

# Eterično olje vrtnice čudež narave



Uživam v vonju vrtnice.  
Popelje me v grajski cvetni  
vrt, v katerem se predam  
čarobnosti trenutka.

Občudujem cvetove, katerih  
oblika spominja na zaobljeno  
žensko telo, barva pa na  
ustnice in poljube. Vrtnica  
v meni vzbudi hrepenenje  
in strast, milino in nežnost,  
čutnost in ljubezen ...



**Nina Medved**

Ljudem razkriva zdravilno  
moč eteričnih olj.  
[www.magnolija.si](http://www.magnolija.si)



## PISANA DRUŠČINA ROŽNIC

Vrtnice sodijo v izjemno pisano  
in raznoliko družino rožnic  
(Rosaceae), v katero uvrščamo  
sadna drevesa (jablana, hruška,  
sliva), grme (šipek, malina) in  
nekatere zelnate rastline (jagode).

Cvetovi rožnic so prijetno dišeči,  
navadno bele, rožnate ali rumene  
barve. Kraljica vrtnica zaseda  
prav posebno mesto v tej cvetoči  
druščini.

Obstaja 250 različnih vrst vrtnic  
in več kot deset tisoč hibridov.  
V aromaterapiji in parfumeristiki



se najpogosteje uporabljajo francoska vrtnica (*Rosa gallica*), stolistna vrtnica (*Rosa centifolia*), damaščenska vrtnica (*Rosa damascena*) in bela vrtnica (*Rosa alba*).

Najbolj cenjena je bolgarska damaščenska vrtnica, ki raste v Dolini rož v pokrajini Kazanlak. Tam so idealni pogoji za rast vrtnic, ki potrebujejo veliko vlage in ljubljo roso. V mesecu maju in juniju poteka Rožni festival – maj in junij sta namreč optimalna meseca za nabiranje vrtnic in destilacijo eteričnega olja. Cvetove je treba nabratи ročno in z največjo previdnostjo, saj so zelo delikatni. Nabiranje vrtnic se začne ob zori in traja približno do desete ure zjutraj, ko so listi še prekriti z roso. Po tej uri je vsebnost eteričnega olja v cvetu veliko nižja (ob sedmih zjutraj je vsebnost eteričnega olja 0,033 %, ob dvanajstih urah pa samo 0,025 %).

## V DESETIH MILILITRIH ETERIČNEGA OLJA KAR DVAJSET TISOČ CVETOV!

Eterično olje vrtnice je eno najdražjih eteričnih olj. Vendar če veste, da za deset mililitrov eteričnega olja vrtnice

potrebujemo kar dvajset tisoč cvetov, se nenadoma ne zdi tako drago. Nekoliko cenejši od eteričnega olja je absolut vrtnice, za katerega je značilen drugačen način pridobivanja. Eterična olja proizvajamo s parno destilacijo, absolute pa pridobivamo z ekstrakcijo s topili. Ker absoluti vsebujejo sledove topil, aromaterapevti raje posežejo po eteričnem olju – v parfumeristiki pa so zaradi bogatejšega in intenzivnejšega vonja bolj cenjeni absoluti.

Kemična sestava eteričnega olja vrtnice je izjemno kompleksna, saj jo sestavlja več kot štiristo spojine! Glavne spojine so feniletil alkohol (mehek cvetni vonj), citronelol (topel in vibranten cvetni vonj), geraniol (ostrejši cvetni vonj) in nerol (svež cvetni vonj). Te spojine v kombinaciji z drugimi spojinami, med katerimi so nekatere prisotne samo v sledovih, ustvarjajo nepozaben sladko-cvetni in opojni vonj vrtnice.

## PREVIDNOST PRI NAKUPU ETERIČNEGA OLJA VRTNICE

Eterično olje vrtnice je pogosto ponarejeno, zato morate biti pri nakupu posebej



pozorni. Na delavnicah aromaterapije in parfumeristike udeleženke največkrat ne ločijo med sintetično vrtnico in naravnim eteričnim oljem vrtnice – pogosto jim sintetično celo lepše diši. Če boste uporabljali esenco vrtnice za nego kože ali za delo na čustvenem nivoju, je bistveno, da imate v roki čisto in avtentično eterično olje vrtnice. Poglejmo si nekaj načinov ponarejanja eteričnega olja vrtnice:

Sintetično olje prodajajo kot eterično olje.

Eteričnemu olju vrtnice dodajo

druga eterična olja, ki so cenejša, a imajo podoben vonj – na primer pelargonija ali palmarosa.

Eteričnemu olju vrtnice dodajo posamezne spojine oz. izolate (na primer citronelol).

Eterično olje vrtnice redčijo v rastlinskem olju (na primer v jojobi).

Da bi prepoznali čisto eterično olje, moramo predvsem izuriti svoj nos. Vonj sintetičnega olja je monoton, medtem ko je vonj eteričnega olja izjemno bogat in se razvije v več nivojih. Osebno me pri ponaredkih najbolj zmoti vibracija – če poduham sintetično olje, v hipu postanem nervozna. Priporočam vam, da eterično olje kupite pri verodostojnih proizvajalcih eteričnih olj.

## VRTNICA SKOZI ZGODOVINO

Vrtnica, za katero pravimo, da je večna kot ljubezen in mlada kot pomlad, je v resnici zelo stara rastlina. Fosili vrtnice, ki so jih našli v Kanadi, naj bi bili stari skoraj štirideset milijonov let.

Grška pesnica Sapfo je

vrtnico opevala v svoji poeziji in jo imenovala »kraljica rož«. Posebno mesto je vrtnica zasedla v medicini in parfumeristiki vseh starodavnih kultur, še posebej so jo oboževali Rimljani, ki so se kopali v vrtničnih listih in vrtnično vodo dodajali vinu. Kot pravi mit, se je vrtnica rodila iz morske pene skupaj z Afrodito, boginjo ljubezni. Sprva je bila vrtnica bele barve, vendar je postala rožnata, ko se je boginja Venera zboldila z njo in so kapljice krvi padle na njene liste. Vrtnica v mitologiji simbolizira čistost, nedolžnost in deviškost, pa tudi človeške strasti, erotiko ter poželenje.

## TERAPEVTSKO DELOVANJE

Eterično olje vrtnice ima zaradi svoje kompleksne kemične zgradbe zelo širok spekter uporabe. Uporablja se v vseh fazah življenja, za zdravljenje telesa, duše in duha.

**Živčni sistem.** Vrtnica je pravi balzam za dušo. Eterično olje je močan antidepresiv in sedativ, v pomoč nam bo pri nespečnosti, razdražljivosti in povečanem srčnem utripu. Pomaga sproščati jazo, obup in frustracije.

**Reprodukтивni sistem.** Eterično olje vrtnice je najboljši priatelj ženske, saj ima izjemen učinek na rodila. Tonizira maternico, zato se priporoča pri porodu. Uravnava menstruacijo, sprošča menstrualne krče in prekomerno krvavenje. Ker ima hladilno delovanje, je nepogrešljiva v menopavzi. Priporoča se tudi pri neplodnosti.

**Nega kože.** Luksuzna nega za vse tipe kože, posebej za zrelo, dehidrirano in občutljivo kožo.

Ima blago adstringentno delovanje, zato se priporoča pri



popokanih kapilarah, rdečici in vneti koži.

**Energetski profil.** Eteričnemu olju vrtnice so namerili najvišjo frekvenco v naravi, in sicer 320 MHz (za primerjavo: sveža zelišča naj bi vibrirala s frekvenco od 20 do 27 MHz). Eterično olje vrtnice nosim s seboj več kot deset let in vedno znova me fascinira – še posebej mi pomaga umiriti turbulentna čustva ter ublažiti stres. Vrtnica vzbuja ljubezen do samega sebe in nas odpira svetu. Uči nas, da lahko znova ljubimo, četudi smo bili prizadeti. Bolgarski pregor pravi: »Če je tvoje srce vrtnica, bodo tvoja usta govorila ljubeče besede.« Zato negujte svojo dušo z vrtnico ...

## VRTNICA V PARFUMIH

Za klasičen vrtnični parfum velja *Rive Gauche* (Yves Saint Laurent 1971). Čudovit cvetni parfum z nekoliko bolj svežo in zeleno noto je *Tea Rose* (Perfumer's Workshop 1972). *Nahema* (Guerlain 1979) je zelo vibranten vrtnični parfum, ki vsebuje sintetično vrtnico. Med novejše kreacije štejemo parfum *Tocade* (Rochas 1994), v katerem vrtnica skupaj z vanilijo ustvarja orientalski vonj.

## HIDROLAT VRTNICE

Hidrolat vrtnice je rožna voda, ki nastane pri destilaciji eteričnega olja vrtnice. Je odlična alternativa eteričnemu olju, saj je veliko cenejši in ga lažje uporabimo. Posebej se priporoča za nego suhe, občutljive in zrele kože, za popokane kapilare ter rdečico na obrazu. Uporabite ga kot tonik ali ga preprosto poškropite po obrazu. Za srčne tegobe ga poškropite po srčni čakri ali dodajte žlico hidrolata litru vode in pijte tri tedne vsak dan.

Namig za romantičen večer: žličko hidrolata vrtnice dodajte kozarcu šampanjca!

## Maska za obraz za zrelo in suho kožo

- 2–3 žlice bele gline
- hidrolat vrtnice
- 1 kapljica eteričnega olja vrtnice

Belo gline zmešamo s hidrolatom, da dobimo gosto pasto. Dodamo eterično olje in premešamo. Nanesemo na obraz in pustimo delovati 10 minut. Speremo in kožo navlažimo s hidrolatom.

## Olje za srčno čakro

Kapljico eteričnega olja vrtnice kapnemo v 10-mililitrsko stekleničko in dodamo 10 ml olja jojobe. Pretresememo. V smeri urinega kazalca vmasiramo v srčno čakro.

## Cvetni parfum

- 10 ml olja jojobe
- 3 kapljice eteričnega olja sandalovega lesa
- 2 kapljice absoluta vrtnice
- 2 kapljice eteričnega olja pelargonije
- 2 kapljice eteričnega olja sivke
- 2 kapljice eteričnega olja rožnega lesa
- 3 kapljice eteričnega olja bergamotke

Eterična olja kapnemo v stekleničko, premešamo in dodamo rastlinsko olje. Znova premešamo. Parfum potrebuje čas, da dozori – praviloma naj bi parfumi zoreli šest mesecev. Parfum nanesemo na pulzne točke.

## Masažno olje za PMS

- 10 ml mandljevega olja
- 2 kapljici eteričnega olja vrtnice
- 3 kapljice eteričnega olja muškatne kadulje
- 4 kapljice eteričnega olja bergamotke

Eterična olja kapnemo v stekleničko, premešamo in dodamo rastlinsko olje. Znova dobro premešamo. V času PMS večkrat dnevno vmasiramo v predel trebuhu in v spodnji del hrbta.

## Luksuzno olje za nego zrele kože

- 10 ml olja jojobe
- 10 ml olja mareličnih koščic
- 10 ml olja šipkovih plodov
- 2 kapljici eteričnega olja vrtnice
- 2 kapljici eteričnega olja pelargonije
- 2 kapljici eteričnega olja sladke pomaranče

Eterična olja kapnemo v stekleničko in dodamo rastlinska olja. Dobro premešamo. Nanesemo na navlažen obraz in dobro vmasiramo.