

MITO Y AROMATERAPIA.



El sentido del olfato es la herramienta más **potente** a la hora de recibir y transmitir emociones; sin embargo, es el sentido menos utilizado.

“AROMAS EN ESENCIA Y PRESENCIA”

Taller sobre la aplicación de perfume y/o aromas en la narración de historias.

“Inspiraciones Creativas” ofrece en este taller a personas interesadas en experimentar emociones a partir de experiencias sensoriales (principalmente olfativas) con la intención de despertar, estimular y favorecer la expresión emocional.



Los aceites esenciales proceden de las plantas, son totalmente naturales y producen un efecto terapéutico y equilibrante. Sus propiedades son múltiples, aunque podrían resumirse en tres principalmente; **relajantes, estimulantes y sanadoras.**

¿Por qué por medio del olfato?

Porque es el más primitivo y potente de nuestros sentidos. Es el sentido que llega de manera directa al sistema límbico, sin filtros mentales; por lo que los olores despiertan mucho más rápido que el resto de los sentidos las sensaciones y emociones que se van integrando, para así despertar recuerdos y sentimientos que serán muy útiles en la creación y recreación de historias

¿Te huele bien?

El sentido del olfato es capaz de percibir 10.000 tipos de aromas diferentes y es además el primer sentido que usamos al nacer.

El olfato también nos protege. Si te huele de manera agradable, te anima a acercarte y si te huele de forma desagradable, te obliga a alejarte, por eso se puede decir que el olfato te cuida y te protege.

Nuestros recuerdos dependen en un 35% de lo que olemos. Después le sigue el gusto con el 15%, la vista con el 0.5%, el oído el 0.2% y el tacto con el 0.1%.

Nuestras Herramientas:

- Aceites Esenciales, especias aromáticas o cualquier objeto o sustancia que aporte olores.
- Música: Componente esencial para amplificar estados emocionales.
- Mitos y leyendas (Narraciones que nos conectan con el inconsciente.)



Objetivos:

FAVORECER LA RESPUESTA EMOCIONAL A TRAVÉS DE ACTIVIDADES SENSIOPERCEPTIVAS, FACILITANDO DE ESTE MODO HERRAMIENTAS QUE FACILITEN Y FAVOREZCAN LA REPRESENTACIÓN DE HISTORIAS.

... A nivel Molecular... Las moléculas son como llaves que abren los canales de la percepción. Las emociones se comportan cómo moléculas que reparten la información por todo nuestro cuerpo. Las moléculas son como semillas y estas semillas germinan con la esperanza de dar frutas saludables. Emociones saludables.

Los olores son como la lluvia que riega y despierta a la semilla. Haciendo germinar a la misma emoción. Haciéndonos sentir la vida en su máxima expresión.

MITOAROMATERAPIA



inspiracionescreativas.com

Cada planta
en esencia
esconde una
gran historia.

Mitos que proceden de la Naturaleza.

El recuerdo es el perfume del Alma.

George Sand

Los aromas tienen la facultad de evocar recuerdos, reconocemos determinados olores porque los asociamos a algo que hemos vivido con anterioridad. Añadimos que el sentido del olfato es 10.000 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 de la espina dorsal antes de llegar al cerebro, mientras que la respuesta olfatoria es inmediata y se dirige directamente al cerebro. “Este es el único lugar donde nuestro sistema nervioso central está directamente expuesto al ambiente”

Von Have, Serene Aromatherapy



AROMAS QUE ENAMORAN

¿Quién existió antes? ¿El Mito o la Naturaleza?

Me aventuraré a afirmar que la naturaleza existió mucho antes, ella fue una fuente de inspiración para la creación del Mito; el Ser humano crea al Mito y lo crea al poder imaginarlo como una **metáfora**. Las imágenes arquetípicas surgen en la mente del Ser humano al sentir los efectos que producen las plantas en el organismo biológico y también en el creativo. Desde ese momento Naturaleza y Mito, quedan unidos por la tradición, la cultura y el propio culto.

EL MITO EN ESENCIA.

La Naturaleza, se comunica con el Ser humano a través del Mito.

El Mito de la Naturaleza como Metáfora.

La naturaleza ya existía; estaba presente, enraizada, llenando de vida el jardín en donde el Ser humano comenzaría a vivir. En algún momento surge una conexión especial entre un animal y una planta y esta conexión se convierte en algo mágico, una experiencia que conlleva un cambio, un intercambio de información. La planta se comunica, entrega un código, un mensaje... A través de su forma, su color, su sabor, tacto y olfato... Ella nos habla a través de todos los sentidos. A partir de este momento, la semilla de la curiosidad germina en la mente del Ser humano. Aparece el deseo de ampliar ese universo Mitológico y el de encontrar un lugar en donde poder conservar ese conocimiento, ese tesoro... Un espacio en donde poder escribir las sensaciones y dibujar a los Dioses y Diosas.

Ese lugar era la Imaginación... ella era su cuaderno de escritura, en donde guardaba todas sus recetas, sus historias... sus logros y sus fracasos.



Ver para Creer e Imaginar para Crear

El Ser humano comenzaba la aventura del conocimiento; atender, observar y experimentar eran su forma de entender y posteriormente comprender el universo que se presentaba delante de sus narices.

El jardín del **Edén** estaba presente en la Naturaleza, los Dioses y las Diosas llegan desde la imaginación de nuestros antepasados para representar a las múltiples manifestaciones de la propia naturaleza. Cada planta que aparece, es creada por un ser superior. Cada nuevo conocimiento se conservaba en una nueva historia o un nuevo Mito.

Dioses y Diosas que tenían en sus manos el poder de crear plantas, con la intención de transmitirle al Ser humano valores tales como el coraje... (Las lágrimas de **Helena de Troya** se convirtieron en la planta de **Tomillo** que daría valor a los soldados) Con estas historias, el Ser humano transmitía el conocimiento en donde incluían las “propiedades de la planta” y lo hacían con una característica emocional.

La Dama de Amboto (Para algunos **Pachamama**, **Hera** para los Griegos...) deja la **Albahaca** a una pareja de jóvenes (**Lon y Edurne**) que van a tener un hijo. La muchacha está enferma a causa de un frío invierno y la **Albahaca** le aporta lo que necesita **Edurne** para sanar.



Apolo corre tras Dafne y ella termina convertida en Laurel.

Las plantas también podían y pueden ayudarnos a contactar con la paciencia, la tranquilidad, la armonía, el amor, el miedo, la inspiración, el deseo (P. E La Ninfa **Mintha** o Menta despertó el deseo en **Hades** y con ello, los Celos de **Perséfone** y de la mismísima **Hera** y posteriormente la compasión y arrepentimiento de **Hades**). A veces estos Dioses y estas Diosas también llegaban a castigar, manipular... (P.E **Hades** dio a **Perséfone** semillas de granada para quedar vinculado a ella, sin ella ser consciente del momento en que ese contrato se realizaba de por vida, perdurando hoy en día y noche)



Adonis nace de un Árbol de Mirra y muere transformado en Flor.

Todo esto, se reflejaba y se refleja en los mitos, los cuentos, las leyendas que han transmitido todos nuestros antepasados de forma oral, generación tras generación. Desde el inicio, hasta hoy y el hecho de que perdure, depende de las tradiciones... Siempre se ha dicho que son la Raíz de la Cultura y eso es precisamente lo que nos conecta a la Naturaleza, a la memoria colectiva y al fluir de la Vida.

El Mito es una Inspiración Creativa

El Mito es Creado a través de la imaginación del Ser Humano, inducido por las emociones y sensaciones que le producía el contacto con la naturaleza.

Con los Aceites Esenciales, se puede encontrar un mayor contacto con el Mito, precisamente en su esencia.

La propuesta es: Encontrar la esencia del Mito utilizando la esencia de la planta.

ME REMITO A LA ESENCIA DEL MITO

Narrar Mitos con la ayuda de Los Aceites Esenciales, favorece y potencia el contacto con nuestro Inconsciente. En el caso de tener dificultades para identificarnos con la enseñanza del Mito escrito o descrito, los aceites esenciales nos permiten sentir la experiencia desde lo más profundo y dejar las palabras en un segundo plano. Lo más importante es sentir la conexión.

MITO-AromaTerapia. Taller de introducción.

En este taller donde podrás conectar con mitos y leyendas a través de los aceites esenciales.

Mitos que han llegado hasta nuestros días encerrando en la sabiduría ancestral, las propiedades medicinales que la planta ejercía sobre nuestros antepasados.

Ven a crear tu "PERFUMITO"
Un perfume natural, saludable y lleno de historia.



Una recopilación de más de 500 Mitos y Leyendas. De los cuales, más de 100 se pueden contar con la ayuda de Aceites Esenciales.

FACILITA:

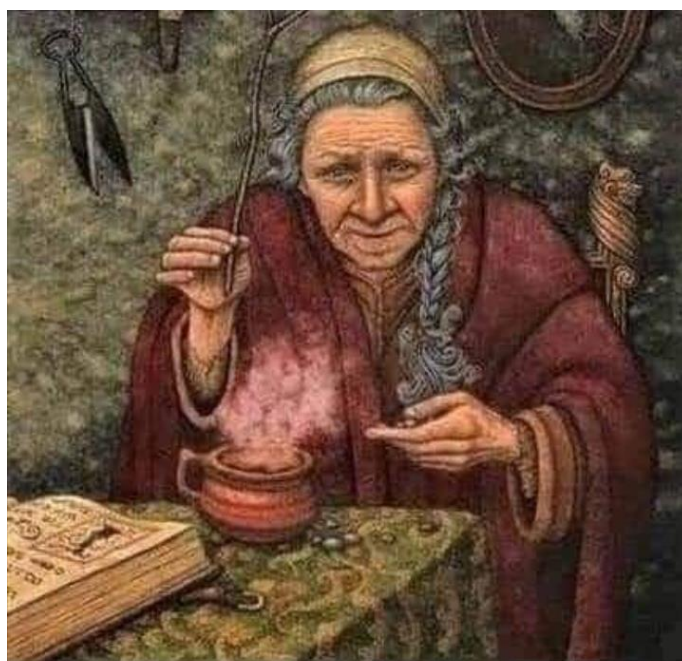


Jose Carlos Soto.

Desde hace 25 años, me dedico profesionalmente al Teatro para niñ@s y jóvenes. Experiencia que se suma al estudio de diferentes técnicas, proyectos educativos y pedagógicos que voy integrando en mi metodología de trabajo.

Director Artístico en más de 30 Espectáculos, incluyendo giras y premios Internacionales. Actualmente, esa experiencia se acumula, suma y transforma en **TEATRO REFORMA** una compañía de Juego Teatral, en donde se integran y fusionan los conceptos de juego, terapia y desde hace 5 años incluyendo la Aromaterapia como herramienta para la obtención de una expresión artística mucho más potente, efectiva y afectiva. Llegando a desarrollar y crear un original sistema que presento en este proyecto como AROMAMITOTERAPIA.

www.inspiracionescreativas.com



Me dijo la abuela: "Recuerda, niña, que las plantas llevan aquí desde que la Madre Tierra es Madre. Y nosotras somos sus hijas. Nosotras llegamos después... Ellas contienen la memoria sagrada de nuestras raíces."

MitoAromaterapia.



www.inspiracionescreativas.com

659.53.10.79