

## Aromaterapia, è Natale concediamoci il benessere degli aromi

Inviato da Marista Urru  
domenica 14 dicembre 2008

immagine da: <http://www.abc-e.info/>

Natale : usiamo il potere dei profumi per migliorare il nostro umore ed influire positivamente sulle nostre emozioni. Gli oli aromatici possono cambiare la nostra vita rendendo le nostre case più accoglienti, il nostro luogo di lavoro più invitante e gradevole, le nostre camere da letto più romantiche e le nostre anime più ispirate.

Idea regalo : Più di 30 sorprendenti formule magiche e rituali, il kit contiene tutto quello che vi serve per creare magici aromi: un diffusore di oli essenziali raffinato ed esclusivo, completo di candela e di olio essenziale. Il libro contiene tutte le istruzioni necessarie, l'uso del profumo e dell'incenso nei riti magici e più di 30 incredibili formule e cerimonie profumate.

Titania Hardie

Acquista Aroma Kit

- Prezzo &euro; 19,90  
Tecniche Nuove

- Libro - pagg. 96 + Kit

L'aromaterapia, perchè farne uso? Rientra nelle così dette cure naturali che vanno diffondendosi sempre più. Sono molte e svariate, alcune provengono dalla cultura orientale, altre dalla cultura europea ed occidentale. Curare il benessere quotidiano, oltre ed al di là della cura della malattia allorchè essa si manifesta, diventa abitudine sempre più diffusa, e per chi ancora non avesse intrapreso questa strada, è cosa opportuna.

Queste cure, dette anche non convenzionali o complementari, perchè si possono integrare con ottimi risultati con la medicina tradizionale, hanno come base il concepire l'uomo olisticamente, vale a dire come una unione indissolubile di corpo, mente e spirito. La malattia viene quindi considerata come il prodotto di uno squilibrio tra il paziente e l'ambiente in cui si trova a vivere, quindi sarà necessario non solo curare i sintomi del male, ma anche ricercare quale stile di vita il paziente conduce, come si alimenta, in che ambito sociale si muove.

Personalmente mi viene da ricordare i vecchi medici di famiglia: conoscevano dei loro pazienti ogni problema non solo fisico, ma anche dell'anima; si interessavano dell'equilibrio nell'ambito familiare, discretamente, ma spesso con ottimi risultati, riuscendo a trovare il consiglio, l'indirizzo, la parola buona. Ma tutto cambia e i nuovi medici non hanno tempo, tutto si è un po' burocratizzato e spersonalizzato, ed allora ecco che si accompagna alla

medicina ufficiale quella olistica  
che guarda all'uomo non solo al momento  
della malattia, ma nel suo essere che  
vive emozioni, che coltiva bisogni spirituali oltre che materiali.  
In somma la malattia viene vista anche  
come segnale della necessità di ritrovare o trovare l'equilibrio corpo &ndash; mente  
&ndash; spirito.

L'aromaterapia si effettua tramite oli essenziali estratti da vegetali ricchi di  
essenze, in genere si usano per veicolare gli oli essenziali da usare per i  
massaggi, gli oli vettori, oli puri e completamente vegetali estratti  
rigorosamente a freddo.