

# Herboplanet®

## QSA LAVANDA

**SINTESI PSICHICA:** Migliora le capacità percettive. E' il riequilibratore di tutti i centri energetici, calmante e tonificante, collega ogni emozione con il lato più sublime. Dona l'umiltà di comprendere la sacralità del vivere quotidiano. La **LAVANDA aiuta a ritrovare il giusto equilibrio tra gli estremi**. Consigliata ai terapeuti che si sentono appesantiti durante una giornata a contatto con le vicissitudini altrui. Aiuta a rafforzare, sotto l'influsso della luna, l'ego della donna, stabilizzandone l'emotività eccessiva. Utile nella mancanza di serenità. **Dà equilibrio a tutti i chakra**. Aiuta a raggiungere gli stadi più profondi della meditazione. Aiuta a chi ha difficoltà a integrare i processi spirituali alla realtà quotidiana. **Grande armonizzante, utile quando si è oppressi da troppi stimoli**. **QSA LAVANDA** aiuta quelle persone che assorbono in maniera eccessiva gli influssi spirituali, esse tendono ad essere molto consapevoli e mentalmente attive, con una forte attrazione per le pratiche spirituali e le varie forme di meditazione. La **LAVANDA opera per sedare e calmare; ad un livello più profondo, insegna come moderare e regolare l'energia psico-spirituale**.

**QUALITÀ:** Yin e Yang.

**SEGNATURE:** Luna – Toro, Acquario.

**NOTE:** L'olio essenziale di **LAVANDA** (*Lavandula officinalis Chaix*) si ricava tramite la distillazione in corrente di vapore delle parti aeree della pianta. La lavanda officinale è chiamata anche *spico* o *lavanda a foglie strette* (foglie strette per distinguerla dalla latifolia che ha le foglie più larghe), è una pianta suffruticosa sempreverde della famiglia delle Lamiaceae. Il nome comune "lavanda" così come quello botanico "*Lavandula*" gli è stato dato facendo riferimento al gerundio latino "*lavare*" (che deve essere lavato) in quanto nei tempi passati la pianta era usata per pulire il corpo. Negli ambienti, il profumo di lavanda è sempre discreto e delicato. I fiori sono commestibili e vengono utilizzati per preparare dolci, biscotti o in risotti e gnocchi. I principi attivi che la pianta contiene sono: principalmente olio essenziale (costituito da *linalolo*, *acetato di linalile*, *limonene*, *cineolo*, *canfora*, *alfa-terpineolo*, *beta-ocimene*, ecc.), tannini, acido ursolico, flavonoidi. **L'olio essenziale di Lavanda contribuisce al rilassamento e al sonno in caso di stress e al normale tono dell'umore**. Contribuisce anche alla funzione digestiva e alla regolare motilità gastrointestinale ed eliminazione dei gas.

## BIBLIOGRAFIA:

- Ernesto Riva - "L'universo delle PIANTE MEDICINALI trattato storico, botanico e farmacologico di 400 piante di tutto il mondo" - Ghedina & Tassotti editori s.r.l. - Bassano del Grappa (VI), Maggio 1995.
- Tina Cecchini - *Enciclopedia delle erbe medicinali*, ..... - DE VECCHI EDITORE
- Padre Gianfranco Lazzari - *L'Erbario del Frate* - EDIZIONI S. MARCO LITOTIPO
- Alberto Fidi - *Erbe e Piante medicinali* - FRATELLI MELITA EDITORI
- AA.VV. - *Enciclopedia chimica* - USES ed., Firenze
- Benigni R., Capra C., Cattorini P.E. - *Piante medicinali: chimica, farmacologia e terapia* - Inverni della beffa ed, Milano.
- Duraffourd C., D'Ervicourt L., Lapraz J.C. - *Cahieres de Phytotérapie clinique* - Masson ed., Paris 1983
- Maugini E. - *Botanica farmaceutica* - CLUSF ed., Firenze 1976
- Pomini L. - *Erboristeria italiana* - Vitalità ed
- Valnet J., Duraffourd C., Lapraz J.C. - *Phytotérapie et aromatherapie* - Presse de la Renaissance, Paris 1978

- Massari E. – *Erbe in Cina* – Milano 1981
- Penso G. – *Piante medicinali nella terapia medica* – Org. Med. Farm. Ed., Milano
- Enrica Campanili – *Dizionario di fitoterapia e piante medicinali* – Tecniche Nuove - MI
- Larousse - "*Encyclopédie des PLANTES MÉDICINALES identification, préparations, soins*" - Larousse-Bordas – 1997
- Tom Wilsons - "*Guarire con le erbe, i consigli, le malattie, le ricette, le dosi nella più ricca raccolta di erboristeria*" - Fratelli Melita Editori
- Dr. G. Fort - "*Guide de traitement par les plantes médicinales et phytocosmétologie, soins de beauté*" - Editions Heures de France - Paris, 1976

**Avvertenze:** Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni. Non superare la dose giornaliera consigliata. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano. L'uso del prodotto è sconsigliato in caso di allergia presunta o accertata verso uno dei suoi componenti. Conservare in un luogo fresco e asciutto, al riparo dalla luce. La data di scadenza si riferisce al prodotto in confezione integra e correttamente conservato.

Le informazioni contenute all'interno di questo file non possono e non intendono porsi in alternativa alla diagnosi e/o alla terapia che sono e rimangono di stretta competenza medica. Il fine della presente applicazione è, infatti, quello di fornire una fonte di consultazione di alcuni integratori alimentari regolarmente notificati presso il Ministero della Salute, senza volontà alcuna di sostituirsi al medico che rimane il referente fondamentale a cui rivolgersi per affrontare i problemi riguardanti la salute personale.