Саше

Саше слово в переводе с французского означает "мешочек".
Ароматические мешочки, подушечки — один из древнейших методов ароматерапии, который и сегодня не теряет своей актуальности и популярности. Доступные и легкие в изготовлении саше, позволяющие наполнить дом и любимые вещи волшебным ароматом, когда-то считались неизменным атрибутом дома каждой леди и настоящей хозяюшки. И пусть сегодня они скорее предстают как одно из многих средств ароматерапии, своей актуальности ароматические подушечки не теряют.
Саше — это простые подушечки или мешочки небольшого размера, заполненные ароматными экологичными материалами — веточками, лепестками, травами, специями, хвоей. Для того, чтобы сухие цветы и другие растительные материалы дольше удерживали запах и создавали более яркий ароматный фон, при изготовлении саше к наполнителю добавляют и эфирные масла. Они позволяют кроме общего эффекта ароматизации помещений использовать саше для изменения эмоционального фона, профилактики заболеваний.
Ароматические саше станут прекрасным персональным подарком — особенно, если они созданы своими руками.

Как использовать Саше

Чаще всего саше используют для ароматизации комодов и шкафов с одеждой, для ароматизации постельного белья и прочих вещей. Конечно, в качестве ароматной можно использовать и простейшую подушечку, но при умелом декорировании саше могут стать настоящим украшением комнаты: разложенные на полочках или в корзинках, они будут притягивать взоры и окутывать помещение едва уловимым приятным ароматом.

- Возле кровати (если использовать успокаивающие ароматы) саше выступят отличным средством, помогающим расслабиться и успокоиться, избавиться от нарушений сна и бессонницы.
- Рядом с рабочим местом, пропитанные подходящими по воздействию эфирными маслами, они будут стимулировать работоспособность и концентрацию внимания.
- В гостиной саше станут отличным дополнением для семейного отдыха или романтических встреч.

Если к саше пришить ленты и петли, их можно подвешивать на вешалки, полки, ручки ящиков и секций комода. И пусть многие суеверия уже канули в небытие, саше часто все еще воспринимают как своеобразный домашний оберег, средство защиты дома от негативной энергии и нехороших намерений.

Саше можно купить в магазинах ароматерапии, в аптеках или сувенирных лавках, а можно с легкостью изготовить самим. Так, любая хлопковая и сетчатая ткань может превратиться в примитивный мешочек или подушечку за несколько секунд работы с ниткой и иголкой, да и носовой платок можно просто перехватить лентой, если уж совсем лень заниматься шитьем.

Наполнители и эфирные масла

Что касается наполнения, то наиболее популярными материалами считаются лаванда, тимьян и мелисса, а также специи — орегано, базилик, укроп. К ним можно прибавить любые сухие цветы, фрукты и приправы, которые нравятся вам и вашим близким.

Некоторые материалы ассоциируются с определенными сакральными свойствами.

- Считается, что лучший вариант романтического саше — наполнение из лепестков роз, цедры апельсина, а также шалфея и гипсофилы.
- Смесь пачули, корицы и гвоздики по легендам притягивает богатство.
- Базилик, укроп, лавр, фенхель, розмарин и листья папоротника с горстью соли защищают дом от злых духов.

Эфирные масла к наполнителю добавляют, предварительно растворив их в чайной ложке спирта или водки. Обычно на 10 грамм растительных материалов используют 5 капель аромамасла или смеси разных эфирных масел.

Смешанные в емкости материалы сбрызгивают подготовленной ароматической смесью, тщательно перемешивают, оставляют «пропитаться» в течение как минимум получаса в закрытой емкости и только затем наполняют ими мешочки и подушечки. Так эфирные масла дольше сохраняют свой аромат. Можно и просто капнуть несколько капель на готовое саше.

Есть и другой способ — не использовать растительную основу, а наполнить мешочек впитывающим материалом — мелко нарезанным синтепоном, поролоном, губкой, ватой, вязаной тканью. На небольшой кусочек просто капают эфирные масла и уже после того, как саше заполнено как бы «закапывают» ароматный шарик внутрь остального материала.

Аромат саше практически полностью улетучивается в лучшем случае через 5 дней, а чаще всего через 2 дня и эфирные масла к нему придется «прибавлять». Если речь идет о натуральных материалах, то эфирные масла капают на подушечку или в середину, если речь идет об искусственном наполнителе — пропитывают часть наполнителя и снова «закапывают» внутрь саше.

- Классическое сочетание эфирных масел для универсального саше — гвоздика, лимон и розмарин.
- Для детской комнаты подойдет смесь лавандового, лимонного и розового масел.
- Для спальни — смесь масел розы, иланг-иланг и лаванды.
- Для гостиной — лаванды, лимона и розы.
- Если вы планируете использовать саше в автомобиле, попробуйте смешать мяту, гвоздику, лимон и розмарин.

Если вы хотите добиться конкретного терапевтического эффекта, подбирайте эфирные масла по симптомам и сфере воздействия.