

## **AROMATERAPIA Y ENERGIA: UN VIAJE A TRAVES DE LAS SENSACIONES**

*"Los olores son más seguros que los sonidos o las imágenes para quebrar los hilos del corazón. Rudyard Kipling".*

Mi experiencia con los aceites esenciales comenzó por ver su actividad sobre el cuerpo físico: como combatir infecciones, calmar desarreglos digestivos, problemas del sistema nervioso o de la piel, etc. Al cabo de los años me fui dando cuenta que la fuerza de este principio activo tenía que ser mucho más grande, que tenían mucho más que decirnos, que habíamos aprendido a obtenerlos para algo más que olerlos y sanar el cuerpo.

Trabajando con ellos desde un punto más sutil, he visto como me transportaban a lugares donde la memoria ni siquiera sabía que tenía almacenados. Me han conectado con recuerdos que creía olvidados y me han permitido "repararlos" con la posibilidad de limpiarlos y rehabilitarlos, de rescatar lo positivo, de aprender un mensaje que en su día me pareció oculto.

Me han permitido saber que hay una conexión posible entre lo terreno y material y lo más elevado de lo que es capaz el Ser Humano.

¿Quien no es capaz de recordar a un antiguo amor y en el momento que huele su perfume?. Somos capaces de recrear una situación cuando percibimos los aromas de una comida; decimos con frecuencia que "ya se huele la primavera, o el frío, o una tormenta", porque sin saber muy bien el motivo, nuestra mente inconsciente manda un mensaje a nuestra mente consciente y pone en palabras una sabiduría que ni siquiera sospechamos que tenemos. Solo cuando intentamos darle una explicación "razonable y lógica" empezamos a dudar de "esa fuente de información" poco digna y pensamos que es casualidad, o que es que huele a ozono, o es que ya empezamos a ver las yemas verdes de los árboles, etc.

Con los Aceites Esenciales no es necesario saber, solo es necesario sentir, percibir, dejarnos llevar hacia donde esa parte no consciente y razonable de nuestra mente quiera ir y ver que información quiere darnos. Es un viaje fascinante a través de uno de nuestros sentidos más primitivos.

El sentido del olfato se origina a partir de la misma capa de tejido embrionario que el Sistema Nervioso, la piel y la vista: el ectodermo. La nariz humana distingue entre más de 10.000 aromas diferentes. El olfato es el sentido más fuerte al nacer: es la manera que tiene el bebé para reconocer a su madre. La información llega primero al sistema límbico y al hipotálamo, regiones cerebrales muy antiguas y responsables de las emociones, sentimientos, instintos e impulsos. Estas regiones almacenan también los contenidos de la memoria y regulan la liberación de hormonas. Por este motivo, los olores pueden modificar directamente nuestro comportamiento y las funciones corporales. Sólo más tarde parte de la información olorosa alcanza la corteza cerebral y se torna consciente.

Es importante recalcar que nuestro sentido del olfato es 10,000 veces más sensible que cualquier otro de nuestros sentidos y que el reconocimiento del olor es inmediato. Otros sentidos similares, como el tacto y el gusto deben viajar por el cuerpo a través de las neuronas y la espina dorsal antes de llegar al cerebro, mientras que la respuesta olfatoria es inmediata y se extiende directamente al cerebro. *"Este es el único lugar donde nuestro sistema nervioso central está directamente expuesto al ambiente."*

Las asociaciones emocionales y los recuerdos relacionados con los olores son muy personales y están ligados intrínsecamente con la experiencia individual. Por ejemplo, el otro día iba caminando por la calle con mi perro y de pronto olí algo que me transportó de inmediato a los días de vacaciones familiares en la playa (días felices casi sin obligaciones, solo agua, sol, juegos, aventura, risas), después de los baños de la tarde y cuando ya estábamos "arreglados": **el olor** del chicle de fresa de Bazooka (ni siquiera recuerdo si se escribía así!). Es importante señalar que solo comíamos chicle en verano y como una especie de recompensa por un día especial. De inmediato noté como una sonrisa de felicidad se dibujaba en mi rostro, como se aligeraban mis responsabilidades cotidianas y como mis pulmones se llenaban de mar. No fue necesario pensar, ya que el aroma fue más fuerte que mi pensamiento y de manera automática "me vi y me sentí allí". Es curioso notar como el objeto detonante (el chicle), palidece frente a la batería de recuerdos que rescata del olvido. Si otra persona hubiera pasado por el mismo lugar en el mismo momento, es probable que o bien no lo hubiera percibido o le diría cosas completamente distintas.

Los aromas, las emociones y los recuerdos están estrechamente relacionados. La dependencia aromática resulta valiosa para cambiar las percepciones del presente y crear nuevas opciones y permitir cambios positivos en la conducta. Los aceites esenciales tienen la capacidad de tocar el centro del alma y llegar al nivel más profundo e inconsciente de la mente y así disolver viejos patrones emocionales. *Las cualidades energéticas de los aceites esenciales desempeñan un papel importante en la estimulación de los cuerpos electromagnéticos del cuerpo para activar el proceso curativo natural.* La conciencia superior siempre se deja llevar por colores, sonidos y fragancias debido a sus cualidades curativas vibratorias.

Una fragancia puede influir enormemente a todos los niveles, desde el etérico hasta el físico, y enseña a nuestro sistema a funcionar en un nivel más consciente y elevado. Una fragancia puede hacer que sintonicemos con una frecuencia más positiva y establezca nuevas metas para ajustarte a ese proceso superior.

El significado que damos a algo conforma nuestra actitud hacia ello. Por esa razón no necesitaremos el mismo aceite esencial para personas que pasen por experiencias parecidas. Cada persona y su problema particular se debe tratar con su aceite esencial específico.

Y lo único que necesitamos es dejarnos llevar con la colaboración estelar de los mejores aceites esenciales, destilados con el máximo cuidado y así conseguir que su mágico mensaje llegue hasta nosotros.

Con los aceites esenciales nos podemos embarcar en un viaje interno lleno de aventuras con solo ponerlos en un quemador en nuestro dormitorio, salón, lugar de trabajo, en consulta, etc y seleccionar el aceite más adecuado para conseguir nuestro propósito de relajación, sanción, meditación, etc. pero además, estos son aplicables a otras técnicas terapéuticas energéticas como refuerzo y canalización del proceso curativo.

Pongamos algunos ejemplos:

- Si nos enfrentamos a un cuerpo bloqueado por el dolor, hagamos una preparación con nuestro aceite base habitual de **Masaje** y unas gotas de lavanda y verbena, por ejemplo. La habilidad de nuestras manos se multiplicará.
- En la **Reflexología Podal**, el uso de aceites esenciales es espectacular. Solo con una gota!!!.

- En **Acupuntura**, a cada meridiano le son afines una serie de aceites esenciales y se aplicarán en unos puntos específicos para conseguir el libre fluir de la energía a través de todo su recorrido, garantizando así un mejor estado físico y emocional/mental.
- En cuanto al **Reiki**, el viaje del descubrimiento interior puede ser aún más maravilloso con el uso de estos perfectos aliados.
- Etc.

Así que, aprendamos de ellos y con ellos. Están ahí para nosotros!.

**Rosa González Ibáñez**

Profesora de ITIEE

*Mil gracias a Anna Eketi Teixidó, mi profesora y conductora en este maravilloso viaje olfatorio.*