

Aromaterapi

Eterisk olja/aromaolja används på många olika sätt inom ayurveda. Den eteriska oljan ligger till grund för aromaterapi, där oljan via doftsinnets balanserar vata, pitta och kapha. Men det finns också många andra användningsområden för oljorna; de kan användas inom skönhetsvård, kroppsmassage, värmebehandling, ansiktsbehandling mm. Den renaste, mest livsbefrämjande och läkande oljan, är den eteriska oljan från växter och örter.

Dofter tas upp genom näsans membran som skickar impulser till hypotalamus, en viktig del av hjärnan som har ansvar för funktioner som t ex hunger, törst och sömn. Olika dofter har olika inflytanden på kropp och sinne.

För bästa resultat bör en aromaterapi pågå i 2-3 månader.

Kursinnehåll

- Introduktion
- Hur dofter påverkar fysiologin
- Olika användningsmetoder för eterisk olja. 12 metoder
- Praktiska övningar
- Teori: 38 st. essentiella aromoljor
- Aroma vid sjukdom
- Aroma för vata, pitta och kaphas subdosor
- Hur vi väljer aromaolja och hur de kan blandas med varandra
- Kontraindikationer
- En kort marma-massage behandling för avslappning
- Genomgång av basoljor, kvalitet och egenskaper
- Användning av aromoljor för kosmetiskt bruk

Anmälan och kursavgift:

Kursavgiften är 1800:-, lörd -sönd mellan kl 10-17.00

Anmälan till Bokadirekt, info@skand.org

Kursledare:

Dr Vinay Vora och Johan Ljungsberg