



Aromaterapia

Adílson Howthep





**Espaço
Howthep**

**Terapias
Integrativas**

- ★ Biorressonância | Diagnóstico Frequencial
- ★ Desintoxicação Iônica | Morfologia do Sangue
- ★ Alimentação Correta | Tipologia Sanguínea
- ★ Massagens: Bionenergética | Linfática | Frequencial
- ★ Biomagnetismo Médico | Estimulação Neural
- ★ Alinhamento dos Chakras com Cristais | Reiki
- ★ Hidrozonioterapia | Ozonioterapia | Cromopuntura
- ★ Florais Saint Germain | Inaloterapia | Cristaloterapia
- ★ Cromoterapia | Meditação | Radiestesia | Auriculoterapia
- ★ Óleos, Cremes, Géis, Shampoos... Ozonizados
- ★ Limpeza e Massagem Facial | LED | Argila | Ozônio
- ★ Microagulhamento | Bambuterapia | Ventosaterapia
- ★ Termoterapia | Shiatsu | Geoterapia | Oligoterapia
- ★ Cursos: Ozonioterapia | Reiki | Biomagnetismo Médico



Espaço Terapêutico Howthep

Rua Franca, 84 - Presidente Prudente - SP
Suh Kiyomi (18) 99714-6596 - Adilson Howthep 99701-9106
www.ozoniobiofont.com.br

Oração



Oração **Eu Sou Deus** em Ação
NÃO COMA E NEM BEBA, SEM ANTES ORAR
Discernindo o corpo do SENHOR

Eu abençoo este alimento em nome de **Yaohushua** Hamashiach para que o nome do pai **Yaohuh**, seja glorificado no nome do filho, e para que todos também tenham.

Assim sendo, a ti ofereço oh Deus, meu espírito, **Eu Sou**, tudo o que já é seu por direito a criação.

E agradecidos estamos!!!

Agradecidos estamos oh pai Cria**Dor** pela purificação destes alimentos, sob o que está incognoscível, também pela sua presença iônica cristalina, nesses alimentos, que aqui estão, os quais vão nutrir os nossos corpos através da sua ação hidroeletrolítica, que de graça, é dada a todos os seus filhos, porque tu és a vida inerente ao fogo que o amor consome e que sustenta essa casa, essa família.

Gratidão oh Deus, Gratidão!!!

Gratidão pelo amor, pela vida e por mais uma oportunidade que a nós, foi concedida para esta hora!

Agora nos alimentamos sob a observação do teu espírito!

Que assim seja,

Amém, amém, amém!

Adílson Howthep

— Porque o que come e bebe indignamente, come e bebe para sua própria condenação, não discernindo o corpo do SENHOR. 1 Coríntios 11:29.



www.grupoterceiraidade.com.br

Que a sua comida seja o seu REMÉDIO e o seu remédio seja a sua COMIDA! Hipócrates

“Sem a alimentação adequada a medicina é inútil; e com a alimentação adequada a medicina torna-se desnecessária”.

Antigo preceito da medicina Ayurvédica.



MARKCERTO
Editora Cultura Saber



® by Adílson Howthep – 2020

Espaço Terapêutico Adílson **Howthep**

Título: **Aromaterapia | Cura | Equilibra | yin yang**

Ano / Tiragem: 2020

Autor: **Adílson Howthep**

Editora: Markcerto Cultura Saber ®

Inspiração: Transformação Cristalina / Amor Universal

Mensagem: Saúde Quântica Freqüencial

Elemento: Energia / Cristal

Genômica: É além do Corpo Físico

Ficha Técnica

Capa / Arte Final: Billy Lucas Palácio

Edição: Adílson Howthep

Terapeuta Holístico

Registro: P3V-TH0709 - CRTP-1553/20

Editora: Markcerto Cultura Saber ®

Todos os direitos reservados

Nos termos da lei que resguarda os direitos autorais, é proibida a reprodução total ou parcial a partir desta obra, de qualquer forma ou meio eletrônico, mecânico, inclusive através de processos xerográficos, apostilas, fotocópias e de gravação sem a prévia autorização, por escrito, pelo autor ou pela Editora. De acordo com a Lei nº. 5.988, 14/12/1973.

www.ozoniobiofont.com.br

www.aguaph.com.br

www.markcerto.com.br

Editora: Markcerto Cultura Saber ®

Todos os direitos reservados

Revisão técnica

Impressão Markcerto Cultura Saber ®

POSTURAS DA LIBERDADE DESVIOS QUE INCOMODAM

PREFÁCIO

01 - O Amor e a Morte	07 - 07
02 - Introdução a Aromaterapia	08 - 10
03 - Conteúdo Programático	11 - 12
04 - Conceitos e Histórico da Aromaterapia	13 - 18
05 - Gattefossé e a Influência de Sua Pessoa	18 - 20
06 - Aromaterapia no Brasil	20 - 21
07 - Os Óleos Essenciais OS RAMOS DE ATUAÇÃO	21 - 30
08 - Óleos Naturais e Óleos Sintéticos	30 - 36
09 - Métodos de Obtenção	36 - 38
10 - Extração com Solventes	38 - 38
11 - Expressão a Frio	38 - 41
12 - Ação dos Óleos Essenciais	41 - 43
13 - Anatomia do Olfato	43 - 44
14 - Massagem Aromática	46 - 50
15 - Inalação Direta	51 - 51
16 - Banho Aromático	51 - 52
17 - Pedilúvio Aromático	52 - 54
18 - Compressas Aromáticas	54 - 55
19 - Ingestão Oral	55 - 56
20 - Irritação e Reações Alérgicas	56 - 57
21 - Envenenamentos	57 - 57
22 - Efeitos psicotrópicos	58 - 58
23 - Cuidados na Utilização de Óleos Essenciais	58 - 119
24 - As Tabelas	120 - 123
25 - Entrevista Inicial	124 - 125
26 - Sistema Esquelético-Muscular	126 - 129
27 - Glossário de Terminologia Aromática	129 - 136
28 - Cuidados na Aquisição de Óleos Essenciais	136 - 142
29 - Sugestões no Uso de Óleos Essenciais	142 - 147
30 - Primeiros Socorros	147 - 152
31 - Massagens e Outros Tratamentos	152 - 159
32 - Energia Frequência Vibração	160 - 166
33 - A Água e a Mente do Homem	167 - 167
34 - Eu Sou a Manifestação de Deus	168 - 169
35 - Os Benefícios da Massagem Tântrica	170 - 175





Amor & Morte

Propedêutica

— Aquele que pode curar enfermidades é médico. Nem os imperadores, nem os papas, nem os colégios ou as escolas superiores podem formar médicos. Podem conferir privilégios e fazer com que uma pessoa que não é médico se pareça como tal; podem lhe dar permissão para matar, mas não podem lhe dar o poder de curar; não podem torná-lo um verdadeiro médico se não foi ordenado por **YHWH Deus. Paracelso.**

O Bhagavad Gita (YHWH) nos disse há 3.000 AC.

— Conhecimento significa saber a distinção entre o espírito e a matéria. Na educação moderna não há conhecimento sobre o espírito; eles simplesmente cuidam dos elementos materiais e das necessidades corpóreas. Por isso, o conhecimento acadêmico não é completo. Página (414) do capítulo dez, sua divina graça. Já na página 701 diz que os diplomas da universidade não ajudam em nada para a evolução do espírito. **Shankara.**

— Médicos são homens que prescrevem remédios sobre os quais pouco sabem, para curar doenças que conhecem ainda menos em seres humanos de quem não sabem nada. **Dr. Voltaire.**

— E, como Janes e Jambres resistiram a Moisés, assim também estes resistem à verdade, sendo homens corruptos de entendimento e réprobos quanto à fé. "Porque virá o tempo em que não sofrerão a sã doutrina; mas tendo comichão nos ouvidos, **amontoarão para si doutores conforme as suas próprias concupiscências**; e desviarão os ouvidos da verdade, **voltando às fábulas**". II Timóteo 3:8, 4:3,4.

— Existem dois tipos de história mundial: uma é a "oficial, mentirosa", própria para as salas de aula; a outra é a história secreta, que esconde a verdadeira causa dos acontecimentos. Dr. Honore Balzac.

— O médico não é aquele que tem um diploma. Mas sim, aquele que resolve o problema do paciente. Dr. Lair Ribeiro.

— Médico, **cura-te a ti mesmo.** Lucas 4:23.



Aromaterapia

Adílson Howthep



O Ser Honesto | Consigo Mesmo Não Tem Motivos de Enganar os Outros

- Assim sendo, nunca se esqueça de que o objetivo é aprender alcançar o conteúdo, e não apenas terminar o curso sem a excelência do aprendizado. Terminar um curso, qualquer um o faz, mas aprender de verdade é somente para os determinados a se tornarem profissionais.
- Estude o conteúdo com vontade, com atenção e intenção de aprender, não se deixando levar apenas pelo desejo de obter apenas mais um certificado para acrescentá-lo em sua coleção.
- O homem se torna no que ele faz, o que ele diz pode ser diferente, mas suas atividades são fundamentais para que o entendamos em sua carreira profissional. No entanto o conteúdo de aprendizagem é parte do amadurecimento e crescimento de um homem que sabe estudar.
- Estude em silêncio, fale pouco e ouça mais de forma profunda. Pois, aquele que fala somente repete o que sabe, mas aquele que ouve, talvez possa aprender alguma coisa.
- O homem é aquilo que pensa, o homem fazendo com as mãos, o homem é aquilo que diz, o homem é o seu coração. Mas cuidado! Porque há aquele que faz e se torna no que faz e há aquele que diz, e o que ele diz é somente apenas o que ele diz: (sem honra).



Adilson Hawthep



- Estude em espírito, ande em verdade, pense como um terapeuta holístico, torne-se em seu próprio desejo, alcance a energia Shi do criador em seu coração, viva cada momento presente e diferencie-se tornando num “eterno aprendiz” do aluno, capacitado: (diferente do certificado).

- Viver no momento PRESENTE é estar consciente da realidade e dominar as duas ações da Mente: Passado | ação Morta | Futuro | ação Inexistente. É preciso que esteja no agora eterno: Você Vive no Hoje!

- Quando focamos a nossa atenção e energia no amanhã, nos desligamos do momento presente, entrando em estado de ansiedade e preocupação. Veja que uma criança nasce feliz porque nasce sem preocupações, enquanto o adulto perde a felicidade quando adquire as preocupações.

O TOLO se PREOCUPA, o INTELIGENTE se OCUPA e o SÁBIO SORRI.

- Diga em seu Coração: Só por Hoje

- Não sinto raiva | Não me preocupo | Eu Sou grato | Faço o meu trabalho honestamente | Sou bondoso e amoroso com todos os Seres Vivos. Aproveite o seu aprendizado com sabedoria!



Adilson Howthep



CONTEÚDO PROGRAMÁTICO DO CURSO

Introdução

Conceitos e Histórico da Aromaterapia

Os Óleos Essenciais

Óleos Naturais e Óleos Sintéticos

Métodos de Obtenção

Ação dos Óleos Essenciais

Aplicação Fitoterápica dos Óleos Essenciais

Precauções a Serem Tomadas

O Repertório Aromático

Receituário Aromático Tabela 01:

Plantas, Propriedades e Indicações Tabela 02:

Consulta Rápida na Entrevista Inicial

Entrevista Inicial E Indicação Terapêutica Tabela 03:

Indicações por Órgão do Corpo

Glossário de Terminologia Aromática

Estudo de Casos Cuidados na Aquisição de Óleos Essenciais

Relação entre os Aromas e os Chakras

Relação entre os Aromas e as Personalidades

Relação entre os Aromas e a Astrologia

Sugestões de Uso dos Óleos Essenciais

Primeiros Socorros

Adilson Howthep



Celulite
Massagens e Outros Tratamentos
Sinergias
Precauções
Bibliografia/Links Recomendados

Introdução

A Aromaterapia era praticamente desconhecida do mundo ocidental até a poucos anos atrás. Nos últimos anos, no entanto, a arte e a ciência dos aromas tem atraído a atenção de um público cada vez maior em todo o mundo.

A Aromaterapia baseia-se na utilização dos óleos essenciais extraídos de plantas e no toque saudável da massagem aromática, que são empregados, para a saúde e o bem-estar do homem, terapeuticamente e em perfumaria.

Os óleos essenciais têm ação sobre a mente, a alma e o corpo humano, e induzem ao desenvolvimento da capacidade olfativa, há tanto tempo obscurecida pela infinidade de cheiros sintéticos que inundam os ambientes modernos. Para os antigos alquimistas, os óleos essenciais das plantas sintetizavam a chamada quintessência.

No trabalho com a Aromaterapia é recomendável uma visão holística e menos reducionista quando da abordagem dos princípios que regem a ação dos óleos essenciais sobre a natureza humana, uma vez que esta arte, por si só, é um tratamento holístico, com profunda ação sobre o corpo, a mente e as emoções.

Este Curso pretende ser uma introdução ao estudo da arte do uso dos óleos essenciais, oferecendo o embasamento necessário para seguir adi-



Adilson Hawthep

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Adilson Hawthep', is written over a grid pattern.



ante, aqueles que, porventura, se encantarem com o maravilhoso mundo das relações entre as naturezas da planta e do homem.

Conceitos e Histórico da Aromaterapia

CONCEITUAÇÃO

Etimologicamente a palavra "aromaterapia" é composta de aroma, significando fragrância, e terapia, que quer dizer tratamento.

A Aromaterapia é o ramo da Fitoterapia que, através da aplicação de óleos essenciais extraídos das plantas, pretende promover a saúde e o bem-estar dos indivíduos. A ciência e a arte da Aromaterapia tem seus alicerces no princípio de que diferentes aromas acionam respostas específicas no cérebro, conduzindo a resultados próprios.

Os óleos essenciais são formas altamente concentradas de energia das plantas e, costuma-se dizer, constituem a sua alma, a sua força vital.

A Associação Americana de Aromaterapia refere-se aos óleos essenciais como "óleos voláteis, altamente concentrados, destilados de ervas aromáticas, flores e árvores, contendo propriedades semelhantes às dos hormônios e anti-sépticos naturais".

O sentido do olfato – seu mecanismo de conexão entre o ar exterior e o cérebro – é um poderoso disparador do sistema nervoso central. Como toda pessoa já experimentou um dia, alguns aromas têm a capacidade de



Adilson Howthep



evocar sentimentos como a saudade, sensações como a náusea, e reações fisiológicas como a “água na boca”. E, geralmente, é assim mesmo: um aroma quase sempre provoca um efeito imediato.

Embora os óleos essenciais tenham aquela aplicação através de aromas específicos, também apresentam diversas outras numerosas e importantíssimas propriedades farmacológicas que os caracterizam como antibióticos, anti-sépticos, antivirais etc.

De modo geral, os óleos essenciais penetram no corpo por inalação, através das vias respiratórias, ou então por absorção, diretamente pela pele, atingindo a corrente sanguínea.

Da mesma forma, muitos dos óleos essenciais, pelas suas propriedades antissépticas e antiinflamatórias, podem e devem ser empregados em casos de queimaduras, feridas, picadas de insetos etc.

Outros, por sua ação antimicótica, são utilizados em infecções provocadas por fungos como o “pé-de-atleta” e outras.

BREVE HISTÓRICO DA AROMATERAPIA

Conforme é praticada atualmente, a Aromaterapia ressurgiu na Europa somente a partir de 1964, com a publicação da obra *Aromatherapie*, do Dr. Jean Valnet, mostrando-se, a partir de então, bastante evoluída, principalmente na França e na Inglaterra, entre outros países, onde é exercida por médicos, enfermeiros, terapeutas e demais profissionais da Saúde.

Em países como o Brasil e os Estados Unidos, a retomada desta prática é muito recente, datando de poucos anos atrás. O termo óleo essencial



Adilson Hawthep



também é de criação muito recente.

No entanto, a ciência da utilização dos óleos essenciais vem de milhares de anos atrás, antes dos tempos do Egito Antigo. Na verdade, a Índia desde há 6.000 mil anos mantém a prática da Aromaterapia sem interrupção até os dias de hoje, e a China, onde deve ter surgido, há mais tempo ainda.

Muito da história do emprego dos aromas pelo homem antigo parece estar envolvido em mistérios.

Pesquisas antropológicas e paleontológicas, no entanto, identificam as primeiras práticas com a queima de gomas e resinas vegetais como incenso.

Acredita-se também que, eventualmente, plantas aromáticas foram misturadas a gorduras e óleos vegetais que eram passados sobre o corpo, fosse para cerimônias rituais ou pelo simples prazer de desfrutar dos respectivos aromas. Segundo Kathi Keville e Mindy Green, "entre os anos 7.000 e 4.000 a.C., gorduras e óleos de sândalo e de oliva devem ter sido combinados com plantas aromáticas, produzindo assim a primeira pomada neolítica".

Inúmeras pesquisas arqueológicas conduzidas na Índia, no Egito e no Afeganistão demonstraram a utilização de pomadas e incensos aromáticos desde períodos anteriores a 3.000 a.C.

Nas eras mais remotas da história da humanidade, fumigações aromáticas eram utilizadas em rituais diários e em cerimônias místicas para "expressar uma realidade difusa", nas palavras de Marcel Lavrabe. Os usos têm variado, mas os princípios têm permanecido os mesmos.



Adilson Hawthep

O Livro Chinês de Medicina Interna do Imperador Amarelo, escrito no ano de 2.697 a.C., explica diversas utilizações do uso aromático das plantas.

Chineses, hindus, egípcios, gregos, romanos, enfim, todos os povos antigos conheciam e utilizavam as fragrâncias naturais.

Com fins terapêuticos, no entanto, a Aromaterapia parece ter se originado no Egito Antigo, conduzida pelos sacerdotes que reconheciam a importância da saúde física e mental, além dos aspectos espirituais do homem. Já vem desde 3.000 a.C. a prática da importação de essências de outros países produtores, como os egípcios faziam, importando a mirra.

Os egípcios eram grandes apreciadores dos perfumes, tanto pela sua fragrância quanto pela sua capacidade de curar.

Da mesma forma, valorizavam a cosmética e, em especial, os tratamentos de pele, para os quais faziam uso de massagens com óleos essenciais.

A conhecida prática do embalsamamento era uma das principais aplicações das substâncias aromáticas, sobretudo pelo poder anti-séptico dos óleos essenciais.

A bíblia faz referência à utilização de óleos essenciais e de incensos em inúmeras passagens. O próprio Cristo recém-nascido recebeu, nas oferendas dos Reis Magos vindos do Oriente, mirra e incenso (olíbano). A partir do Egito, a prática da Aromaterapia disseminou-se para todo o mundo mediterrâneo.

Os antigos hebreus faziam uso do incenso nas consagrações de seus templos e altares. A iniciação de sacerdotes conforme dada por Moisés (Livro de Êxodos) prevê a utilização de um óleo sagrado, para uso ceri-



Adilson Howthep



monial exclusivo, cuja constituição era mirra, canela e cálamô, em óleo de oliva.

Entre os gregos antigos, uma única palavra – arômeta – significava a um só tempo incenso, perfume, medicina aromática e plantas aromáticas. No século VII a.C. Atenas era um centro mercantil onde centenas de perfumes eram comercializados. Algumas ervas, na forma de óleos e pomadas, eram comercializadas em finíssimos potes altamente elaborados e decorados à altura de seu valioso conteúdo.

Durante o século VII d.C., a obra O Livro da Destilação e da Química do Perfume, do árabe Yakub al-Kindi descreve inúmeros óleos essenciais, inclusive a cânfora, importada da China.

Nos anos 1.000, o célebre médico árabe Avicenna aprimorou os processos de destilação refinando o produto final. Os árabes também descobriram, à mesma época, como proceder à destilação do álcool, tornando possível à produção de perfumes sem o peso dos óleos essenciais. Um dos 100 livros escritos por Avicenna foi inteiramente dedicado às rosas.

Os perfumes essenciais foram levados do Oriente para a Europa pelos Cruzados medievais no século XII. Em fins deste mesmo século houve um incremento no cultivo, produção e consumo destes produtos na Europa, mas sem, no entanto, haver utilização terapêutica significativa, predominando a perfumaria.

O aperfeiçoamento dos processos da destilação deu-se com os trabalhos dos alquimistas, principalmente por aqueles da Alemanha do século XVI.

O uso dos óleos essenciais na perfumaria e na medicina começou a declinar no século XIX que, na verdade, marcou o declínio de toda a Fito-



Adilson Howthep