

Stille verleiders

Naast licht is het geur waarmee je een ruimte sfeer kunt geven. De geur van kruiden werkt direct in op ons brein, roept onbewust emoties op - en daar kun je mee spelen.

De neus uit Lübeck

Voor deze productie werkte styliste Dietlind Wolf samen met geurenexpert Marcus Niendorf uit Lübeck, een telg uit een apothekersgeslacht van vier generaties. Hij werkt met recepten voor geuroliën en kruidenmengsels die vaak van vader op zoon zijn doorgegeven. Kijk voor zijn authentieke oliën op www.loewen-apotheke-luebeck.de

Sommige ingrediënten die Marcus gebruikte voor zijn kruiden- en specerijenmelanges zijn wat moeilijker verkrijgbaar.

Hieronder een paar sites om het zoeken te vergemakkelijken:

- * Harswierook is o.a. te verkrijgen op www.phoeniximport.nl
- * Lavastenen vind je bijvoorbeeld op edelstenenenmineralen.nl/lavasteen
- * Copal is te verkrijgen via o.a. www.metliefdegemaakt.nl
- * Verf die je kunt gebruiken voor het kleuren van de zakjes is Dylon-textielverf www.dylon.nl

TEKST, STYLING, PRODUCTIE EN FOTOGRAFIE DIETLIND WOLF

Heldere geest

Geuren werken op het diepst van je onderbewustzijn en roepen herinneringen op. Het sandelhout en de copal scheppen een goede sfeer voor meditatie. Maak een mooi plekje om rustig te gaan zitten. Elke keer als je wat van dit mengsel brandt, kom je meteen in de juiste stemming.

Meditatiemengsel

- * Verveine (verwarmend)
- * Laurier (koesterend)

- * Muskaatsalie/scharlei (stimulerend)
- * Sandelhout (innerlijke rust en tevredenheid)
- * Copal harswierook (beschermend en zuiverend)

Meng de ingrediënten. Neem een handje van de kruiden en het hout en een half handje harskorrels - hoe kleiner de korrels harswierook, hoe beter je kunt mixen. Leg een deel van het mengsel op verwarmde

lavastenen in een klein metalen kom. Je kunt het schaalje ook op de verwarming zetten.

Zijden zakje

Voor je kruidenmengsel kun je een mooi zakje van zijde naaien die je zelf in je lievelingskleur hebt geverfd met textielverf.

Knoop met een stukje aluminiumdraad het dicht, met eventueel een mooie kraal of andere versiering eraan.

Warm welkom

Hars zou de sfeer verlichten en zuiveren van negatieve gedachten. Het werd vroeger al gebruikt om geluk aan te trekken. In China gelooft men dat het de mens in harmonie brengt met de natuur en de kosmos. Strooi wat van deze mix in een metalen schaal met warme lavastenen en zet het in de hal als warm welkom voor gasten.

Ontvangstmelange

- * Rozenblaadjes (ontspannend)
- * Jeneverbessen (reinigend)

Harswierook

- * Siam benzoë (omhullend)
- * Sumatra benzoë (voor een geborgen gevoel)
- * Styrax calamitus (verjaagt negatieve gedachten)
- * Olibanum gummi (harmoniserend)

Het buideltje

Knip een cirkel van ongeveer 25 cm doorsnede uit een lap fluweel. Snijd rondom kleine openingen op 1 centimeter onder de rand en rijg daar een lint doorheen. Trek het lint aan om het zakje te sluiten.



Frisse start

Door zout water te vernevelen ontstaat er een weldadig 'zeeklimaat' in de badkamer. De zuivere lucht zorgt voor een heerlijk schone en energetisch zuivere atmosfeer. Voeg er wat citrus aan toe voor de geur. Het zout is ook te gebruiken om mee te scrubben. Als je het in bad gebruikt kun je er wat citrusolie aan toevoegen. Je kunt kiezen uit hier-naast staande oliën of een mengsel maken van een paar druppels per olie.

Zeezoutmengsel

- * 500 gram zeezout
- * Gedroogde schilletjes van 2 sinaasappels
- * Gedroogde schil van 1 limoen
- * 1 theelepel bietenpoeder om het zout te kleuren

Kruidenzakjes

Doe dit mengsel in een kant-en-klaar kruidenzakje, wat je eventueel zelf kunt verven of bestempelen.

Citrusoliën

- * Grapefruitolie (verfrissend, stimulerend, maakt levenslustig)
- * Sinaasappelolie (warm en voedend, geeft een gevoel van vreugde)
- * Citroengrasolie (maakt optimistisch en fit, verdrijft een slecht humeur)
- * Geraniumolie (genezend en rustgevend)



Ontspannen slapen

Deze verwarmende en ontspannende geuren maken je hoofd leeg en kunnen je helpen eerder en fijner in slaap te vallen. Onderzoek heeft zelfs aangetoond dat prettige geuren ook dromen positief kunnen beïnvloeden.

Droommix

- * Rozenblaadjes (ontspannend)
- * Koriander (rustgevend, sensueel)
- * Kaneelstokjes (geeft warmte en bescherming)
- * Kardemom (kalmeert de zenuwen, helpt spanningen verwerken)
- * Harswierook *Styrax calamitus* (verjaagt negatieve gedachten)

Gebruik van elk kruid een gelijke hoeveelheid. Elk zakje heeft een stukje van de kaneelstok en een paar korrels wierook in zich.

Doorschijnende zakjes

De kleine zakjes zijn gemaakt van donker geverfd kaasdoek, wat mooi doorschijnend is zodat je de kruiden kunt zien. Mooi op een koperen schaalpje. De truc is om de zakjes tegelijk te naaien uit één stuk kaasdoek. Doe de kruiden erin als er nog een kant van de zakjes open is, stik ook deze kant dicht en knip ze daarna pas uit. Leg een zakje op een verwarmde lavasteen om de geur te intensiveren.

‘Geur is de intelligentie van de bloemen’

Henry de Montherlant,
Frans schrijver

Schoon linnen

Deze mix van gedroogde kruiden en specerijen in de kledingkast houdt linnengoed fris en motten op een afstand.

Waskruid

- * Lavendelbloemetjes
- * Tijmblaadjes
- * Rozemarijnnaaldjes
- * Boerenwormkruidbloemen
- * Citroenkruid
- * Rozenblaadjes

- * Gebroken kaneelstok
- * Kruidnagels
- * Iriswortel

Gebruik voor het afmeten van de vulling een (niet te groot) glas als maatbeker. Neem van alle kruiden $\frac{1}{3}$ glas en van de kruidnagels en iriswortel een half glas.

Het kussentje

Vouw een langwerpige lapje zijde van 50x30 centimeter dubbel en

laat daarbij één kant wat langer dan de andere - deze flap kun je straks naar binnen vouwen om het kussentje te sluiten. Naai de zijkanten dicht. Hier werd de stof met behulp van een sjabloon subtiel getamponneerd met groene verf. Vul het zakje met de kruidenmix en vouw de flap naar binnen om het kussentje te sluiten. Stik de opening dicht. 🌸