

Alessandro Gornati

Naturopata e consulente



L'odore della paura



© Photo Stock Studio

Quante volte si dice "questa persona non mi piace" o "quell'ufficio è soffocante", viviamo di stimoli sensoriali e, spesso, quando percepiamo qualcosa di negativo, istintivamente ci allontaniamo, poiché il nostro inconscio ci allarma segnalando un potenziale pericolo. Anche chi si sottopone a un trattamento trasferisce le sue emozioni e raccoglie quelle dell'ambiente, per questo l'uso di essenze "positive" può essere molto utile per ristabilire quell'armonia olfattiva che contribuisce a trasferire benessere.

Il nostro essere vive immerso in un "bagno" di stimoli sensoriali; immagini (reali e virtuali), suoni (rumori, musiche, brusii, ritmi), impulsi cinestesici riferiti alla tattilità (caldo, freddo, umido, ruvido, liscio...), sapori e odori. Considerando questi ultimi, occorre segnalare che la nostra coscienza è condizionata dagli odori che la circondano ma, allo stesso tempo, influenza l'ambiente in cui è inserita, producendo "odori". Questo scambio olfattivo tra noi e l'ambiente è perennemente attivo anche se sfugge alla nostra consapevolezza. Denise Chen, ricercatore della Rice University, ha dimostrato che un essere umano in preda alla paura emette sostanze chimiche odorose attraverso le quali comunica all'ambiente circostante la propria emozione; si tratta dell'odore della paura. L'inconscio dell'essere umano viene così influenzato dalle emozioni degli altri e in questo modo condizionato nel suo agire. Questa scoperta scientifica ci apre la mente alla conferma sulle teorie del condizionamento emozionale tra gli individui e sulla difficoltà, seppur irrazionale, di vivere in certi ambienti, come può essere quello lavorativo, familiare, scolastico e via dicendo.

Quella persona "a pelle" non mi piace! Questo ufficio è soffocante! La tua presenza mi mette ansia! Sono alcune delle frasi fatte che utilizziamo quando, pur non avendo ragionevoli elementi, ci accorgiamo di non sopportare una specifica situazione; non abbiamo elementi oggettivi che ci allontanano da un soggetto o da un ambiente ma allo stesso modo la nostra "pancia" (o il nostro naso?) dice che ci dobbiamo tenere alla

larga! Oggi sappiamo perché. Le molecole odorose che ci circondano e impregnano gli spazi, comunicano le emozioni di coloro che le hanno prodotte e, quando queste emozioni vengono percepite come "negative", il nostro inconscio ci allarma segnalando un potenziale pericolo.

Provate ad immaginare di lavorare a fianco di una persona ansiosa e spaventata o di effettuare trattamenti a clienti depresse e insicure. Gli odori della paura, della depressione, dell'ansia pervaderanno lo spazio che state occupando, stimolando in voi emozioni conseguenti. Quante volte parlando con delle estetiste mi è stata riportata la difficoltà e lo svuotamento emotivo nel trattare alcune tipologie di utenti, quasi fossero "dei vampiri di energia"!

Gli studi del Dott. Chen, dovranno essere completati ma già mi sento di fare una azzardata previsione e cioè: "se la paura produce un odore caratteristico, perché non dovrebbe essere lo stesso per tutte le altre emozioni?" Si potrebbe quindi ipotizzare che anche la rabbia, la tristezza, la gioia producano proprie molecole odorose e che le persone che provano emozioni "positive" siano potenzialmente "sanificatrici" di ambienti malati. Non solo le emozioni che ci piacciono meno emettono odori "cattivi", ma anche le emozioni gradevoli emettono profumi.

In questo contesto ci agganciamo alla potenzialità terapeutica delle essenze naturali che, alla stessa stregua delle emozioni positive, agiscono da condizionanti emozionali, riportando gioia, sicurezza, autostima e serenità sia negli individui che negli ambienti. Gli agrumi stimolano da solarità e

la comunicazione, il ginepro agisce sul coraggio, la lavanda rafforza l'autostima, la camomilla scioglie la rabbia, solo per fare alcuni esempi.

Come possiamo, a questo punto, utilizzare le notizie raccolte in questo articolo per migliorare il nostro ambiente di lavoro, il transfert emotivo del nostro istituto, per rendere più gradevole l'attività lavorativa e la permanenza dei clienti nel nostro centro estetico? Dobbiamo, prima di tutto, avere cura del ricircolo dell'aria dopo aver realizzato un trattamento e inoltre impiegare essenze naturali (oli essenziali) sia nella realizzazione dei trattamenti in cabina che nell'ancoraggio olfattivo effettuato prima dell'erogazione del servizio. L'istituto di bellezza deve essere avvolto dall'impiego di queste sostanze profumate, naturali, così che la cliente entrando possa affermare: "quando entro in questo istituto, mi sento già meglio!".

Le persone depresse hanno il bulbo olfattivo più piccolo del 15% rispetto alla normalità. Pensate come odori, profumi, emozioni e carne siano intimamente collegati. L'utilizzo sapiente delle giuste tonalità aromatiche, può invertire il ciclo emozionale psicosomatico e aprire ciò che si sta sempre di più chiudendo. Stimolare l'olfatto con essenze "positive" apre l'anima alla condivisione, migliora l'umore, chiarisce la mente dalle nebbie della paura e della depressione, riportando il bulbo olfattivo alla sua dimensione originaria.

L'aromaterapia, abbinata alla bio-psicosomatica, riattiva il processo di miglioramento estetico, riducendo gli inestetismi, espressione del disagio emotivo interiore. ♦