

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ	1
Kozmetik-Aşçının Doğuşu	1
BÖLÜM 1: Aromatik Bakım	3
Aromatik Yağlar Nedir?	4
Tamamen Doğal Bir Yaklaşımda Bulunma	6
Esans Yağlarını Harmanlama ve Kullanma	7
Gösteriyi Yönetme: Aromatiklerin Konseri	8
Aromatik Yağlar İçin Emniyet Tedbirleri	10
Aromatik Simyayı Yaratma	11
Aroma Haberleri	12
CO ₂ Grubu	11
Yüz Çiçekleri	13
Şefkatli Savaşçı	13
Merhamet	14
Sağlıklı Kekik	15
Dengeleme Eylemi	15
Islatma	16
Yüz Koruyucu	16
BÖLÜM 2: Aroma Kileri	17
Esans Yağları Nasıl Hazırlanır	17
Buhar Damıtım ve Suda Çözdürme	17
Mekanik Sıkma	18
Enfluraj	19
Çözücü Ayırıştırması: Özler, Özütler ve Mumlar	19
Karbondioksit Ayırıştırması	20
Çözücü Ayırıştırması: Florasoller	21
Esans Yağlarını Seçme ve Saklama	22

Üstün Kaliteli Yağları Satın Alma	22
Kaliteli Yağları Ayırma İçin Kurallar	23
Aromatik Yağların Uygun Depolanması	25
Yağlar Nasıl Kullanılır	26
Ev Yapımı Cilt Bakım Ürünleri İçin Aromatikler	27
Biberiye Esansı Yağı.....	27
Civanperçemi Esansı Yağı	28
Çay Ağacı Esansı Yağı	28
Çıçırgan Yemişi CO ₂ Çözeltisi	28
Gül Esansı Yağı	29
Günlük Esansı Yağı	30
Havuç Tohumu Esansı Yağı	30
Hint Sümbülü Esansı Yağı	30
Kekik Esansı Yağı	31
Kuşburnu Tohumu CO ₂ Çözeltisi	31
Lavanta Esansı Yağı	31
Limon Esansı Yağı	32
Mersin Esansı Yağı	32
Mürsafi Esansı Yağı	33
Nergis CO ₂	34
Oğul Otu Esansı Yağı	34
Ölmez Çiçek Esansı Yağı	34
Paçuli Esansı Yağı.....	35
Papatya Esansı Yağı.....	35
Portakal Tomurcuğu Esansı Yağı	36
Sandal Ağacı Esansı Yağı	36
Sardunya Esansı Yağı.....	37
Selvi Esansı Yağı	37
Ylang ylang Esansı Yağı.....	38
ZARİF AROMATİKLER	40
Zarif Bir Aromatik Nedir?	41
BÖLÜM 3: Tamamlayıcı Malzemeler	43

Kokusuz Yağlar	43
Aspir Yağı.....	45
Ayçiçeği Tohumu Yağı.....	45
Avokado Yağı	46
Buğday Özü Yağı	46
Emu Yağı	46
Eşekotu Yağı	47
E Vitamini	47
Fındık Yağı.....	47
Havuç Kökü Yağı.....	48
Hindistan Cevizi Yağı	48
Hint Yağı.....	49
Hodan Tohumu Yağı.....	49
İllip Yağı	49
Jojoba Yağı	51
Kakao Yağı.....	51
Kamelina Tohumu Yağı	51
Kamelya Yağı.....	52
Kanola Yağı	52
Kayısı Çekirdeği Yağı	52
Kenevir Otu Tohumu Yağı	53
Kokum Yağı.....	53
Kukui Cevizi Yağı.....	53
Kuşburnu Tohumu Yağı	53
Lanolin	54
Lesitin	54
Makadamy Cevizi Yağı	54
Mango Yağı.....	55
Mineral Yağı.....	55
Siyah Frenk Üzümlü Tohumu Yağı.....	55
Skualen	56
Susam Tohumu Yağı	56

Şi Yağı.....	56
Tamanu Yağı.....	56
Tatlı Badem Yağı.....	57
Üzüm Çekirdeği Yağı.....	57
Yer Fıstığı Yağı	58
Zeytin Yağı.....	58
İlave Bitkisel.....	59
Su Tipi Bitkisel.....	59
Şifalı Bitkiler.....	61
Renk Verici Bitkiler.....	62
BÖLÜM 4: Cilt Bakımı	65
Deri Nedir.....	65
Cilt Tipinizi Belirleme.....	67
Kuru Cilt.....	68
Yağlı Cilt	68
Hassas Cilt	68
Normal Cilt.....	69
Karma Cilt.....	69
Kişisel Cilt Bakım Talimatlarınız.....	70
Cilt Bakımı İçin En İyi Hidrosoller	73
Çabuk ve Kolay Doğal Yüz Temizleyici	74
Gerçeklik Serumı Yüz Güçlendirici Sıvı	75
Zümrüt Yağı	76
Cildinizin Mükemmel Görünmesi İçin İlave	
Uygulamalar	77
Soyma.....	77
Buhar.....	77
Maske.....	78
Sulandırın.....	78
Özür Yok Sabah Temizleyicisi.....	79
Kırmızı Çalı Jeli.....	80

BÖLÜM 5: Doğal Aromaterapi Krem ve Losyonlarının

Yapımı	83
Gereçleri Seçme.....	83
Emülsiyonlar: Yüzünüz İçin Sürme Sıvısı	87
Dengeli Bir Emülsiyon Oluşturma.....	88
Suların ve Yağların Seçimi.....	89
Emülsiyon Yapıcı etkenler veya Koyulaştırıcılar	90
Akasya Zamkı	90
Balmumu.....	91
Bitkisel Mumlar	91
Boraks	92
Hurma Stearik Asidi.....	94
İrlanda Yosunu	94
Kandelila Mumu	94
Karnoba Mumu	95
Kitre Zamkı	95
Ksantan Zamkı	96
Lanolin	96
Lesitin	96
Özütler	97
Sabun	98
Sebze Emülsiyon Yapıcı Mumu.....	98
Beş Basit Adımda Krem veya Losyon Hazırlama	98
Donna Maria'nın Aromatik Krem Formülü	103
Örnek Krem 1	103
Örnek Krem 2.....	104
Doğal Cilt Bakım Ürünlerinin Raf Ömrünü En Fazlaya Çıkarma	104
BÖLÜM 6: Sağlık ve Güzellik Reçeteleri	105
Emülsiyon 101.....	106
Temel Vücut Losyonu	107
Doğal Renk Verici Havacıya Yağını Hazırlama	107
Hafif Cilt Serumu.....	108

Yüz Zerafeti.....	110
Özel Baskı Sandal Ağacı Kremi	111
Doğal Kusursuzluklar Gece Kremi	114
Pamuklu Kadife Düşkünlüğü	115
Afrikanlı Saç Gobleni.....	116
Balerin Yağı.....	117
Neroli-Gül Yenileyici Krem	119
Cennet Böyle Bir Şey Olmalı	120
Yardımcı El Kremi.....	122
Şi Yağı Kremi	123
Altın Sarısı Çiçekler	124
Cildiniz İçin Tatlı.....	125
Afrikanlı Vücut Gobleni.....	126
Oyuk Çizgiler Yüz Kremi	127
Kuru Cilt Harmanı	128
Şükran Sunumu Kremi.....	129
İkincil Cilt İksirleri.....	130
Oğul Otu-Gül	131
Kuru Cilt Peşmelbası	131
Çiğ Damlası.....	132
Abrekadabra.....	132
Yatıştır	133
Zarif	133
Çiçek Açmış Kız.....	134
Dudak ve Tırnak Balzamları.....	134
Bütün O Çılgınlıklar	135
Cennette Dudak Tangosu	136
Bir Sürü Muhteşem Şey.....	137
Donna Maria'nın Balzam Kalıpları.....	138
Mavi Balzam Kalıbından Öte.....	139
Vanilya Özsu Balzam Kalıbı.....	140
Kız Hatları Balzam Kalıbı	140

Abrakadabra Balzam Kalıbı	141
Pat Silver'in Küçük Cilt Tahrişleri İçin Kuş Otu Kremi	143
BÖLÜM 7: Aromatik Güzellik Besinleri	145
Yüzünüzde Meyve?	146
Aromatik Güzellik Besini Yapıları ve Tipleri	147
Alfa-Hidroksi Asitleri Nedir?	149
Yüz ve Vücut Temizleyicileri	150
Bal Pırıltısı	150
Kivi-Portakal Tomurcuğu Püresi	151
Zorlu Tanecikler	152
Salatalık Banyosu	154
Hayat Ekmeği Lavanta Temizleyici	155
Sabah Yüz Çilek Şerbeti	156
Yaz Mango Kompostosu	159
Aromatik Güzellik Besininin Keyfini Çıkarmak İçin İp Uçları	160
Yüz Besini Meyve ve Çiçekler	161
Esther'in Güzellik Pudingi	163
Ayak Yumuşatıcısı	164
Rosemary'nin Elma Gevreği Vücut Ovması	166
Zencefil Ezmesi Vücut Parlatıcısı	167
Yüz ve Vücut Maskeleri	168
Tamamen Serin Yüz Maskesi	169
Meyve Temelleri	170
Kahvaltı Yayıması	171
Çilek-Gül Yüz Kreması	172
Salatalık-Avokado Kil Yüz Maskesi	172
Bal-Kayısı Vücut Yanığı	174
Kumanya Paketi	175
Muz Ayı	176
Prences Sargısı	178

Tutku Meyvesi İksiri	179
Domates Ayarlı Yüz Tonlandırıcısı	180
Vücut Yağları ve Nemlendiricileri	181
Yeni Evli Yağı	182
En İyi Vücut Yağı	183



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

TAMAMLAYICI MALZEMELER

Şimdi koku kileriniz seçmiş olduğunuz kokular ile oluşturuldu, artık aromatik yağların kullanılış şekillerine bakmaya başlayabiliriz. Bir oyunun yıldızlarının bir yapı, uyum ve ilgi sağlamak için ekip üyelerinin desteğine dayanmaları gibi, aromatik yağlar da onların ayırt edici özelliklerini ortaya koyan tamamlayıcı bileşenleri ile birlikte kullanıldıklarında en iyi sonuçları verirler.

Kokusuz Yağlar

Kokusuz yağlar tohumlar, kabuklular, çekirdekler ve değişik bitki ürünlerinin etli kısımları veya hayvan yağlarından elde edilir. Bu yağlar zengin nemlendirici yetenekleri ile ev yapımı cilt bakım ürünlerini güçlendirirler. Kokusuz yağlar yüz masajı yağı gibi hallerde cilt bakımı ürünlerinin % 100'ünü veya % 5'i gibi çok azını oluşturabilir.

Sabit bitki bazlı yağlar elde edildikleri tohum ve kabukluların ilk önce temizlenip pişirilmeleri ile üretilirler. Sonra tohum ve kabuklular çıkarıcı sıkma veya çözücü ayrıştırma işlemine tabi tutulurlar.

Çıkarıcı sıkmada yağ kabuklulardan çıkmaya zorlayacak yeterli basınç ve ısıyı oluşturan metal basınç başları ile sıkıştırılır. Bu metot kullanılarak üretilen yağlar tipik olarak “soğuk pres” diye adlandırılır, aslında bu bir az hatalı bir kavramdır çünkü, aslında doğal olarak, önemli miktarda ısı açığa çıkar.

Çözücü çözeltisi kabuklu veya tohumlulardan yağ ilk önce onları çözücüler ile karıştırıp, sonra çözücülerini buharlaştırıp, yağ geride bırakarak ayrıştırır. Bu yöntem geride çözücü kalıntısı izleri bırakabilir. Çözücü kalıntılarından kaçınmak için, en iyisi mümkün olduğunda soğuk preslenmiş yağlar kullanmaktır. Nasıl elde edildiklerine bakılmaksızın, onlar çoğunlukla belirli katı kısımlar, renkler ve kokulardan arındırılmak için daha ileri saflaştırma işlemlerine tabi tutulurlar. Bu işlem sudan çoktan iki atomlu toprak ve silise kadar uygulanır.

Bir yağın raf ömrünü belirlemek zordur çünkü paketleme, depolama ve dağıtım uygulamaları farklılıklar gösterir ve yağın dolabınıza ulaştığında ne kadar eski olduğunu bilmenize imkan yoktur. Bir yağın tazeliği konusundaki en iyi belirleyici burnunuz olacaktır, ve her hangi bir bozulmuş yağ farkedilir ekşi, kötü kokusuna bakarak atmanız gerekecektir. Eğer bir yağ size bu şartlarda ulaştı ise, onu geri iade edin. Bozulmayı geciktirmek için, yağları onları olabildiğince ısı ve ışıktan koruyan kaplar içinde saklanmalıdır. Hemen kullanmayacağım yağların çoğunu buzdolabı veya dondurucuda tutarım.