe olejki eteryczne zawierają właściwe składniki w odpowiednich proporcjach. Większość z nich jest nietoksyczna i łatwo przyswajana przez organizm: przez nos i płuca w trakcie inhalacji, przez skórę w trakcie masażu i przez przewód pokarmowy – drogą doustną. Nie wolno jednak przyjmować w ten sposób (używać) olejków syntetycznych.

Ponadto istnieje jeszcze wartość estetyczna prawdziwych olejków eterycznych, której sztuczne nigdy nie zastąpią. Otwórz buteleczkę cennego olejku z krwawnika. Zapach otuli cię swymi energiami. Jest pełny, niemal owocowy. Ciało i umysł powitają jego obecność. Nic nie jest w stanie zakłócić twego spokoju.

Syntetyki natomiast nie mają żadnej łączności z Ziemią. W sensie magicznym są one martwe. By je wytworzyć, naukowcy mieszają niezbędne składniki, które jedynie przybliżają zapach prawdziwego olejku eterycznego. Rezultaty zazwyczaj są opłakane.

Porównanie oryginalnego różanego olejku eterycznego (otrzymywanego za pomocą destylacji z parą wodną) z syntetycznym olejkiem różanym to świetna nauczka, jak ważne jest stosowanie oryginalnego produktu. Sztuczny różany jest słodko mdły, antyseptyczny i łatwo powoduje bóle głowy. Prawdziwy różany pachnie niczym pobudzający zmysły łan kwiecia zamknięty w butelce. Pobrzmięwa kojącymi, spokojnymi energiami. Jest żywy.

Oryginalne olejki eteryczne na ogół sprzedaje się w mililitrowych buteleczkach, a ich ceny zmieniają się. Dziewięcio- lub dziesięciomililitrowa buteleczka najpopularniejszego olejku (cytrynowego,

rozmarynowego, bergamotowego) kosztuje poniżej dziesięciu dolarów. Najdroższe olejki eteryczne (różany, pomarańczy gorzkiej, krwawnika, jaśminu) zazwyczaj mają pojemność jednego lub dwóch mililitrów, a ich cena sięga 50 dolarów i więcej. By dać ci pojęcie tych wielkości (jako że system metryczny nigdy w Stanach Zjednoczonych się nie przyjął), zamieszczamy w przybliżeniu odpowiadające im wartości w uncjach:

- 1 mililitr = 1/30 uncji,
- 2 mililitry = 1/16 uncji,
- 4 mililitry = 1/8 uncji,
- 10 mililitrów = 1/3 uncji,
- 15 mililitrów = 1/2 uncji.

Choć wiele prawdziwych olejków eterycznych jest bardzo drogich, używa się ich w tak małych proporcjach, że ich całkowity koszt jest praktycznie minimalny. Olejki eteryczne są na tyle skoncentrowane, że jedna kropelka na wacik to wszystko, co niezbędne w skutecznym rytuale magicznej aromaterapii (zob. *rozdz. 5 Metody i techniki*).

Trudno określić, czy dany olejek eteryczny jest prawdziwy. Jedną ze wskazówek jest cena. Na końcu rozdziału podałem obowiązujące obecnie, przybliżone ceny detaliczne olejków eterycznych.

MAGNOLIA*(Magnolia spp.)*

ELEMENT WYKORZYSTYWANY: świeże kwiaty

PLANETA: Wenus

ŻYWIOŁ: Woda

MAGICZNY WPŁYW: miłość

W Chinach magnolia od wieków stanowiła symbol kobiecego piękna. Podczas mej ostatniej podróży do Luizjany, wzdłuż ulic Baton Rouge i Nowego Orleanu, unosił się bogaty, uderzający zapach kwitnących drzew.

Wąchaj świeże kwiaty, by podwyższyć swą zdolność dawania i otrzymywania miłości.

Nie jest dostępny prawdziwy eteryczny olejek magnolii.

LEBIODKA MAJERANEK

(*Origanum marjorana*)

ELEMENTY WYKORZYSTYWANE: świeże liście
i kwiaty, olejek eteryczny

PLANETA: Merkury

ŻYWIOŁ: Powietrze

MAGICZNE WPŁYWY: spokój, wstrzemięźliwość, sen

TRADYCJA:

Od czasów starożytnego Rzymu uważano, że zapach majeranku przedłuża życie. Roślinę miała obdarzyć zapachem bogini Wenus. Istnieje dziwne przekonanie, że każdemu niemądrymu, kto nadmiernie będzie wąchał lebiodkę, odpadnie nos – chyba ze względu na pieprzny aromat.

ZASTOSOWANIE MAGICZNE:

Jest to aromat uspokajający, mający zmniejszyć niepokój i wszelkie wewnętrzne stany, wynikające ze wstrząsów emocjonalnych, np. zmartwienie, obsesyjną miłość czy żal z powodu odejścia przyjaciół czy kochanych osób. Pomaga nawet powstrzymać pragnienie kontaktów seksualnych.

Przynosi spokojny sen. Przedawkowanie zapachu działa niczym narkoza.

Na poziomie bardziej duchowym wąchanie majeranku przez parę sekund przed jakąkolwiek cere-

monią wzmacnia świadomość rytuału (zjednoczenie umysłu świadomego i duchowego, niezbędne dla udanego rytuału). Zbyt długie wdychanie olejku eterycznego lub świeżego zioła może cię w trakcie rytuału usnąć. Co za dużo, to niezdrowo.

Ostrzeżenie: Patricia Davis w książce *Aromatherapy: An A-Z* ostrzega, że kobiety w ciąży nie powinny używać olejku eterycznego, by uniknąć ewentualnych skutków niepożądanych dla siebie i dziecka.

WIĄZÓWKA BŁOTNA

(*Spiraea filipendula*)

ELEMENTY WYKORZYSTYWANE: świeże

i suszone liście

PLANETA: Jowisz

ŻYWIOŁ: Powietrze

MAGICZNE WPŁYWY: spokój, miłość

Gerard twierdzi, że zapach wiązówki „raduje serce”, nie powoduje bólów głowy ani nie psuje apetytu.

Zapach wiązówki, od lat kojarzony z miłością w europejskiej magii ludowej, rzeczywiście pomaga zwiększyć naszą zdolność do doznawania tego uczucia i darzenia nim innych. Wdychaj aromat podczas wizualizacji.

MELON

(różne)

ELEMENT WYKORZYSTYWANY: świeże owoce

PLANETA: Księżyc

ŻYWIOŁ: Woda

MAGICZNE WPŁYWY: uzdrawianie, zdrowie

Zapach melonów (szczególnie odmiany kantalupa, miodowej, jak i wielu innych) wzmacnia organizm i zwiększa zdolność do samoleczenia oraz zachowania dobrego zdrowia.

By osiągnąć takie rezultaty, wdychaj zapach świeżych owoców podczas wizualizacji. Wyobraź sobie, jak wspierały aromat wzmacnia twój organizm, podwyższając zdolność do obrony przed zakażeniami oportunistycznymi. Potem zjedz owoc, by spożyć wszystkie jego energie.

MIMOZA*(Acacia dealbata)*

ELEMENT WYKORZYSTYWANY: świeże

kwiaty

PLANETA: Saturn

ŻYWIOŁ: Ziemia

MAGICZNE WPŁYWY: wizje senne, miłość

Te małe, okrągłe, żółte kwiaty wydzielają woń, która może wywołać wizje senne. Wdychaj zapach tuż przed udaniem się spać, wizualizując, jak otwiera on drzwi do twojego duchowego umysłu. Potem, w swoich snach, otrzymasz w formie symboli krótką odpowiedź dotyczącą przyszłych wydarzeń, która pochodzi z głębokich pokładów twojej świadomości.

Podobnie jak w przypadku większości kwiatów, zapach wraz z wizualizacją mogą przynieść miłość.

BYLICA POSPOLITA*(Artemesia vulgaris)*

ELEMENT WYKORZYSTYWANY: świeże liście

PLANETA: Wenus

ŻYWIOŁ: Ziemia

MAGICZNE WPŁYWY: świadomość duchowa,
wizje senne, projekcja astralna

To piękne ziele od lat było wiązane z nieznanym światem proroków i jasnowidzów, jak również z Księżycem. Jego zapach usypia świadomy umysł i rozbudza głębokie pokłady świadomości.

By podnieść świadomość duchową, wdychaj podczas wizualizacji zapach świeżych, rozgniecionych liści. By doznać wizji sennych, wdychaj ten zapach bezpośrednio przed snem.

By wykorzystać jego legendarną zdolność oddziaływania na projekcje astralne (świadomość odłącza się od fizycznego ciała, pozwalając mu na swobodną wędrówkę nieograniczoną czasem i przestrzenią), wdychaj, zanim podejmiesz próbę, wizualizując, że masz pełną nad tym kontrolę.

Ostrzeżenie: Olejek eteryczny jest niebezpieczny i niezalecany do użytku.

BALSAMOWIEC MIRRA

(*Commiphora myrrha*)

ELEMENTY WYKORZYSTYWANE: olejek

eteryczny, oleożywica

PLANETA: Saturn

ŻYWIOŁ: Woda

MAGICZNE WPŁYWY: duchowość, medytacja,
uzdrawianie

Mirra ma wyjątkowo gorzki zapach. Ta egzotyczna substancja obecna jest w magii i religii przynajmniej od 4000 lat. Wdychaj zapach olejku eterycznego lub roztartej żywicy (a ściślej: oleożywicy), by obudzić swą świadomość duchowej rzeczywistości skrywanej życiem codziennym. Jest doskonałym narzędziem rytuałów religijnych lub wykorzystuje się ją bezpośrednio przed przystąpieniem do nich. Budzi się wówczas świadomość bardziej rozwinięta, która rozprasza obawy i nie pozwala martwić się o przyszłość.

Podobnie wdychaj mirrę przed medytacją, by poddać się odpowiedniemu nastrojowi. Wdychaj ten bardzo gorzki zapach również podczas wizualizacji, by przyspieszyć proces uzdrawiania ciała fizycznego.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl

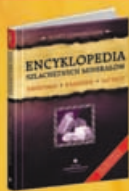
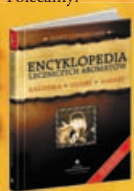
SCOTT CUNNINGHAM – autor kilkudziesięciu publikacji o magii zapachu, wróżeniu i ziołolecznictwie, prowadził liczne badania oraz eksperymenty z zakresu etnobotaniki magicznej i rytualnej. Ekspert światowej sławy w dziedzinie czarodziejskiego ziołarstwa, miłośnik natury i żywiołów. Ta książka to efekt wiedzy i doświadczenia autora oraz studiów przez niego prowadzonych nad zapisami liczącymi 4000 lat.

Jest to przewodnik o wykorzystaniu olejków eterycznych i wonnych roślin do wprowadzenia konkretnych zmian w Twoim życiu a nie spojrzenie na kosmetyczny przemysł perfumeryjny czy konwencjonalną aromaterapię. Po przeczytaniu tej książki, patrząc na różę, cytrynę czy bukiet goździków, już zawsze będziesz rozumiał i czuł energię, która w nich drzemie.

Dowiesz się:

- jak właściwie dobrać zapach do wizualizowania swojego marzenia lub pożądanej sytuacji,
- jakie techniki i metody korzystania z aromatów są najskuteczniejsze właśnie dla Ciebie,
- o prawidłowych sposobach sporządzania mieszanek na różne dziedziny życia.

Polecamy:



Cena: 29,20 zł

ISBN 978-83-7377-433-9



Patroni medialni:



PIERWSZY POLSKI PORTAL PSYCHOTRONICZNY