18+

Ксения Фомина

Секс и ароматерапия

Рецепты восточных фей



Ксения Сергеевна Фомина

Секс и ароматерапия. Рецепты восточных фей

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48781156
ISBN 9785005086495

Аннотация

Эта книга для всех поклонников ароматерапии и тех, кто желает улучшить свою интимную жизнь. Уникальные рецепты позволят пробудить чувственность, открыть для себя новые эмоции и научиться понимать потребности партнёра.Древние восточные техники помогут женщинам преодолеть стеснение, улучшить любовные отношения, привлечь успешного мужчину. Кроме того, приведены рецепты, которые позволят парням улучшить потенцию.

Содержание

Пробуждение женской силы 5
Как найти своего принца 14
Подготовка к свиданию 24
Конец ознакомительного фрагмента. 25

Секс и ароматерапия
Рецепты восточных фей

Ксения Сергеевна Фомина

© Ксения Сергеевна Фомина, 2019

ISBN 978-5-0050-8649-5
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Пробуждение женской силы

Ароматы воздействуют на подсознание, потому помогают улучшить личную жизнь и стать привлекательнее в глазах мужчин. На протяжении веков восточные женщины применяли различные растения, чтобы повысить сексуальный аппетит партнёра. Например, перед встречами с Марком Антонием прекрасная Клеопатра принимала ванны с розовой водой.

Традиции и ритуалы постепенно уступили место научным исследованиям, и теперь учёные знают, что аромат оказывает прямое влияние на лимбическую систему мозга, которая контролирует эмоции, настроение и сексуальные реакции.

Эфирные масла могут улучшить любовные отношения. Ароматы помогают справиться с физическими и эмоциональными факторами, такими как сухость влагалища, стеснение и стресс, эти факторы препятствуют сексуальному желанию. Женщинам, которые страдают неуверенностью в себе, психологи рекомендуют обратить внимание масла лаванды и герани. Пачули раскрывает сексуальность. Иланг-иланг рассеивает негативные эмоции, такие как ревность и зависть. Шалфей укрепляет психологическую связь пары. Этот аромат полезен для репродуктивной системы. Эфирное масло

кардамона помогает очистить ум и стимулирует сексуальный аппетит.

В Индии считается, что аромат жасмина стимулирует чакру Свадхистану, которая отвечает за любовные отношения. Этот афродизиак применяют перед свадьбами или свиданиями во многих восточных странах. Аромат жасмина снимает психологическое напряжение. Это эфирное масло рекомендуют женщинам, чьё сексуальное влечение снизилось после родов.

Любой разговор о любви и страсти был бы неполным без упоминания об эфирном масле розы. Этот цветок является символом романтики и страсти. Мягкий, успокаивающий аромат розы усиливает чувственность и заставляет любую женщину чувствовать себя расслабленной и уверенной в себе и своей женственности.

Существует множество способов применения эфирных масел – аромалампа, диффузор, ароматические ванны, массаж и т. д. Все они позволят внести искру романтики в отношения.

В медовый месяц в Китае и Японии использовали афродизиаки – сандаловое дерево, иланг-иланг, кардамон и пачули, чаще всего их применяли для массажа и ароматизации

комнаты. Вот некоторые ароматы, которые благотворно влияют на женскую сексуальность.

Ещё Шекспир называл розу символом истиной любви. Цукаты из лепестков роз, желе из роз и розовая вода были традиционными свадебными угощениями во многих культурах. Это одно из самых дорогих эфирных масел. Аромат розы полезен при нерегулярных менструациях, предменструальном синдроме с изменениями настроения, депрессии. Эфирное масло поможет при бессоннице, тревоге и умственном напряжении. Этот аромат сочетается с ладаном, жасмином, ветивером, пачули и мандарином.

Герань – ещё одно растение удивительное растение, которое благотворно влияет на психологическое состояние и самооценку женщины. Это масло помогает в борьбе с сухостью влагалища. Герань усиливает либидо. Массаж с этим эфирным маслом показан при сильной усталости и нервном напряжении. Аромат герани поможет восстановить силы после неблагополучных отношений. Это растение способствует духовному поиску и открытию интуиции.

Шалфей оказывает выраженное противомикробное действие, обладает приятным ароматом. Растение издревле применяли для улучшения женского гормонального фона, считалось, что оно также облегчает роды.

Жасмин обладает сложным цветочным ароматам. Это масло способствует глубокому расслаблению, помогает преодолеть страхи и рассеять волнение. Хорошо сочетается с бергамотом, лавандой, апельсином, сандалом.

Лаванда полезна при чрезмерных физических и эмоциональных нагрузках. Массаж с этим эфирным маслом помогает снять спазм при менструации. Сидячие ванны с лавандой полезны тем, кто страдает от вагинита, воспаления или зуда влагалища, связанного с аллергией. Это растение усиливает женскую привлекательность. Можно зажечь аромалампу, добавив в тёплую воду 4—6 капель масла. В это время стоит постараться забыть обо всех проблемах и сделать 10 глубоких вдохов и выдохов. Можно произнести следующие аффирмации:

– Я открываю свой разум и сердце для гармонии, Света и духовного обновления.

– Я расслабляюсь и очищаю свое тело, делая свою жизнь более чистой, полной радости и любви.

– Я гармонизирую свои отношения, слушая голос моего сердца, слушая моего внутреннего учителя.

Достаточно 15 минут, чтобы успокоиться, расслабиться и настроиться на позитивные изменения в жизни.

Лемонграсс успокаивает, способствует глубокому расслаблению, рассеивает тревоги. Повышает настроение и снижает аппетит. Эфирное масло лемонграсса чаще всего используется в клиниках и спа-центрах, что способствует хорошему самочувствию и созданию доверительной атмосферы. Аромат способствует восстановлению сил и борьбе с бессонницей.

Пальмароза – этот женственный аромат дарит спокойствие и уверенность в себе. Это растение усиливает женскую привлекательность. Помогает преодолеть душевные травмы. Способствует преодоления застенчивости и страха, избавляет от волнения и сомнений. Помогает освободиться от эмоциональных блоков.

Болезные менструации могут негативно влиять на работоспособность и настроение. Такое явление вызывает непринятие собственной женственности. Преодолеть это состояние поможет следующая смесь:

– масло абрикосовых косточек – 4 чайные ложки;
– лаванда – 6 капель;
– шалфей- 3 капли;
– роза – 3 капли.

Эфирные масла добавить к базе и тщательно перемешать.

Смесь следует наносить массажными движениями на живот, поясницу и ноги с 1-ого по 8 день цикла.

Проблемы с менструацией связаны с тем, что женщина считает, что ей необходимо следовать многим правилам, тогда как у мужчин больше свободы. Очень важно принять свою природу. Например, женщины обладают способностью чувствовать и воспринимать эмоции, недоступные большинству мужчин, кроме того, они могут дарить жизнь. Не нужно сравнивать себя с другими или отвергать мужчин. Следует отказать от деструктивных установок. Например, в речи многих женщин можно услышать следующие:

– Женщина подчинена мужчине, её роль в обществе незначительна.

– Мужчины – свиньи, они думают только о сексе и не умеют любить, а женщины страдают от этого.

– Мне не нравится быть женщиной, потому что мы должны иметь детей и заботиться о них, а мужчина может игнорировать родительские обязанности.

– Мужчины имеют лучшую работу и лучшую зарплату, а женщины страдают от этой несправедливости.

– Быть женщиной хуже, чем быть мужчиной.

Все эти установки вредят не только отношениям, но и здоровью. Например, если женщина подсознательно уверена,

что у мужчин лучшая работа, у неё всегда будут возникать проблемы в профессиональной сфере. Чтобы изменить свои убеждения, вы можете использовать следующие утверждения. Их можно написать на листе бумаге и произносить несколько раз в день.

– Мне нравится быть красивой. Я люблю себя как женщину, моя жизнь наполнена радостью, я приношу счастье окружающим.

– Менструация – это естественный, приятный и волшебный процесс, который напоминает мне о моей творческой силе и помогает мне любить женское начало во мне.

– Быть женщиной прекрасно. Моя жизнь наполнена благодарностью, счастьем, любовь и состраданием. Меня окружают достойные мужчины.

Боль при менструации также может указывать на чувство вины и сожаление о том, что женщине недоступно то, что доступно мужчине. Если родители разочарованы тем, что родили девочку, то у неё могут возникнуть проблемы в подростковом возрасте. Не нужно также думать, что ежемесячные кровотечения это что-то грязное или греховное. Важно научиться принимать свою женскую природу женщиной, нужно попытаться жить в гармонии со своим телом и его циклами.

Неуверенность в себе и низкая самооценка мешает женщине выразить себя. Мелкие неудачи выбивают из колеи. Случайная критика портит настроение. В этой ситуации можно изготовить аромамедальон. Такое украшение можно носить с собой, оно смотрится красиво и необычно. Понадобиться медальон на цепочке, который можно открыть. На кусочек ткани следует нанести эфирные масла в следующих пропорциях:

– 1 капля эфирного масла апельсина;
– 2 капли ромашки;
– 3 капли жасмина;
– 2 капли шалфея.

Кусочек ткани следует спрятать в медальон. Ароматы следует обновлять ежедневно. После двух-трёх недель непрерывного ношения медальона следует сделать недельный перерыв.

Бессонница и проблемы со сном негативно влияют на женскую красоту. Кроме того, расстройства сна ведут к нервозности, усталости, ухудшению настроения. Справится с бессонницей поможет ароматный спрей. Для его изготовления нужна ёмкость с распылителем. Необходимо смешать ингредиенты в следующих пропорциях:

– вода 30 мл;
– эфирное масло лаванды – 4 капли;
– масло валерианы – 1 капля;
– мелисса -2 капли.

Флакон нужно тщательно встряхнуть. Эту ароматную смесь можно распылять в комнате за 30—40 минут до сна.

Итак, такие эфирные масла, как роза, герань, лемонграсс, пальмароза и лаванда способствуют пробуждению женской энергии. Она творческая, восприимчивая, мягкая, обволакивающая и чувственная. Важно наслаждаться своей красотой, дарить радость и улыбку окружающим. Работа должна приносить женщине удовольствие, если это не так, то непременно следует найти себе хобби.

Женская энергия творческая, восприимчивая, мягкая, обволакивающая, чувственная, теплая. Эфирные масла помогают статьи ближе к природе, приятные ароматы помогут понять истинные устремления, а также освободиться от желаний, навязанных подругами, рекламой и обществом.

Бывает так, что определённый запах вызывает психологическое отторжение. Не нужно переступать через себя. Пусть сеансы ароматерапии приносят только радость, спокойствие и вдохновение на пути к познанию своей женской силы.

Как найти своего принца

Эти волшебные рецепты ароматерапии использовали японские гейши для привлечения богатых, благородных и влиятельных покровителей.

– 90 мл розовой воды;
– 3 капли эфирного масла розы;
– 30 мл минеральной воды;
– 1 чайная ложка ванильного экстракта.

Это средство следует добавлять в ванну во время купания. Кроме того, можно использовать «лосьон любви».

Лосьон для привлечения любви:

– От 200 до 250 мл базового лосьона (любой лосьон без запаха);
– цедра одно апельсина;
– капля пальмарозы;
– капли лаванды.

При его применении вы можете говорить следующее:
«С прикосновением этого волшебного лосьона,
Я привлекаю энергию любви

Иди сюда, любовник с золотым сердцем,
твои любящие руки обнимают меня.
Я встречу своего принца и буду счастлива».

Издревле в Индонезии женщины использовали разные ароматы для пробуждения интереса у противоположного пола. Вот один из секретных рецептов парфюмерии:

– масло грецкого ореха – 30 мл;
– 2 капли эфирного масла розы;
– 2 капли масла фиалки;
– 3 капли иланг-иланга.

Такие духи следует наносить на запястья по 1—2 капли в течение дня.

В Китае и Тибете незамужним девушкам рекомендовали принимать ванны с лепестками роз. Это эфирное масло откроет двери сердца для любви. Оно воплощает в себе женскую красоту и сексуальность.

Всего несколько капель эфирного масла розы достаточно, чтобы кожа впитала восхитительный аромат. Принимая ванну, следует забыть о повседневных делах. Следует представлять себе романтические моменты, о которых вы мечтаете.

Жасмин благотворно влияет на сердечную чакру. Его аромат помогает забыть о прошлых отношениях и настроиться на позитивные изменения. Следует добавить в масло абрикосовых косточек три кали жасмина. Эту смесь следует наносить десять массажными движениями на руки, ноги, шею, грудь и живот перед сном. Делайте это очень нежно с любовью, так, будто касаетесь тела любимого человека.

Сила лаванды известна уже много веков. Хотя растение использовали против стресса и негативных эмоций, он также является отличным союзником для повышения либидо и усиления чувств. Несколько капель этого масла привлечёт к девушке интерес мужчин. Это аромат ненавязчивый и очень приятный. Нужно смешать тыквенное масло с двумя каплями лаванды, а затем нанести на запястья.

А вот ещё один любовный ритуал, который поможет привлечь респектабельного жениха. Для него понадобится бутылка из розового стекла и семь розовых роз. Также необходимо масло авокадо и эфирные масла (герань, шалфей, иланг-иланг). В бутылку нужно положить лепестки роз, добавить масло авокадо и по одной капли каждого аромамасла. На листке бумаги следует написать своё любовное желание. Бутылку можно обернуть красной и розовой лентой. Своё пожелание следует положить в бутылку. Такую смесь следует добавлять в ванну при купании по столовой ложке.

Тем, кто хочет привлечь в жизнь любовь полезно распылять в комнате следующие эфирные масла:

– Иланг-иланг. Способствует позитивному мышлению. Помогает достичь спокойствия, а также раскрыть женственность. Усиливает привлекательность в глазах противоположного пола. Помогает забыть старые обиды и разочарования в любви.

– Апельсин: Улучшает настроение, создаёт атмосферу доверия. Снимает внутреннее напряжение.

– Лилия: Дарует мир. Успокаивает душевную боль. Способствует созданию зрелых отношений. Благотворно влияет на мыслительные процессы, способствует вдохновению.

– Корица: Дарит уют и чувство безопасности. Поднимает самооценку.

– Лаванда: Успокаивает и помогает справиться с депрессией. Благотворно влияет на нервную систему. Способствует привлечению духовной любви.

– Эвкалипт: Очищает пространство, притягивает в жизнь позитивные изменения. Помогает добиться успеха у противоположного пола.

– Ладан: Защищает от негативной энергии, рассеивает зависть окружающих. Помогает быть терпимее.

– Лимон: Дарит заряд бодрости. Положительно влияет на самооценку и настроение.

– Розмарин: Рассеивает страх. Помогает найти своё предназначение. Создаёт атмосферу радости и спокойствия.

Если вы хотите привлечь в свою жизнь респектабельного мужчину, то пересмотрите свой гардероб. Чаще выбирайте женственные наряды. Хорошее решение – платья и юбки розовых оттенков. Этот цвет способствует прощению, рассеивает гнев и настраивает на волну романтики. Конечно, если в офисе дресс-код, не всегда можно надевать ярко-розовую одежду, вы можете выбирать нейтральные оттенки – ледяной клубники, дымчатой орхидеи или кремово-розовый.

Сирень издревле считалась любовным талисманом. Её использовали для приготовления любовных напитков. Вот рецепт парфюмерии от знаменитой тибетской актрисы Лхакпы Цамчоу:

– веточка сирени;
– стакан водки;
– 3 капли эфирного масла лаванды.

Цветы сирени нужно положить в тару стекла и залить водкой, а затем настоять три дня. Перелить во флакон, добавить масло лаванды и тщательно встряхнуть.

Бывает, что девушка безответно влюблена в молодого человека. Конечно, сердцу не прикажешь, но иногда мужчи-

на скрывает чувства под маской равнодушия или насмешек. В этом случае также помогут эфирные масла. Это рецепт одной из китайских наложниц. Композиция позволяет добиться расположения влиятельного мужчины.

– ванильная вода – 20 мл;
– спирт этиловый – 25 мл;
– иланг-иланг – 1 капля;
– эфирное масло имбиря – 3 капли.

Спирт нужно смешать с маслами, а потом добавить ванильную воду. Этот рецепт поможет раскрыть чувственность мужчины, а также добиться его внимания и расположения. Этот сладкий аромат ассоциируется с восточными лакомствами.

О красоте корейских женщин слагали легенды. Конечно, представительницы этой нации охотно использовали ароматы для привлечения мужского внимания. Вот одна из интересных корейских легенд.

Во времена династии Шилла правила королева Сондок. Она была мудрой, щедрой и очень красивой женщиной. Однажды случилось так, молодому человеку по имени Игуи выпал шанс посетить столицу королевства. Парень влюбился Сондок, чувство, не поддающееся контролю, росло. Моло-

дой человек впал в состояние полного безумия. Он не вернулся в свой родной город, а бродил по улицам, громко признаваясь в любви. Позже, когда проходила ещё одна процессия, молодой человек бросился к королеве. Охранники поймали его прежде, чем он успел подойти к ней. Узнав о чувствах Игуи, королева позволила парню сопровождать её в буддистский храм.

Сондок удалилась, чтобы помолиться в главном святилище. Игуи стоял, ожидая её под каменной башней, как верный пёс. Но прошло время, и королева не закончила молиться, и Игуи, уставший от сильных эмоций, заснул у подножия башни. Когда королева закончила молиться и вышла из святилища, она увидела, что Игуи спит. Глубокое сострадание охватило королеву Сондок. Она сняла один из золотых браслетов, которые украшали ее запястье, и осторожно положила его в руки юноши. После этого королева и её сопровождающие ушли во дворец.

В Кореи всегда ценилась женская красота. Простые девушки и монаршие особы прилагали много сил для её поддержания. Кроме того, из поколения в поколение кореянки передавали секреты обольщения. Вот несколько рецептов от королевы Сондок.

Эти духи привлекут внимание мужчин. Аромат подчерк-

нёт женственность и придаст ноту таинственности.

– масло виноградных косточек – 30 мл;
– масло пачули – 10 капель;
– иланг-иланг- 3 капли;
– ветивер -5 капель.

Смесь настаивать пятнадцать часов, а потом перелить в красивый флакон. Наносить по нескольку капель на запястья.

Настроение женщины зависит от вещей, которые её окружает. Украшайте свою комнату, покупайте новые украшения и парфюмерию, которая вам нравится. Эти масла можно применять для ароматизации комнаты:

– 3 капли иланг-иланга;
– 3 капли сладкого апельсина;
– 2 капли шалфея.

Иланг-иланг обладает сильным ароматом, но хорошо сочетается с запахом цитрусовых фруктов.

Корейская королева Сондок тщательно ухаживала за своей кожей. Она часто применяла ароматные ванны. Вот один из рецептов:

– красные розы – 3 штуки;
– натуральный мёд – столовая ложка;
– молоко – два стакана;
– 3 капли эфирного масла розы.

Такую смесь стоит добавлять в ванну. Она ухаживает за кожей и пробуждает женскую энергию.

Увеличьте свой магнетизм, став человеком, который привлечет вашего идеального партнёра. Например, если вы хотите, чтобы ваш избранник был спортивным, старайтесь сами быть в форме. Если вы хотите встретить мужчину, грамотного в финансовом плане, сами начните изучать принципы инвестирования.

Будьте счастливой. Многие женщины ошибочно полагают, что когда они найдут партнёра, они будут счастливы. Важно уметь радоваться мелочам, даже в одиночестве. Правда в том, что никто, кроме вас, не несет ответственности за ваше счастье. Если ваше счастье зависит от других, вы никогда не будете по-настоящему удовлетворены.

Счастье привлекательно. Из 75 опрошенных мужчин 100% назвали оптимизм и жизнелюбие привлекательным качеством. Верный способ стать счастливой – быть благодарной за то, что у вас уже есть. Таких моментов может быть не так уж мало. Например, вы можете быть благодарной

за прошлые отношения, потому что они помогли вам понять, чего вы действительно хотите от мужчин. Когда вы проявляете признательность, то привлекаете больше добра в свою жизнь. Вы также можете быть благодарны за то, что произойдет, составив список того, что делает ваш будущий возлюбленный. Например, вы можете говорить себе: «Я благодарна за то, что любимый мужчина дарит мне мои любимые цветы».

Исследуйте свои таланты. Позвольте себе расти, меняться и взрослеть. Не тратьте время на ожидание, меняйтесь и получайте удовольствие от жизни.

Подготовка к свиданию

Конечно, когда вы идёте на свидание, будь то первое знакомство с кем-то или романтическая встреча с супругом в ресторане, вы хотите выглядеть красиво.

Новая причёска позволит преобразиться. Если волосы длинные, то их желательно распустить. Можно добавить 2—3 капли эфирного масла в шампунь. Для волос подойдут такие ароматы:

– Герань: деликатный цветочный запах. Она глубоко расслабляет тело и обеспечивает гармонию для пары, способствует установлению эмоциональной связи. Герань полезна при перхоти и сухости кожи головы.

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.