

EUCALIPTUS: SECA TUS PANTANOS FÍSICOS Y EMOCIONALES

EN 3 PASOS



MARIA TERESA ALTIMIR

En la naturaleza el eucalipto absorbe una gran cantidad de agua, pero su madera es extremadamente resistente: no se pudre ni se carcome con facilidad

Es utilizado para desecar pantanos y esta característica la vamos a aplicar para resecar también las vías respiratorias "húmedas".

Su resistencia a la carcoma y a pudrirse tiene su correspondiente aplicación en el refuerzo del sistema inmunitario

Podemos ser presa de la humedad cuando exponemos nuestro cuerpo a condiciones climatológicas adversas o cuando recibe un mantenimiento defectuoso. En estas circunstancias el equilibrio se rompe y aparecen síntomas de humedad. Con ellos un estancamiento de líquidos que proporciona un caldo de cultivo para microbios y hongos varios. Gripes, catarros, bronquitis, sinusitis, pero también eczemas y herpes, conforman un catálogo de recursos liberadores del cuerpo con el fin de recuperar el equilibrio perdido

En esta guía encontrareis como acabar en 3 pasos con las humedades pantanosas que nos inmovilizan y nos impiden respirar o lo que es lo mismo vivir. Estos 3 pasos son:

paso1: Mocos, toses y otros lodazales. Aquí encontrareis

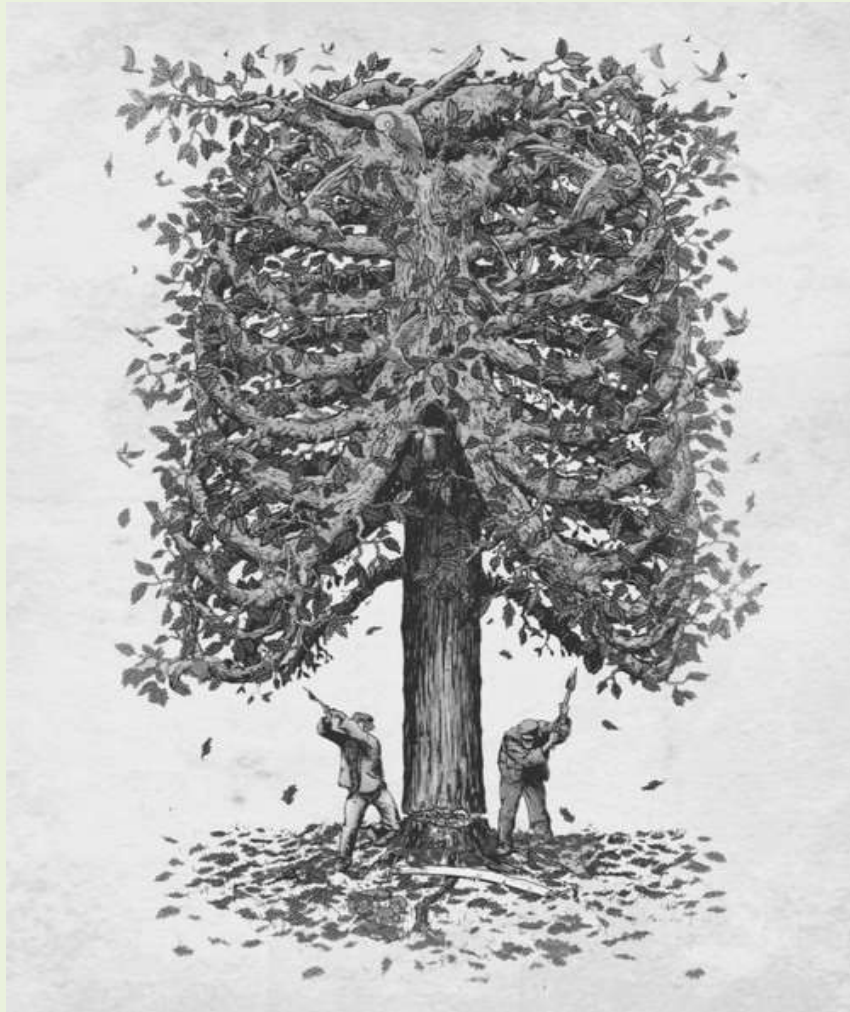
aplicaciones directas de los eucaliptos para superar las manifestaciones externas más engorrosas y evidentes

paso 2: Vida más allá del pantano. Envueltos de lodos y

barrizales, no podemos ver tierra firme por ningún lado, y puede que pensemos que no existe. Los Eucaliptos nos permiten despejar el horizonte y derrumbar las murallas que solo existen en nuestra imaginación.

paso3: El camino sumergido. Siempre hay un camino que

tomar, aunque esté cubierto de brumas y sombras. Los Eucaliptos aclaran la atmósfera y permiten que la claridad haga emerger el camino que no veíamos.



#PASO 1:

**MOCOS, TOSES Y
OTROS LODAZALES**

“No puedo respirar bien tengo mucosidades y tos”



El **Eucaliptus Globulus** es **EL** expectorante por definición de entre los Eucaliptus. Tiene la característica de abrir, de dejar entrar y salir.

Podemos usarlo de varias maneras:

-Inhalaciones en agua caliente de hojas secas o de aceite esencial de Eucaliptus Globulus. Esto despeja inmediatamente las vías respiratorias. No es conveniente hacerlo en niños por dos razones: por el método, ya que tienen cierta dificultad en soportar los vapores calientes, por el remedio en sí, ya que el Eucaliptus Globulus no es bien tolerado en edades tempranas. Hay en el mercado inhaladores pequeñitos que se adaptan a la forma de la nariz facilitándonos la tarea frente al método tradicional de la abuela con la toalla cubriendo la cabeza.

-Difusión del aceite esencial de Eucaliptus Globulus, con sprays, ambientadores, o difusores. Este aceite debe estar diluido en agua o en alcohol. Debéis seguir las instrucciones de uso si usáis un difusor eléctrico para saber las cantidades ya que cada fabricante tiene su sistema. Si usáis sprays caseros, debéis diluir en alcohol para ambientadores una mínima cantidad, el 2% bastará. Si tenéis bebés en casa mejor inclinarnos por el Eucaliptus Radiata, y evidentemente no echareis el spray por encima del bebé. No optéis por la

difusión del aceite esencial si el bebe todavía no ha alcanzado los tres meses de vida.

-Masajear la palma de las manos, la planta de los pies y el timo con una mezcla de aceite esencial de Eucaliptus Globulus y Eucaliptus Radiata, diluidos en aceite vegetal entre un 25% a 50%. Muchas personas pueden aplicárselo sin diluir, pero otras muchas no lo aguantan, por eso recomendamos un protocolo de dilución. Este es mi remedio preferido por su alta eficacia y sencillez de uso. Solamente con aplicarlo en el momento de acostarse es suficiente para comprobar los resultados. Cuanto menos diluido podáis aplicarlo más fulminante será su actuación. Para los bebes a partir de 3 meses también podéis aplicarlo, pero sin incluir el Eucaliptus Globulus. Los niños soportaran bien el Eucaliptus Globulus en la planta de los pies, pero no se lo apliquéis en el timo. Obviar la palma de las manos en niños y bebes por que es prácticamente imposible que no terminen ingiriendo parte del remedio sin darse cuenta o introduciéndoselo en el ojo (y esto NO puede pasar)

-cura de hidrolato de Eucaliptus Globulus, de 20 días: 1 cucharada en 1l de agua a beber durante 1 día. Esta cura debe realizarse cada día durante 20 días seguidos. Activa y

refuerza la capacidad para asimilar oxígeno en pulmones, bronquios y sangre. No es aconsejable esta cura para los niños ni bebes. Este es un remedio muy sencillo de usar pero solo sirve para congestiones de larga duración, o en casos de deficiencia respiratoria. Os sorprendería la cantidad de personas que respiran por debajo de sus capacidades infrautilizando los pulmones.

-tisana de hojas secas: 1 o 2 hojas 2 tazas al día. No más, puede ser neurotóxico. Esta opción está totalmente descartada en el caso de bebes y niños. Es un tipo de tisana a tomar con mucha precaución y por ello no es la mejor opción. Si estás embarazada no optes por esta opción.

“Me salen cosas en la piel”



Cuando nuestra piel no respira se convierte en una pared.

Sarpullidos, acné, eczemas, psoriasis, orzuelos,... cualquier manifestación de la piel relacionada con la expulsión de toxinas. La piel considerada también un órgano de respiración puede congestionarse al igual que la nariz. El Eucaliptus libera las vías respiratorias también de la piel, y

permite la salida al exterior de elementos tóxicos para el cuerpo.

También aquí utilizaremos el **Eucaliptus Globulus**. Podemos utilizarlo de las siguientes maneras:

-**Cremas** a base de aceite esencial de Eucaliptus Globulus o hidrolato de Eucaliptus Globulus. Podéis fabricaros cremas caseras y añadirle este aceite esencial como elemento terapéutico. Si realizáis cremas al agua, entonces sustituir el agua por hidrolato. No uséis esta crema en niños ni bebés. También podéis añadir el aceite en las cremas bases que venden para personalizar uno mismo con aceites esenciales.

-**cura de hidrolato** de Eucaliptus Globulus, de 20 días: 1 cucharada en 1l de agua a beber durante 1 día. Esta cura debe realizarse cada día durante 20 días seguidos. Activa y refuerza la capacidad para asimilar oxígeno, con lo cual el cuerpo es capaz de quemar toxinas con mayor eficacia, liberando a la piel del exceso de carga.

-**Compresas de hidrolato** de Eucaliptus Globulus. Este remedio es útil para orzuelos. Debe aplicarse 2 o 3 veces al día hasta que desaparezca.

#PASO 2:

**VIDA MAS ALLÁ DEL
PANTANO**

“Percibo mi situación como estructural”



A menudo en situaciones catarrales, las articulaciones o los músculos duelen, se agarrotan, se inflaman, o sea que de alguna manera inmovilizan al cuerpo para moverse. Esta situación mejora con el aceite esencial de **Eucaliptus Citriadora**. Este Eucaliptus huele a citronella y por eso también es repelente de mosquitos. Puede usarse de las siguientes maneras:

-Masaje con aceite esencial de Eucaliptus Citriadora directamente sobre el músculo o articulación dolorido o bien en dilución con un aceite vegetal. No aplicarlo a niños ni a bebés. Este masaje también podéis hacerlo cuando debáis trabajar algún músculo ya sea con fisioterapia ya sea con ejercicio, notareis al músculo mucho más relajado y flexible.

-Difusión del aceite esencial de Eucaliptus Citriadora, con sprays, ambientadores, o difusores. Este aceite debe estar diluido en agua o en alcohol. Debéis seguir las instrucciones de uso si usáis un difusor eléctrico para saber las cantidades ya que cada fabricante tiene su sistema. Si usáis sprays caseros, debéis diluir en alcohol para ambientadores una mínima cantidad, el 2% bastará. Este método es mucho menos efectivo que el masaje, pero a nivel inconsciente actúa relajando el plexo solar, a reaccionar con racionalidad y a relativizar.

“Mis miedos me recluyen dentro de mi frontera”



Los Eucaliptus ayudan a abrir fronteras, y con ello a la expansión. Otra forma de vivir en el pantano muy habitual es la opresión psíquica, cuando nuestra mente permanece cerrada y nuestras emociones no reciben el aire fresco. En estas ocasiones el horizonte se hace muy cercano e infranqueable, como una muralla. Para estos casos de nuevo el **Eucaliptus Globulus** resuelve situaciones de oclusión. Las maneras de aplicarlo pueden ser:

-La difusión del aceite esencial de Eucaliptus Globulus o bien la olfacción directa, ayuda a eliminar el bloqueo mental a recibir los dones de la vida por causa del miedo. Refuerza el vínculo entre el cuarto y el sexto chacra.

-Cura de hidrolato de Eucaliptus Globulus de 40 días: 1 cucharada en 1l de agua a beber durante día. Esta cura debe realizarse cada día durante 40 días seguidos. Mejora la intuición y la verdad propia además de mejorar la capacidad de escuchar a los otros. Abre tanto al mundo exterior como al interior.

#PASO 3:

EL CAMINO SUMERGIDO

“mi niebla me incapacita para ver la dirección a tomar”



Para los casos donde sea necesario aplicar claridad y dirección el Eucaliptus Radiata será el indicado. El **Eucaliptus radiata** es un potente reforzante del sistema inmunitario. Aclara las nieblas e irradia luz para ver el camino. Podemos usarlo de varias maneras:

-**Masaje** con aceite esencial de Eucaliptus Radiata en el tórax y la espalda. Puede hacerse aplicando 4 o 6 gotas directamente sin diluir y sirve como preventivo en caso de epidemias. Muestra una tolerancia cutánea y una inocuidad excepcional: diluido al 50% en un aceite vegetal puede aplicarse en un bebé de 3 meses para cortar una infección vírica. Pero en ningún caso deber darse a niños epilépticos

-**La difusión u olfacción directa** del aceite esencial de Eucaliptus Radiata, una vez más actúa sobre la capacidad de absorber oxígeno, esta vez nutre de oxígeno los procesos mentales, integrándolos en nosotros, y permitiéndonos percibir una claridad de dirección que borra toda confusión previa.

Para aquellas personas que llegadas a un cruce de caminos de repente se sientan perdidas, el **Eucaliptus caesia** bajo la forma de esencia floral, ayuda a encontrar su nueva dirección en la vida sobretodo en etapas maduras. Estimula el guía interior

“No tengo fuerzas para ir a ninguna parte”



El Eucaliptus es un árbol de crecimiento extremadamente rápido, y esta cualidad es la que aporta el estímulo y las ganas para progresar, para moverse y avanzar. Varios Eucaliptus ayudan a ello.

El **Eucaliptus Radiata**, bajo la forma de aceite esencial estimula la capacidad de planificación. Mediante difusión u olfacción directa, ayuda a emprender acciones cuando falta coraje, anima a realizar proyectos, activa a personas desanimadas que se sienten débiles.

El **Eucaliptus Macrocarpa**, bajo la forma de esencia floral, proporciona una inyección de capacidad física activando las suprarrenales.

Los Eucaliptus nos enseñan que las zonas pantanosas son un burbujeo de vida apretujada. Vida que explota al salir con la fuerza arrebatadora de estos grandes árboles que tanto regalan al mundo con su presencia.

Bibliografía:

Bosson, Lydia.- “La hidrolaterapia”, 2011, Amyris Ediciones, Pontevedra

Bosson, lidia.- “Aromaterapia energetica”, 2012 Amyris Ediciones, Pontevedra

[Font Quer, Pio. -"Plantas medicinales. El dioscórides renovado", 2013, ed.peninsula, Barcelona](#)

Franchomme, Pierre; Jollois, Roger; Pénéol, Daniel – “[L'aromatherapie exactement](#)”, 2001, Ed.Roger Jollois

White, Ian .-“Esencias florales de Bush”, 2011 2ªed, ed.Nestinar, Barcelona

White, Ian.-“Sanación por las esencias florales de Bush”, 2008, ed.Nestinar, Barcelona

Zeck, Robbi.- “Aromaterapia para la curación”, 2007, ed.Paidotribo, Badalona