



INCIENSO

BENEFICIOS

- Puede contribuir al aspecto saludable de la piel
- Ayuda a reducir la apariencia de una piel de tono poco uniforme
- Tiene una fragancia amaderada y dulce similar a la miel
- Tiene un aroma estimulante

RESUMEN

El aceite esencial de Incienso es considerado un aceite sagrado en el Medio Oriente, donde ha sido usado en ceremonias religiosas durante miles de años, además de ser uno de los regalos dados a Cristo en su nacimiento. El Incienso se menciona en el Papiro Ebers, un antiguo pergamino egipcio aproximadamente del 1500 a.C., el cual documenta su uso.

Young Living destila el aceite de Incienso de la resina del árbol *Boswellia carterii* encontrado en el norte de África, cerca de la Península Arábiga. El incienso es un ingrediente clave en muchos productos, incluyendo *Boswellia Wrinkle Cream*, *Brain Power™*, *Awaken™*, *Highest Potential™*, y *Forgiveness™*.

El aceite esencial de Incienso tiene una gran variedad de usos, desde mejorar las prácticas espirituales y de meditación, hasta el uso en rutinas de belleza. El incienso tiene un aroma terroso y estimulante que es perfecto para la conexión espiritual y la conexión con la tierra. Crea un ambiente seguro y reconfortante aplicando al difusor el poderoso aroma de este aceite, especialmente cuando estás en búsqueda de un propósito o cuando estás dedicado a la oración o a la meditación.

USOS & RECETAS

para el día a día



Agrega aceite esencial de Incienso a tu humectante para realzar tu belleza natural y para promover la apariencia de una piel de aspecto saludable y emparejar el tono de la piel



Añade algunas gotas al Complejo de Aceite Vegetal V-6™ y utilízalo en un masaje después de la actividad



Aplicalo al difusor para realzar tu espacio sagrado con el aroma terreo y de conexión con la tierra que te ayudará a mantener tu sentido de vinculación



Aplicalo en tus muñecas y pecho antes de tu práctica de meditación o yoga o para cualquier otra experiencia de relajación.



Acurrúcate junto a la chimenea con ropa cómoda y aplica Incienso en tu difusor. Su aroma nostálgico, agradable y amaderado es perfecto para una tarde relajante y nevada

DILUCIÓN DE LOS ACEITES ESENCIALES PARA NIÑOS Y BEBÉS

No hay reglas absolutas para la dilución, pero estas proporciones son un buen lugar para comenzar. Usa un aceite portador hidratante como el Complejo de Aceite Vegetal V-6™ para nutrir la delicada piel de los bebés y minimizar la irritación.

A continuación encontrarás las recomendaciones de dilución:



MANTEQUILLA CORPORAL

Batida

- 1 taza de aceite de coco orgánico
- 1 taza de manteca de cacao orgánica solidificada
- 10 gotas de Incienso
- 5 gotas de Peace & Calming
- 5 gotas de Lavanda

Calienta una sartén mediana a fuego medio, enseguida agrega el aceite de coco y la manteca de cacao. Derrite hasta que estén completamente líquidas, aproximadamente 4-5 minutos.

Vierte en un recipiente de vidrio para mezclar y refrigéralo por 30-45 minutos y para que se comience a solidificarse sin endurecerse totalmente.

Revuelve los aceites esenciales.

Usando una batidora de mano eléctrica, bate hasta que se formen picos firmes, aproximadamente por 10 minutos.

Delicadamente transfiere la mezcla a un frasco o contenedor hermético. Almacena a temperatura ambiente para evitar que se derrita o que se solidifique.

¡Úsalo para dar un masaje en la piel seca!

Navidad Clásica

MEZCLAS PARA DIFUSOR



Incienso



Naranja



Thieves

EXFOLIANTE DE BAÑO

con Avena

- 1 taza de sal de Epsom
- ½ taza de bicarbonato de sodio
- 1 taza de avena instantánea
- Mezcla 1 o Mezcla 2

MEZCLA 1

- 5 gotas de Incienso
- 10 gotas de Árbol de Té
- 15 gotas de Lavanda

MEZCLA 2

- 3 gotas de Incienso
- 3 gotas de Purification
- 15 gotas de R.C.

Muele la avena en un procesador de alimentos o en un molino de café hasta lograr una textura fina similar a la harina.

Mezcla todos los ingredientes en un recipiente hasta que los aceites hayan sido distribuidos uniformemente.

Almacena en un frasco de vidrio y usa aproximadamente una taza de esta mezcla por cada bañera.

BAÑO Desintoxicante

- 1 taza de sal de Epsom
- Mezcla 1 o Mezcla 2

MEZCLA 1

- 3 gotas de Incienso
- 3 gotas de Thieves
- 2 gotas de Lavanda

MEZCLA 2

- 3 gotas de Incienso
- 3 gotas de Purification
- 3 gotas de R.C.

Agrega todos los ingredientes directamente en una bañera caliente y sumérgete por 20-30 minutos. (Quizás sea buena idea que pongas el temporizador, ¡solo en caso de que te quedes dormido!)



Mascarilla

FACIAL REFRESCANTE

- 2 cucharadas de Complejo de Aceite Vegetal V-6™ o Aceite de Coco
- ½ taza de bicarbonato de sodio
- 5 gotas de Aceite Esencial de Incienso
- 3-5 gotas de aceites esenciales de Árbol de Té, Lavanda o Joy

Combina perfectamente todos los ingredientes y almacénalos en un contenedor hermético de vidrio. Para usar la mezcla como mascarilla, aplica una capa delgada y uniforme por todo el rostro (evitando los ojos). Déjala reposar por 5-10 minutos y enjuaga con agua tibia. También puedes usarla como un exfoliante 1-2 veces al día masajeando una cantidad pequeña sobre la piel y enjuagando con agua tibia, enseguida aplica tu humectante favorito o rocía agua mineral.

MEZCLA PARA DIFUSOR

de la Costa Este



Naranja



Incienso



Valor

YOUNG  LIVING
ESSENTIAL OILS