



## AROMATERAPIJA

Lečenje pomoću umetnosti mirisa.

Poznavanje zdravstvene prednosti eteričnih ulja je veoma stara. Drevni egipćani, sumeri, asirci, kinezi, rimljani i polinežani su koristili esencije aromatičnog bilja.

Dodavanjem mirisa u Sakuru može se postići efekat aromaterapije. Naučno je dokazano da su neke aplikacije od isparljivih smeša veoma delotvorne. Dokazano je da u mnogim oblastima postoji očigledan efekat. Čak i u bolnicama, aromaterapija se, kao deo fizikalne terapije, koristi već decenijama.

Mirisi izazivaju različita osećanja u nama. Svaka mirisna informacija se direktno prosleđuje u amigdalu - sedište emocija našeg mozga. Dolazeća informacija mirisa brzo generiše osećanja. Nema ništa prirodnije nego da se efekat mirisa iskoristi za dobrobit, vitalnost, relaksaciju ili stimulaciju tela.



**ULJE BORA:** Aktivni sastojak ulja dezinfikuje disajne puteve. Koristi se protiv neprijatnih mirisa i za osveženje prostorije. Jedinstveno je. Deluje na energiju tela. Obnavlja i podmlađuje duh i telo. Ublažava glavobolju i prehladu.



**ULJE MENTE:** Ima antibakterijska svojstva i pomaže izbacivanju sluzi iz disajnih puteva. Idealno je protiv prehlade. Delotvorno je u smanjenju napetosti i glavobolje.



**ULJE UKALIPTUSA:** Pomaže oslobađanju sluzi u disajnim putevima i deluje protiv virusa. Takođe, stimuliše želju za radom. Obezbeđuje mentalni i fizički mir i harmoniju.



**ULJE LAVANDE:** Deluje umirujuće. Smanjuje emocionalne tenzije. Pomaže kod nervoze i nesanicе, opušta telo nakon stresa i fizičke aktivnosti.



**ULJE RUŽINOG CVETA:** Miris ljubavi, nežnosti, antidepresiv i donosi harmoniju. Koristi se u medicini za ublažavanje efekta depresije, strahova i prepreka.



**ULJE LIMUNA:** Svež, okrepljujući miris stimuliše um, poboljšava koncentraciju i povećava kapacitet memorije. Limun je idealan miris za poslovni prostor. Ima baktericidno dejstvo, a takođe čisti vazduh od patogena.

