

Il Senso dell'Olfatto

L'olfatto è tra tutti i sensi il più immediato, che non subisce filtri da parte della neocorteccia. La sua capacità di stimolare l'immaginazione ed evocare memorie sopite è maggiore rispetto a tutti gli altri sensi. La dimensione diviene più immaginativa, aerea, rarefatta.

Autotrattamento del canale olfattivo

Dopo la messa in fase, vado a posare le dita ai lati del naso, immaginando che la luce ed il calore escano dalle estremità per irrorare il naso sia a livello superficiale che profondo. Posso utilizzare anche qui il movimento orario ed antiorario, sia grazie alla immaginazione creativa, che esercitando delle lievi rotazioni senza premere. In particolare il movimento antiorario mi aiuterà nelle congestioni.

Il mio lavoro può diventare sempre più minuzioso e specifico e posso allungare molto il trattamento, andando a portare il prana in ogni piccola parte del naso.

Allargo la mia zona di azione, andando a trattare le zone sopra e sotto agli occhi e sulla fronte, soffermandomi dove provo dolore in caso di pressione.

Questo è un ottimo trattamento dei seni nasali, spesso infiammati e congestionati. Con le mani a coppa, vado a trattare insieme naso e bocca, immaginando sempre questo lavaggio profondo e silenzioso.

Massaggiare il naso ne aumenta l'energia ed anche l'energia di tutti gli organi riflessi. Massaggiare le estremità e gli organi di senso che sono ingresso di informazioni sottili è gesto di autoconservazione e di cura di sé.

Esperienza olfattiva

In aula abbiamo usato gli oli essenziali. Se desiderate ripetere l'esperienza con un olio essenziale, cercate un olio biologico certificato per mettervi al riparo dalle sostanze chimiche e tossiche contenute negli oli estratti con solventi chimici. Gli oli essenziali sono la quintessenza del vegetale.

Il senso dell'olfatto ci permette di entrare in contatto con il mondo e conoscerlo, soprattutto conoscere il regno vegetale che utilizza gli aromi in modo molto particolare.

Durante l'esperienza posso pormi le seguenti domande:
cosa provo nel sentire questo profumo?

Dove arriva nel mio corpo quello che sto sentendo?

Che sensazioni, emozioni, ricordi mi evoca? Dove mi porta?

Come cambia il mio campo energetico durante e dopo questa esperienza?

Buona pratica - Teresa

Teresa Bagni – Materiale didattico Formazione ALARO

Operatore Olistico Supervisor e Trainer Iscritto al Registro Operatori Olistici Fedolistica con il codice OL-183S ed al registro TRAINER FedPro con il codice RT-059. Coach iscritta ad APICA Coach con codice 1642.

Consulente Fiori di Bach (BFRP – Bach Foundation Registered Practitioner) iscritta al registro presso il Bach Centre con codice ITA2025 -1028T

Professionista disciplinato ai sensi della legge 4/2013 - 3299359037