

甚麼是芳香療法？

植物透過光合作用，含有葉綠素結合太陽能，從空氣中吸取礦鹽、微量元素、二氧化碳、水蒸氣，製造出芳香有機分子，也釋放出人類以生存的氧氣。因此，芳香植物可以說宇宙與人類間的一座珍貴橋樑。

芳香植物可從不同部位散發出芳香分子：根部、樹幹、樹皮、樹脂、葉片、花朵、果實及種子；而芳香分子對人體的效用已使得芳香植物在人類的生活中，無論是心靈、生理、社會、文化生活面，都扮演著一個無可取代、宇宙性的角色。這些芳香分子主要聚集在芳香植物的孢子囊、分泌管或分泌腺內。

由於受到芳香分子香味的吸引，早期的人類已經開始使用其周遭的某些芳香植物。逐漸地，人類學會提煉芳香分子應用在不同的領域上，例如：調製食品、沐浴、宗教心靈、健康、、、、等

每一種植物科屬、種或亞種都會造就出複雜的芳香分子組合，人類經常使用到的芳香分子只不過是眾多芳香植物中微不足道的一部份。傘型科及唇型科植物的芳香分子味道較清而暖(如茴香、薰衣草、薄荷、百里香、鼠尾草等)、茜草科植物味道較重而沉。而因溫度不同，芳香分子的味道也會有所改變；天氣較熱時，某些芳香植物會釋放出較烈而強的味道；而在較冷時，則釋放出較辛辣、柔溼的味道。

由於芳香植物產生芳香分子的天然製造過程如此的複雜而精密，因此化學工業很難成功地模仿出完全一樣的芳香分子。精油是複雜的分子組合，而其中的最重要或最主要具療效的芳香分子在每一種芳香植物中不一定是含量最多的分子；如此多樣的植物分子組合，唯有大自然造物的奧妙與超凡能力，才得以達成。

芳香療法的不同之處在於，當要對體內的問題進行治療時，可以選用內服或外用的方式來進行，就如蓋特佛賽(他是現代芳療的先驅)所言：「雖然芳香精油塗抹在身體表皮上，但是由於它們具有超強的滲透力，可以直接滲透相關區域，而直接對鄰近的器官產生作用」。我們的頭腦，也就是神經系統，是由胚胎的外胚層所發展出來的，同時，皮膚也是由這裡所發展出來的，因此，若是將芳香精油直接塗抹在皮膚上，芳香精油應該可以作用於皮膚所包覆的器官上。這種情形可以從希爾頓的定律推論得之，希爾頓定律是指連結關節的神經也會影響附著在關節處的肌肉，以及覆蓋於外的皮膚。