Автор: admin
20.11.2013 18:35 -

Мир ароматов

Мы склонны обращать внимание только на самые сильные и резкие запахи, но все же именно они являются единственными сенсорными ощущениями, которые проникают внутрь нашего тела. Запахи передают сообщения в глубь нашей души и, когда место нашего пребывания лишено запахов, не возникает ощущения личной связанности с ним. Каждое место, где вы проводите время, должно иметь свой, неповторимый запах.
Я помню, какими приятными духами пользовалась моя мама, и как я ощущала ее присутствие, когда открывалась дверь ее комнаты и меня окутывал запах мамочки. Каждое рабочее место и личное пространство должны быть связаны с ароматом, который говорит о вашем присутствии.
Конечно, всегда есть вероятность, что вашему коллеге или клиенту будет неприятен аромат, который вы выбираете. Независимо от того, насколько он моден, аромат может быть непереносим для другого человека, вызывать аллергическую реакцию или неприятные воспоминания. Если, например, тетка человека, известная своей язвительностью, пользовалась духами с ароматом жасмина, то вряд ли этот запах будет вызывать у него приятные ассоциации. Иногда коллега может избегать вас, относиться с прохладцей или даже выказывать явную неприязнь только из-за своей реакции на ваши духи.
Вот какую историю рассказывала мне одна женщина. Ее мать разрешила соседям поставить живую изгородь между их домами. По мере того как изгородь становилась выше, росла и депрессия ее матери. По какому-то странному совпадению, каждую весну, когда изгородь начинала цвести, настроение ее матери ухудшалось с каждым днем, и она становилась все более грустной. К тому времени, когда лето бывало в полном разгаре, она впадала в настоящую депрессию. А с приближением зимы начинался обратный процесс. Изгородь увядала, и настроение матери повышалось. Когда с изгороди падал последний лист, жизнь приходила в норму.
Годы спустя, когда ее родители переехали жить во Флориду, периодические депрессии у матери прекратились. Ее дочь сначала подозревала, что депрессия была вызвана какими-то неприятными событиями, произошедшими с ее матерью в детстве. Но вскоре выяснилась настоящая причина.
Оказалось, что запах живой изгороди был связан для нее с пребыванием в немецком концентрационном лагере. Их семью увезли из дома в лагерь весной, и мать вспомнила, что около их дома была такая же изгородь и как раз в тот момент она находилась в полном цвету. Таким образом, когда этот запах снова появлялся в ее жизни, он вызывал сильные подсознательные ассоциации с перенесенными мучениями, что и приводило к периодическим депрессиям.
Но если не учитывать личные ассоциации, некоторые ароматы, точно так же как и цвета, обладают универсальными свойствами, и в наших интересах выбрать те, которые будут посылать нужные сообщения в нужных обстоятельствах.

Ароматы, как и весь окружающий нас предметный мир, можно классифицировать в соответствии с системой пяти элементов. Оцените, какой элемент нужен лично вам и внесите его аромат в ваше рабочее место.

ОГОНЬ

Ароматы огня обостряют ум, возбуждают, воодушевляют, ускоряют реакции.

Когда нам нужно сделать последний рывок, чтобы закончить работу, ароматы огня могут оказаться просто незаменимыми. Но пользуйтесь ими с осторожностью, потому что злоупотребление ими вызывает сильную усталость и истощает энергию.

Ароматы, увеличивающие элемент огня

* Мелисса.
* Роза.
* Жасмин.
* Имбирь.
* Лавр.
* Розмарин.
* Чайное дерево.

Когда в среде обитания присутствует слишком много элементов огня, то есть много красного, добавьте треугольные формы или используйте аромат элемента земли, чтобы уменьшить чрезмерное влияние огня.

Ароматы, компенсирующие избыток визуальных элементов огня

* Грейпфрут
* Кардамон.
* Сладкий укроп (фенхель).
* Сандаловое дерево
* Герань

ЗЕМЛЯ

Когда возникает ситуация, где необходимы верность и надежность, то элемент земли не имеет себе равных. Вы ощущаете, что земля держит вас, когда вы ходите по ней босиком или сидите. Так же и элемент земли объединяет и стабилизирует атмосферу.

Используйте землю, когда настойчиво и последовательно добиваетесь реальной цели.

Ароматы, увеличивающие элемент земли

* Ладан.
* Лимон.
* Сладкий майоран.
* Пачули.
* Мята.

Когда в среде обитания присутствует слишком много элементов земли, например коричневого цвета или терракоты, квадратных форм или предметов, возникает боязнь перемен, а выбранная цель преследуется с маниакальным упорством. Чтобы нейтрализовать такую атмосферу, нужно использовать аромат, присущий элементу металла.

Ароматы, компенсирующие избыток визуальных элементов земли

* Кипарис.
* Мускатный шалфей.
* Тимьян.
* Ягоды можжевельника.

* Иссоп.
* Тысячелистник обыкновенный.

МЕТАЛЛ

Проницательность может быть очень полезна для бизнеса, когда вам нужно сосредоточиться на решении нескольких задач одновременно. Элемент металла поможет вам разобраться в ситуации и решить, что важно, а что - не очень. Металл незаменим при решении задач, требующих анализа, сосредоточенности и внимания. В офисе, где много металла, трудиться, может быть, и не очень весело, но зато можно сделать очень много. Если вы стремитесь к тому, чтобы ваша работа отличалась совершенством исполнения, добавьте следующие ароматы.

Ароматы, увеличивающие элемент земли

* Чайное дерево.
* Сосна.
* Сладкий майоран.
* Эвкалипт.

Если атмосферу вашего офиса отравляют ревность и скрытность, положение можно смягчить, сократив количество элементов металла, выражающегося в изобилии блестящих предметов или белого, серебристого и золотистого цветов, а также предметов круглой формы. Для этого нужно внести элемент земли. Земля компенсирует излишнюю сосредоточенность и серьезность металла и сделает атмосферу в офисе более приемлемой.

Существует и другой элемент, уменьшающий силу воздействия металла. Элемент воды, воплощаемый синим, черным цветом, а также предметами, имеющими свободные текучие формы и волнистые линии, сгладит резкие углы, свойственные атмосфере офиса, где слишком много элемента металла.

Избыток металла может вызывать головные боли, а также заболевания, связанные с перегрузками и стрессом. Введение элемента воды может компенсировать проблемы, вызванные избытком элемента металла.

Ароматы, компенсирующие избыток визуальных элементов металла

* Кипарис.
* Герань.
* Лимон.
* Красный тимьян.

ВОДА

Если ваш бизнес - сфера услуг, то элемент воды поможет увеличить внимательность и сострадание к людям. Когда в работе требуется проявить гибкость, он поможет найти правильный подход. Вода увеличивает интуицию и терпение. Используйте ароматы воды, чтобы увеличить гибкость и желание угодить.

Ароматы, увеличивающие элемент воды

* Герань.
* Ягоды можжевельника.
* Красный тимьян.
* Жасмин.

Когда эмоции накалены, а впереди грядут перемены, элемент воды внесет некоторую разрядку и поможет успокоиться. Если вы чувствуете себя эмоционально разбитым, возбужденным и раздражительным, наполните атмосферу элементами земли. Если вы

предчувствуете неудачу, поддержите душевное равновесие, уменьшив присутствие воды.
Ароматы, компенсирующие избыток визуальных элементов воды
* Сладкий майоран.
* Кардамон.
* Грейпфрут.
* Кориандр.

ДЕРЕВО
Ничто не поможет бизнесу столь эффективно, как элемент Дерева. Энергия дерева вселяет надежду и оптимизм, стремление расти и брать на себя роль лидера, способность выносить трудности и. не отступать под давлением недоброжелателей. Атмосфера, наполненная элементом дерева, помогает реально смотреть на вещи, а это необходимое условие для удачного продвижения в карьере. Для того чтобы приобрести стремление к росту и развитию, добавьте элементы дерева.
Ароматы, увеличивающие элемент дерева
* Лаванда.
* Бергамот.
* Ромашка.
* Мята.

Если вы поймали себя на мысли о том, что одержимы желанием преуспеть и при этом не обращаете внимание на других и не учитываете изменения в обстановке, возможно, в окружающей вас среде слишком много элементов дерева. Это может привести к вспыльчивости, забывчивости и беспокойству. Когда вы требуете от других больше, чем от себя, попробуйте сократить количество элементов дерева в вашем офисе.
Ароматы, компенсирующие избыток визуальных элементов дерева
* Жасмин.
* Семена кориандра.
* Имбирь.
* Сосна.
* Чайное дерево.
* Мирра.

Разные места вашего рабочего пространства нужно насыщать разными ароматами. Ваша жизнь была бы визуально обеднена, если бы стены, мебель и картины в вашей квартире были бы одного цвета, не так ли? Ведь слушая музыку, вы не проигрываете одну и ту же песню много раз, так почему же место, где вы проводите время, должно иметь только один запах? Разнообразие ароматов создает те же ощущения, что и разнообразие красок, которыми мы наполняем свою жизнь. Без этого было бы скучно жить.
МЕСТА, КОТОРЫЕ МОЖНО НАСЫТИТЬ АРОМАТАМИ
Телефон
С помощью ватного тампона нанесите эти ароматы на микрофон:
* Лаванда, чтобы оставаться спокойным.
* Тимьян, чтобы принять решение.
* Лимон, чтобы лучше соображать.
* Кипарис, чтобы развеять страх.
* Лавр, чтобы ощутить прилив вдохновения.

Рабочий стол

Поместите следующие ароматы в маленькое блюдо или протрите тампоном, пропитанным ими, экран вашего компьютера:

* Ромашка, когда необходимо терпение.
* Мята, чтобы уменьшить аппетит.
* Тысячелистник, чтобы расхрабриться.
* Розмарин, чтобы повысить уверенность в себе.
* Чайное дерево, чтобы обрести душевное равновесие.

Порог комнаты

Пропитайте этими ароматами ватный тампон и повесьте его в дверном проеме:

* Апельсин, чтобы гармонично сотрудничать с другими и наполниться оптимизмом.
* Мелисса, чтобы ничего не бояться.
* Кориандр, чтобы повысить творческий потенциал.
* Бергамот, чтобы рассеять застой.

Так же как стены ограничивают пределы комнаты, каждый аромат должен иметь границу своего распространения. Когда аромат проникает везде, он теряет свою эффективность. Как наша квартира поделена на зоны, где мы спим, занимаемся, готовим еду и т. д., так и один-единственный аромат не будет способствовать повышению эффективности вашей работы.

Вот рекомендуемые границы распространения ароматов:

* При нанесении аромата на тело - до 60 см.
* Распространяемый с помощью распылителя вместе с водой - до 90 см.
* Распространяемый с помощью нагревательного прибора - до 1,8 м.
* Распространяемый с помощью системы подачи теплого воздуха - до 3,6 м.

Теперь можете начинать экспериментировать. Сначала попробуйте аромат. Покупайте только натуральные ароматы без примесей. Хотя смеси ароматов могут показаться более привлекательными, чем один аромат в отдельности, они не посылают в атмосферу таких точных сообщений, как это сделает аромат эфирного масла одного вещества.