

INICIACIÓN A LA AROMATERAPIA: **INCIENSO**

○ **Falta de fuerza** y fortaleza.

○ **Pies en el suelo.**

○ **Ansiedad** o ataques de pánico.

○ **Tristeza** o pena.

○ **Agotamiento** emocional.

○ **Inseguridad.**

○ **Conexión espiritual.**

○ **Relajación**, concentración.

○ **Protección** y limpieza.



¿CÓMO USARLO?

1. Pon unas gotas **en tu difusor para meditar** o para tu día a día.
2. **Diluye unas gotas con un aceite portador** y aplícalo en tu **plexo solar para estados de ansiedad.**
3. Realiza **inhalizaciones profundas** poniendo **consciencia en el estado emocional** que quieres transformar.