

18+

Ольга Ванина

Масло для тела,
бальзам
для души



ОСОЗНАННАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ

Ольга Ванина
Масло для тела,
бальзам для души.
Осознанная косметология

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=34712082
ISBN 9785449303011

Аннотация

Ольга Ванина – мастер по созданию авторской натуральной косметики. Основатель школы «осознанной косметологии». Автор вдохновляющих публикаций, статей и обучающих программ.

Содержание

От автора	6
Введение и посвящение	7
Часть первая	10
Ученик всегда находит своего учителя	10
Элона	13
Часть вторая	18
Знакомьтесь, ваша кожа	18
Часть третья	24
Личный опыт	24
Знакомство с маслами	29
Часть четвертая	35
Мифы о маслах	35
Масло жирное и липкое	37
Масло растворяет жир	40
Конец ознакомительного фрагмента.	42

Масло для тела, бальзам для души

Осознанная косметология

Ольга Ванина

*Только самые простые вещи никогда
не разочаровывают.
Эрих Мария Ремарк*

© Ольга Ванина, 2018

ISBN 978-5-4493-0301-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Современная женщина прилагает массу усилий в стремлении сохранить молодость и красоту своего тела. Погоня за очередным средством «№1» приводит к усталости и разочарованию. Между тем Природой все давно уже придумано и заботливо положено к ее ногам.

Эта книга о том, как легко и гармонично воссоздать молодость и естественную красоту своей кожи с помощью натуральных растительных масел. Как сохранить ее на долгие годы без обременительных затрат и усилий.

Автор делится своим многолетним практическим опытом и находками, а также событиями, встречами, которые определили путь его творческой реализации в постижении мастерства.

От автора

Приветствую вас, дорогой читатель!

Мое знакомство с натуральной косметикой началось много лет назад, когда я столкнулась с рядом проблем на своей коже. Не найдя способа справиться с ними с помощью общедоступных косметических средств и методов традиционной косметологии, я занялась изучением свойств натуральных компонентов. Мои первые косметические кремы были просты и большей частью состояли из жирных растительных масел. Но по эффекту они превзошли дорогостоящие крема и процедуры.

С тех пор я отношусь к растительным маслам с неизменной благодарностью и уважением, и весь мой многолетний опыт – подтверждение тому.

Интерес к изучению и популяризации свойств натуральных масел лег в основу авторской обучающей программы «Кожу маслом не испортишь», по материалам которой написана эта книга.

Ощутите себя в новом качестве, привыкайте баловать себя только самым лучшим и помните, что в натуральных маслах биение жизни, которого нет в химических формулах.

Введение и посвящение

Посвящаю И. Голдберг, подруге и учителю.

Он был благородным кабальеро, который полностью посвятил свою жизнь лошадям. Про него говорили, что он был достойным и скромным человеком. Каждый, кто видел его в седле, был очарован его представлением и был глубоко поражен способностями этого человека.

В возрасте 96-ти лет, лежа на смертном одре, он позвал племянника, чтобы проститься с ним. И когда племянник повернулся, чтобы покинуть комнату, он впервые увидел слезы на глазах дяди. Старик, взяв юношу за руку, мягко сказал: «Так обидно, что я должен умереть сейчас».

«Почему? – спросил племянник, нежно поглаживая руку старика. – Каждому отмерен свой срок, ты прожил длинную, богатую, достойную жизнь».

«Да, – ответил старик, – ты прав, но лишь неделю назад я впервые понял, что значит правильно ездить на лошади».

Знакомо ли вам ощущение, будто в деле, которому вы посвятили немало времени, сил, энергии, наступило ощущение «потолка»? Состояние, в котором простора для развития, кажется, уже нет?

Со мной случилось такое по прошествии нескольких лет, насыщенных непрерывной практикой, общением с клиента-

ми, учениками и читателями статей, которые я публиковала в своем интернет-блоге. Я понимала, что на любой вопрос знаю ответ, а если не знаю наверняка, то очень быстро найду недостающую информацию.

Но жизнь меня – «всезнайку» – быстро поставила на место. Передо мной вдруг открылся такой горизонт, что меня охватили совсем иные чувства. Я поняла, что область моих познаний ничтожно мала в сравнении с тем, что еще предстоит узнать. Я начала предметно изучать свойства растительных масел для здоровья и молодости кожи.

Так, открыв однажды первую страницу, я по сей день с упоением читаю историю, которая легла в основу семинара «Кожу маслом не испортишь», ставшего одним из самых ярких продуктов моей косметической коллекции.

Материалы семинара и практический опыт, собранный за несколько лет преподавания, легли в основу этой книги.

Знакомство с натуральными маслами неизменно красивая, интересная и ароматная история. Вы научитесь подбирать и использовать масла для индивидуального ухода и решения задач косметического характера. Создавать свои собственные уникальные композиции. Слышать и понимать информацию, которую несут нам эти щедрые дети Природы. Я поделюсь с вами действительно простыми и доступными средствами для ухода, защиты, восстановления и омоложения кожи лица и тела, которые зачастую оказываются эффективнее своих дорогостоящих и сложносоставных анало-

Клаус Фердинанд Хэмпфлинг, «Танец с лошадью»

Часть первая

*Вся гордость учителя в учениках, в росте
посеянных им семян.*

Дмитрий Менделеев

Ученик всегда находит своего учителя

Однажды, когда я была еще совсем юной девушкой, моей попутчицей в купе поезда оказалась интересная дама. Она рассказала о том, что много лет работает косметологом в одном из самых престижных московских салонов красоты. А все средства по уходу за кожей для себя и своих клиентов готовит сама. Она не стала скрывать и свой возраст. На тот момент ей было уже «хорошо за 50», и меня впечатлило великолепное качество ее кожи. Вероятно, прочитав в моих глазах один большой вопрос, она весьма категоричным тоном сказала: «Но своими секретами я ни с кем не делюсь».

Прошло много лет, и я снова вспомнила эту историю, потому что мне далеко не сразу удалось найти мастера, у которого можно было бы и было бы чему научиться. Оказалось, что вообще очень немногие в совершенстве владеют мастерством приготовления натуральной косметики. А те, которые

умеют сами, действительно не готовы делиться с другими.

Меня часто спрашивают, как и почему я пришла к решению заняться приготовлением косметики, учитывая, что мое образование и вся предыдущая профессиональная деятельность никоим образом не соприкасались с косметологией и вообще носили сугубо технический характер.

На тот момент я уже продолжительное время находилась в состоянии неудовлетворенности и поиска себя, несмотря на то, что внешне дела мои шли вполне благополучно и даже успешно. Мне хотелось ни много ни мало найти дело своей жизни. Идея пришла, как озарение. Несколько дней я будто летала на крыльях от одной только мысли, что нашла дело, которому отозвалась каждая частичка моей души. При этом у меня не было ни малейшего представления о том, как именно я буду это дело делать.

«Приземлившись», я начала изучать доступные ресурсы по этой тематике, будучи уверенной, что проблем с обучением не возникнет. Но мои иллюзии начали рассеиваться довольно быстро. Выяснилось, что предложений не то чтобы мало, их, по сути, и не было вовсе. В результате я все же получила общие понятия об основах органической химии, типах эмульсий и один базовый рецепт крема, абсолютно не вписывавшийся в мою предполагаемую концепцию развития.

И массу вопросов без ответов.

Но ученик рано или поздно находит учителя. Так и я

на одном из перекрестков своего жизненного пути встретила Элону.

Элона

Все началось в тот день, когда в мой кабинет в уютном офисе на Цветном вошел мужчина. Невысокого роста, коренастый, крепкий, с густыми и темными, слегка выющимися волосами. Я сидела за столом на фоне долговязого кактуса, заботливо взращиваемого мною в течение нескольких лет.

«Под таким точно кактусом я полгода медитировал в Индии», – сказал он, протянув мне открытую ладонь. Ладонь его была сухой и горячей, а рукопожатие мягким, но очень крепким.

Свами – а представился он именно так – приехал в Москву по приглашению моего партнера, питавшего интерес к эзотерике и биоэнергетическим практикам, с целью провести несколько закрытых семинаров для подготовленной аудитории. После чего он отправился обратно в маленький заброшенный хуторок в глуши Карпатских гор, где жил, по собственному признанию и утверждению очевидцев, в «домике с привидениями». Очевидцы – это друзья и посетители Свами, поток которых иссякал разве что зимой. К нему ехали за советом и помощью. И даже возили непослушных детишек, которые после нескольких дней, проведенных в «таинственном доме», естественным образом меняли знак своего поведения на противоположный.

Это была короткая встреча – буквально пара фраз, сказав

которые он попрощался и вышел. Но пространство комнаты еще какое-то время хранило фантом мощной и проникающей энергии, исходившей от этого человека. Я не знаю его настоящего имени, да мне почему-то и в голову не приходило спросить об этом. Уже спустя время из Интернета я узнала, что Свами – это почетный титул в индуизме, означающий «владеющий собой» или «свободный от чувств».

Теперь я понимаю, что появление Свами было лишь звеном – предвестником в цепи событий, буквально ворвавшихся в мою жизнь несколькими месяцами спустя, когда я познакомилась с дочерью Свами – Элоной.

Незадолго до нашего знакомства Элона перенесла операцию по удалению обширной опухоли головного мозга. Израильские врачи не давали ни процента на ее выздоровление. Они допускали ничтожную возможность состояния комы сразу после операции без малейшего шанса выхода из него.

Перед тем как Элону увезли в операционную, отец уединился с ней в палате. Взяв дочь за руку, он заручился ее обещанием вернуться в сознание в тот момент, когда прозвучит условный знак, известный только им двоим. Говорят, знаком был щелчок пальцами в определенной комбинации или что-то вроде того. Хотите верьте, хотите нет, но все произошло именно так. «Услышав» сигнал, Элона открыла глаза, чем едва не пошатнула незыблемый статус израильской медицины.

Сама Элона никогда не рассказывала мне об этом. Она

предупредила только, что в любой момент может «отключиться» на неопределенное время по причине повторяющихся приступов с потерей сознания. И такие случаи действительно были. А учитывая, что наше общение носило исключительно виртуальный характер, мне каждый раз оставалось только ждать с каждым включением монитора, когда вновь загорится зеленый огонек ее аккаунта – «В Сети».

Ее речь поначалу тоже была затрудненно-невнятной, будто она говорила с неповоротливым акцентом. Но в течение нескольких последующих месяцев я стала свидетелем настоящего чуда. Чуда исцеления и преображения моей подруги, которая день за днем превращалась в молодую, яркую, стильную, харизматичную и разносторонне талантливую женщину. В ней удивительным образом сочетались земные эмоции, страсти с непостижимым чувствованием и знанием чего-то много большего, объемлющего и мудрого.

«По возвращении оттуда, где мне пришлось побывать, мир видится иначе», – говорила она.

Если вы сейчас представили себе, как я пишу под диктовку в тетради, а затем закрепляю полученные знания, склонившись над пробирками, спешу вас разуверить. На самом деле мое обучение происходило совершенно иначе.

Начну с того, что все наше общение с Элоной протекало в Интернете. Ежедневно встречаясь в Сети, находясь на разных концах континента, мы научились очень тонко чувствовать присутствие, состояние и эмоции друг друга.

В моем доме образовалась настоящая мини-лаборатория с колбами, приборами, инструментами, запасами масел и активов. Я тестировала компоненты, изучала эффект от воздействия каждого из них. Затем, основываясь на полученном представлении, комбинировала их друг с другом, вводила в смеси новые ингредиенты и добавки.

Я ничего не записывала, не смешивала под контролем своего учителя. Мы вообще очень мало говорили собственно о косметологии и кремоварении, беседуя при этом много и о разном. Между тем я практиковала каждый день и как будто знала, что нужно делать. Информация приходила отовсюду и именно та, которая нужна, именно в тот момент, когда я в ней нуждалась.

Шаг за шагом, день за днем Элона открывала мне, а быть может во мне, нечто, постепенно изменившее мой взгляд на окружающую реальность. Я поняла, что мир вокруг живет и дышит, пребывая в гармонии и непрестанном диалоге всего и вся. И то малое, что мне остается, – присоединиться к слаженному хору ароматов, звуков и вибраций, осознав себя частью единого целого, призывно открытого каждому из нас.

Часть вторая

*Предложение неожиданных путешествий —
это урок танцев, преподанный Богом.
Курт Воннегут*

Знакомьтесь, ваша кожа

Я приглашаю вас в необычное путешествие. Его главная особенность в том, что, двигаясь поступательно, вы научитесь смотреть на давно знакомые вещи под иным углом зрения. И, возможно, поначалу взгляд этот покажется несколько странным. Между тем он поможет вам начать внутренний диалог со своим телом, изучая его потребности и желания.

Любое путешествие делает нас другими, изменяя мировоззрение. Наблюдая, как молодеет кожа, вам захочется пересмотреть отношение к своему организму, системе питания, образу жизни. Вы проникнитесь уважением и благодарностью к своему телу как бесценному дару, полученному каждым из нас по факту рождения.

А новые знания станут универсальным средством — вашим компасом в бескрайнем море предложений, помогая выбирать для себя только самое лучшее и полезное.

Но прежде чем совершать погружения вглубь своего тела,

предлагаю рассмотреть его снаружи.

Кожа – это наша визитная карточка. Эта та «одежка», по которой мы встречаем друг друга, оценивая возраст, характер и даже уровень достатка. Кожа – индикатор оценки нами и собственной внешности, а также инструмент, с помощью которого мы отправляем своеобразные послания в социум. Она, как тонкие одежды, демонстрирует и скрывает, защищает и высвобождает одновременно.

Кожа является самым большим органом человеческого тела и выполняет следующие основные функции:

- разграничение внутренней среды организма от внешней среды обитания;
- механическая, ультрафиолетовая и иммунная защита подлежащих тканей;
- обменные процессы;
- поддержание водного баланса организма.

Кожа постоянно обновляется, и именно это позволяет улучшать ее качество и внешний вид.

Будучи живым органом, кожа имеет условно мертвые структуры, и в этом заключается уникальный секрет ее выносливости.

Кожа имеет связь со всеми органами тела. Любой внутренний дисбаланс отражается на ней. Равно как раздражение любого участка на поверхности кожи проецируется на соответствующий внутренний орган.

Все книги по косметологии, как правило, начинаются

со строения кожи.

Тема может показаться довольно скучной, но обойти ее нельзя.

Чтобы понять принцип действия косметических продуктов, необходимо иметь представление о том, что происходит в глубине кожи и от чего в конечном итоге зависит ее качество и внешний вид.

Я постараюсь осветить этот вопрос как можно проще и понятней, но достаточно полно для того, чтобы двигаться дальше.

Кожа состоит из трех основных слоёв: Эпидермиса, Дермы и Гиподермы (подкожной жировой клетчатки), каждый из которых в свою очередь имеет еще несколько слоев.

Мы сосредоточим свое внимание на Роговом слое – самой верхней (видимой глазом) части Эпидермиса.

Роговой слой представляет собой тончайшую пленку, состоящую из множества полупрозрачных чешуек, построенных из особого белка – кератина. Чешуйки эти изначально являются живыми клетками, но, лишаясь ядра, формально становятся омертвевшими. Их главная задача – плотно прилегая друг к другу, защищать то, что находится под ними. Отсюда еще одно название Рогового слоя – Защитный.

Воздействие, которому подвергается кожа ежедневно, настолько велико, что роговые чешуйки постепенно изнашиваются и требуют замены – регулярного обновления. Функцию производства и обновления Рогового слоя выполняют глав-

ные клетки Эпидермиса.

Средневзвешенный интервал полного обновления клеток Рогового слоя колеблется в периоде от двух до четырех недель. С возрастом этот интервал увеличивается.

Большинство косметических средств направлено именно на Роговой слой. Дело в том, что живые структуры достаточно инертны и, чтобы повлиять на них, требуется длительное время. Быстрые изменения возможны только в случае шока либо разрушения.

Однако, структуру, состоящую из неживых элементов, каковой является Роговой слой, можно изменить иногда в считанные минуты, создав ощущение увлажнения и мягкости, например.

Существует поговорка: «Быть хорошим и хотеть быть хорошим – две большие разницы». Возьму на себя смелость утверждать, что увлажнить кожу и создать ощущение увлажнения – не одно и то же. Поэтому эффект от применения большинства косметических продуктов быстро проявляется и так же быстро исчезает. А погоня за очередным «средством №1» в косметологии рано или поздно приводит к усталости и разочарованию.

Наша задача – предложить коже такие средства, которые уже с первых дней применения вернут ощущение комфорта, обеспечат полноценный уход и устойчивый во времени эффект. И чем проще и понятнее для кожи будет это средство, тем лучше. Чтобы подобрать оптимальный вариант ухода,

с кожей необходимо просто поговорить. Да, именно так.

Впервые подобное предположение сделал Карл Юнг. Его эксперименты показали, что кожа обладает собственной электропроводностью. Другими словами, она может принимать и передавать информацию на клеточном уровне. Карл Юнг рассматривал электрическую активность кожи в качестве объективного физиологического окна в бессознательные процессы.

Современные электронные средства сканирования доказали, что на любое слово, прикосновение или вопрос кожа реагирует мгновенным изменением вибраций электрических процессов.

Она, как большой монитор, отражает все психические реакции человека и текущее состояние его психоэмоционального фона.

А это значит, что проблемы кожи не имеет смысла рассматривать и пытаться решать изолированно.

Часть третья

*Заварил кашу – не жалей масла.
Народная мудрость*

Личный опыт

Размышляя о причинах, побудивших меня заняться «домашней» косметологией, я пришла к пониманию, что истинным двигателем была моя кожа, состояние которой вызывало во мне неудовлетворенность на протяжении долгого периода. Душа говорила со мной и направляла меня языком тела.

Моя кожа с юных лет была «непослушной». Миновали разве что известные проблемы подросткового периода. Основная сложность заключалась в том, что кожа была радикально смешанного типа и при этом крайне чувствительна. Если удавалось подобрать более-менее комфортное средство для ухода за «сухими» участками, то «жирные» зоны это же средство не устраивало категорически. И наоборот. Ситуация осложнялась еще и тем, что в те годы информация и практика уходовой косметологии содержала общие и очень стандартные подходы, зачастую малоэффективные и даже ошибочные. Поэтому я, как многие женщины того времени,

пробовала все, что было доступно, принимая на веру советы «сарафанного радио». А в результате это привело еще и к хроническому обезвоживанию кожи.

К моменту моего озарения идеей природной косметологии я уже в значительной степени помудрела, для того чтобы избрать путь если не смирения, то некоего философского отношения к тому, с чем так или иначе приходилось мириться долгие годы.

Каково же было удивление, когда мои первые и очень простые по составу косметические кремы мгновенно восполнили, казалось, забытые уже ощущения увлаженности, мягкости и комфорта, став той самой живительной таблеткой, в которой так нуждалась моя кожа.

Я говорю «простые», потому что основу моих первых рецептур составляли, по сути, масло и вода, преобразованные в целостную смесь пчелиным воском. Причем на долю масел приходилось порядка 70% от общего объема.

Поэтому я осмелюсь утверждать, что, приготовив крем из композиции жирных растительных масел и малой доли воды, вы получите эффективное косметическое и, не побоюсь этого слова, терапевтическое средство.

Я не была бы так уверена, если бы единственным испытываемым была я сама. По стечению обстоятельств моими первыми клиентами стали люди, нуждавшиеся не столько в косметическом уходе, сколько в помощи. Элона давала конкретные рекомендации, а я, следуя им, готовила косметические

крема. Преодолевая неуверенность из-за отсутствия опыта, я понимала, что даже частичное улучшение состояния стоит того, чтобы пытаться.

И нам действительно удавалось справляться полностью или в значительной степени купировать проблемы, вызванные устойчивыми проявлениями дисбалансов различных этиологий.

Авиценна говорил: «Нас всегда трое: ты, я и болезнь. Чью сторону примешь – та и победит».

Говоря «нам», я хочу отметить доверие и готовность моих первых клиентов принять странное новое из рук «волшебника», который только учился им стать.

Понимая, что кожа во многом индикатор внутренних проблем, я нивелировала внешние проявления композициями жирных масел, а на причинном уровне работали эфирные масла, природу которых я уже начала к тому времени осознавать, подбирая, таким образом, ключ ко всему организму.

Это были первые шаги, которые я нащупывала, опираясь на свой внутренний отклик и поддержку моего учителя. Спустя годы непрерывной практики пришли осознания, позволившие трансформировать весь полученный опыт в целостную систему знаний.

Кедровое масло – мудрое, степенное. Масло-лекарь

Есть мнение, что одним этим маслом можно заменить все остальные. При этом само Кедровое масло полноценно заменить не может ни одно другое.

Легкое, текучее и самодостаточное, с бархатным и маслянистым орехово-хвойным ароматом.

Масло кедровых орешков – настоящий клад витаминов, минералов и микроэлементов. Мощнейший антиоксидант и антисептик. Редкий представитель природных консервантов, обладающий одновременно противовирусной, антибактериальной и анигрибковой активностью.

По силе лечебного воздействия превосходит Облепиховое масло, известное своими лечащими свойствами.

Кедровое масло весьма эффективно по части решения разного рода дерматологических проблем, ожогов, обморожений. Это масло великолепно работает на жирной, прыщевой, воспаленной коже. Обеспечивает качественную профилактику для любого типа, обладая способностью повышать собственный иммунитет кожи.

Масло обладает высокой энергетикой, способной передаваться на клеточном уровне. При регулярном применении кожа обретает здоровье, тонус и свежий вид.

Мне приходилось общаться с мастерами по приготовлению лекарственных бальзамов на масляной основе. Они утверждают, что Кедровое масло способно без остатка растворить сосновую живичную смолу, сложно поддающуюся растворению иными базами.

Знакомство с маслами

Приступая к самостоятельной практике, я первым делом позаботилась о приобретении необходимых инструментов и косметических ингредиентов.

К тому времени уже появились интернет-магазины, специализирующиеся на розничной продаже косметического сырья. Выбрав один из таких, я приступила к формированию своей первой закупки.

По утверждению маркетологов, в корзине посетителя супермаркета не более 50% товаров, которые ему действительно нужны в данный момент. Все остальное – так называемый эмоциональный выбор.

Увидев итоговую сумму заказа, значительно превышающую мой бюджет, я со вздохом опустошила виртуальную корзину.

После этого тщательно проанализировала свои текущие потребности, составила список с намерением двигаться поступательно.

Начать решила с жирных растительных масел как наиболее знакомой и понятной мне на тот момент группы компонентов.¹

В выборе масел полагалась на описания в каталоге магазина. Отбирала по принципу соответствия масла типу кожи,

¹ Растительные масла делятся на две основные группы: жирные и эфирные.

восстанавливающим, увлажняющим, смягчающим и омолаживающим свойствам. Это были те задачи, которые мне хотелось решить в отношении себя самой.

А для того чтобы «собрать» крем, приобрела гидролаты и пчелиный воск.^{2 3}

Получив заказ, поняла, что спешить не нужно. Да и вряд ли получится, потому что оценить эффект отдельного компонента в составе крема невозможно.

Я начала тестировать масла по очереди следующим образом. Вечером наносила масло на очищенную кожу лица, а утром, подходя к зеркалу, оценивала результат: гладкость и мягкость кожи на ощупь, комфорт (эластичность, увлажненность), общий вид и цвет лица.

Результаты своих наблюдений я каждое утро заносила в тетрадь, которая превратилась в мой первый справочник жирных растительных масел.

Мне часто задают вопрос, какое масло произвело на меня самое сильное впечатление.

Знаете, суть заключается в моменте. Сейчас я, возможно, ответила бы иначе. Но тогда, при прочих равных, самый яркий эффект я получила от знакомства с маслом Зеленого ко-

² Гидролат (цветочная вода) – это продукт, образующийся в процессе дистилляции растительного сырья с целью получения из него эфирного масла. Проще говоря, это дистиллированная вода, вобравшая в себя полезные свойства эфирного масла, но в значительно меньшей концентрации.

³ Пчелиный воск является природным эмульгатором – компонентом, объединяющим в единую структуру масло и воду.

фе.

Подойдя утром к зеркалу, я воскликнула: «Ух ты?!» Если описать свое впечатление словами, то моя кожа за ночь будто помолодела и посвежела на несколько лет.

Известны две разновидности жирного кофейного масла. Масло Черного кофе и масло Зеленого кофе. То и другое получают из кофейных зерен, обжаренных или сырых соответственно.

Несмотря на общего родителя, составы масел различаются, и еще существеннее разница в характере и темпераменте каждого из них.

Масло Зеленого кофе беспрецедентно богато органическим кофеином, стимулирующим многие процессы в коже на клеточном уровне. При регулярном применении его действие подобно лифтингу, подтягивает кожу, придавая ей упругость и свежесть.

Прикосновение этого масла мягкое и деликатное. При этом оно способно быстро и глубоко проникать в кожные ткани. Цвет масла прозрачный, изумрудно-зеленоватого оттенка. Аромат влажный и тонкий, свежий, травяной.

Высокий процент гиалуроновой кислоты и мультивитаминовых комплексов в составе масла Зеленого кофе способствует интенсивному, глубокому и продолжительному увлажнению кожи.

Масло активно питает и регенерирует ткани. Быстро возвращает кожному покрову эластичность и гладкость.

На мой взгляд, масло Зеленого кофе одно из самых эффективных для ухода за нежной кожей век. Придавая ей ощущение эластичности и комфорта, заметно нивелирует возрастные изменения и проявления усталости.

Масло Зеленого кофе проявляет высокие антиоксидантные и антисептические свойства. Это прекрасное средство при лечении ожогов и последствий кожных травм.

Масло Черного кофе яркое, дерзкое. Оно обладает мощной собственной энергетикой, способной передаваться клеткам кожи. Органический кофеин стимулирует многие процессы в тканях кожи и в частности активизирует процесс расщепления жиров. Этим обусловлен выраженный лифтинговый и антицеллюлитный эффекты кофейного масла.

Масло Черного кофе проявляет высокие антиоксидантные и лимфодренажные свойства, способствует восстановлению эластичности кожи, обладает тонизирующим действием. Наличие в составе масла высокого процента фруктовых кислот стимулирует клетки кожи к активному обновлению.

Масло отличается высокой впитываемостью и глубиной проникновения. Все это делает его одним из самых востребованных омолаживающих масел.

Обладая природным ультрафиолетовым фильтром, увлажняющим фактором и мутагенными свойствами, масло защищает кожу от стресса и изменений во время длительного пребывания на солнце.

Эффективно при лечении аллергических и воспалительных реакций на коже.

С маслом Черного кофе у меня тоже связана интересная история.

Напомню, что тестирование масел я проводила вечером, перед сном. Но вместо желаемого расслабления я почувствовала необъяснимый прилив энергии, который сопровождался желанием активной деятельности. Это состояние сохранилось до самого утра. На сон оставались считанные часы. При этом пробуждение было легким, а состояние такое, будто я крепко спала всю ночь. Так я сделала вывод, что, в отличие от выпиваемой чашечки кофе, кофейное масло способно делиться качественной энергией, ничего не требуя взамен.

Часть четвертая

*Нет такого заблуждения,
которое не нашло бы своего защитника.
Оливер Голдсмит*

Мифы о маслах

Жирные масла самодостаточны и универсальны, натуральны, гипоаллергенны и безопасны, эффективны в любом возрасте и при любом типе кожи. Не требуя глубоких познаний и практических навыков, они позволяют создавать свои собственные уникальные средства и композиции, комплексно решая целый ряд задач.

И при этом женщины так мало осведомлены о возможностях натуральных масел. Возможно, причина в том, что общедоступная информация носит большей частью ознакомительный характер, стандартные понятия и рекомендации. При этом мнения источников нередко разнятся, тиражируя заблуждения и стереотипы.

Работая с учениками, я каждый раз убеждаюсь в том, что стереотипы, с которыми мне самой пришлось столкнуться много лет назад, для большинства актуальны и сейчас.

Предлагаю рассмотреть и развеять основные мифы о мас-

лах, с которыми и вы можете столкнуться в самостоятельной практике.

Масло жирное и липкое

Когда я задаю вопрос своим ученикам, какие ассоциации возникают у них при слове «масло», самый распространенный ответ: «Жирное и липкое».

Первое, о чем я позаботилась, приступая к тестированию масел в самом начале своей практики, были салфетки для удаления с поверхности кожи жирных следов. Никогда ранее мне не приходило в голову нанести на кожу лица жирное растительное масло. Одно только слово вызывало ассоциацию с чем-то плотным и липким, с кожей несовместимым в принципе.

Каково же было мое удивление, когда я увидела, что промакивать нечего. Масла впитывались в кожу очень быстро, а некоторые просто мгновенно и без остатка.

Это стало для меня настоящим открытием.

На самом деле большинство натуральных косметических масел впитываются в кожу, не оставляя на ней жирного блеска или ощущения тяжести. А некоторые из них впитываются настолько быстро, что вы даже не заметите, как это произошло.

Масла, обладающие высокой впитываемостью, иначе называют «тонкими». Благодаря малому размеру молекул такое масло легко и глубоко проникает в кожу, обеспечивая ей качественный уход и комфорт в течение всего дня.

Масло Сливовых косточек одно из самых легких и красивых по звучанию. Впитывается мгновенно, оставляя на коже тончайшую пленку и волнующий аромат с характерной марципановой ноткой.

Масло Сливовых косточек наиболее заметно проявляет эффект на сухой и зрелой коже, а также на нежной и восприимчивой коже век.

Уже с первых дней применения кожа становится мягкой, нежной и бархатистой, обретая тонус и свежесть, свойственные молодой коже.

Масло способствует устранению мелких морщин и заметно нивелирует более глубокие возрастные изменения на коже.

Это масло будто создано для нежной кожи губ. Быстро устраняет сухость и трещинки, придавая губам гладкость и визуальный объем. А его аромат и привкус естественны и гармоничны вкусовым предпочтениям большинства опрошенных женщин.

Сливовое масло – активный антиоксидант по отношению к клеткам кожи, наделенный также собственной устойчивостью к процессам окисления.

Прекрасное средство для ухода за волосами, особенно сухими и ломкими. Масло восстанавливает структуру и выравнивает поверхность волоса. Аналогичное действие оно оказывает на склонные к ломкости, ногтевые пластины.

Я каждый раз с интересом наблюдаю за мимикой своих

учениц в моменты знакомства с ароматами масел.

Масло Сливовой косточки неизменно отражается на лицах эмоциями блаженства.

Аромат этого масла, подобно натуральным духам, раскрывается от тепла кожи.

Особую гармонию свойств и запаха масло Сливовых косточек обретает в синергии с эфирным маслом Бессмертника.

Масло растворяет жир

В некоторых источниках вы можете встретить утверждение о том, что масло растворяет жир. Имеется в виду кожный жир. На мой взгляд, это утверждение не совсем некорректно.

Масло никоим образом не нарушает целостность и структуру Липидного слоя кожи.

Напротив, в силу своей высокой физиологичности масло способно в определенной степени встраиваться в структуру кожного сала и таким образом проникать вглубь кожи.

Но маслом можно еще и очищать кожу. Возможно, неточность определения возникает от непонимания механики процесса очищения кожи с помощью масел. Мы подробно рассмотрим вопрос и методы очищения в последующих главах.

Каждое растительное масло по-своему уникально. Но масло Жожоба, возможно, самое необычное из всех.

На самом деле это жидкий растительный воск.

Масло имеет высочайшую совместимость с липидами кожи.

Оно моментально адаптируется ко всем ее типам.

Глубоко питает, омолаживает, восстанавливает и поддерживает естественную влажность кожи. По моим наблюдениям, масло Жожоба одно из наиболее эффективных

масел по части решения таких задач, как шелушение кожи, и в том числе глубокое.

Жожоба оптимизирует процессы усвоения клетками кожи витамина D и продуцирование меланина под воздействием солнечных лучей. Защищает от стресса и ожогов, придавая коже ровный, красивый оттенок во время загара.

Масло Жожоба идеально для кожи детей и младенцев.

Одно из лучших масел для ухода и восстановления волос и кожи головы. Легко наносится и распределяется по поверхности кожи головы и по всей длине волос. А после так же легко удаляется привычными средствами. Великолепно работает даже при кратковременном соприкосновении с кожей головы и волосами в составе моющих средств.

При избыточной жирности кожи головы волосяные фолликулы со временем закупориваются отвердевающим кожным салом. Корни слабеют, провоцируя слабость и выпадение волос. Масло Жожоба быстро и деликатно растворяет сальные пробки, восстанавливая питание и кожное дыхание волосяных луковиц, тем самым возвращая волосам здоровье и силу.

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.