

アロマセラピーの歴史

手短かに言うと、アロマセラピーとはエッセンシャルオイルを含む揮発性の植物油で、心理的及び肉体的健康のために利用することである。しかしアロマセラピーという言葉は 20世紀になってから使われるようになった。その基礎は何千年も前にさかのぼる。エッセンシャルオイルの利用は約1千年前からあった。

恐らく中国は芳香性のある植物を最初に健康のために利用した文化圏の1つだろう。実際には、香を焚いて、精神的調和とバランスに利用した。後になって、エジプト人が原始的な蒸留器を創り出した。それを使って、不純物の多いヒマヤラスギのオイルを得ることができた。ペルシャやインドでも原始的な蒸留器が作られたはずだ。しかし実際にはよく知られていない。

エッセンシャルオイルの蒸留に関する大きな出来事は、11世紀の渦巻状冷却パイプの 発明であった。それはペルシャ生まれのアビセナが気化した植物と蒸気を従来のパイプ より効果的に冷却できたことであった。アビセナの貢献によって、人々はエッセンシャルオイルの利点に目を向けるようになった。12世紀に、ヒルデガルドというドイツの女子修道院長がラベンダーを栽培し、薬効として蒸留した。13世紀に、製薬産業が始まった。それがエッセンシャルオイルの蒸留に大きな刺激を与えた。

14世紀に、黒死病がはやり、何百万という人が犠牲になった。この恐ろしい人殺しと戦うために、ハーブの製造が大幅に増えた。香水メーカーは絶えず天然の香料に接していたためにこの疫病を脱がれることができたと言われている。

15世紀になると、エッセンシャルオイルを得るために、frankincense（東アフリカに生ずる樹木で、燃やした時甘い香りを出す濃いねばねばした液体）を含むjuniper（ネズ、常緑樹、実の油をジンの香料は薬などに用いる）、バラ、薬用サルビア、ローズマリーを含む多くの植物が蒸留された。15世紀の後半になると、ハーブはその薬効に関する本が出版された。錬金術師で医師でもあった、過激な思想のパラセルカスがessence（エキス）という言葉を作り出したと言われている。又彼の研究は、錬金術の本質を根本的に変え、植物と医学に重点を置くようになった。

16世紀には誰でもエッセンシャルオイルをapothecary（過去において薬を作って売ったことのある人）から買うことができるようになり、より多くのエッセンシャルオイルが売り出された。16世紀と17世紀には、香水は一種の芸術だと考えられようになった。そしてさらにそれ自身の分野で純化された。

19世紀になっても香水製造業は繁栄し続けた。女性は宝石商に自分宝ものである香水をいれるための特別のビンを作らせた。19世紀はまたエッセンシャルオイルが分離された科学的に重要な世紀であった。

20世紀には、エッセンシャルオイルの成分を分離する知識を利用して、化学物質や薬品を作り出した。主要な成分を分離し、その成分だけを或いは、合成したものが経済的にも治療にも有益だと既に信じられていた。これらの発見は“現代医学”と合成香料への道へ進むのに役だった。このことはエッセンシャルオイルの薬用として又は香料としての利用が減少した。20世紀の前半に、レネモウリス ガッテホッセと言う名のフランスの化学者はエッセンシャルオイルの医薬品としての利用に興味を持った。それ以前にエッセンシャルオイルの香料としての利用に重点をおいた、しかし、或る事故のあと、薬品としての利用への興味はさらに、ラベンダーのエッセンシャルオイルの利用に発展した。

ガッテホッセは1928年にエッセンシャルオイルをその成分に分解しないで、そのままの使用を支持した論文の中で、明らかにアロマセラピーという言葉を作った人である。1937年、ガッテホッセは”Aromatherapie; Lss Huils esseniels hormons vetales”と言うタイトルの本を書いた。それは後にガッテホッセのアロマセラピーと言うタイトルで英語に訳された。それは現在でも印刷され、広く読まれている。

その他に高く尊敬されている20世紀のアロマセラピスト（芳香療法士）はジーンバルネット、マダムマルゲリットモーリー、それにロバートB. チッセランドである。ジーンバルネットはエッセンシャルオイルを戦争中の傷病兵の治療に使ったこと、そして最初フランス語でアロマセラピー、後にアロマセラピーの実際と翻訳された本で有名である。オーストリア人のマルゲリット モーリーは生化学者で、食欲に研究し実行し、主に美容の効果について教えたことで有名である。ロバートB. チッセランドは英国のアロマセラピストでアロマセラピーの知識と教育を個人で初めて英語圏に紹介した。彼は何冊かの本や論文を書いた。その中に、高く評価された1977年アロマセラピーの芸術を出版した。それは英語で出版された最初のアロマセラピーの本である。

20世紀後半から21世紀にかけて、エッセンシャルオイルを含むより多くの天然の産物を、もっと治療に美容に利用しようという考えが復活した。決しエッセンシャルオイルの利用が止まったわけではなかったが、科学の革命は人々の生活のなかでのエッセンシャルオイルの人気は落ちていった。合成製品の使用に関する現在の意識の高まりはアロマセラピーに関する書物やインターネットの情報とあいまって、治療、美容、香料、心理的利用が盛んになった。

History of Aromatherapy

In belief, Aromatherapy is the use of volatile plant oils, including essential oils, for psychological and physical well-being. Although the term aromatherapy was not used until the 20th Century, the foundations of aromatherapy date back thousands of years. The use of essential oils in particular date back nearly one thousand years.

The Chinese may have been one of the first cultures to use aromatic plants for well-being. Their practices involved burning incense to help create harmony and balance.

Later, the Egyptians invented a rudimentary distillation machine that allowed for the crude extraction of cedar wood oil. It is also thought by some that Persia and India may have also invented crude distillation machines, but very little is known.

A major event for the distillation of essential oils came with the invention of a coiled cooling pipe in the 11th century. Persian by birth, Avicenna invented a coiled pipe which allowed the plant vapor and steam to cool down more effectively than previous distillers that used a straight cooling pipe. Avicenna’s contribution led to more focus on essential oils and their benefits. Within 12th century, an Abbess of Germany named Hildegard grew and distilled lavender for its medicinal properties. Within the 13th century, the pharmaceutical industry was born. This even encourages great distillation of essential oils.

During the 14th century, the Black Death hit and killed millions of people. Herbal preparations were used extensively to help fight this terrible killer. It is believed that some perfumers may have avoided the plague by their constant contact with the natural aromatics.

Within the 15th century, more plants were distilled to create essential oils including frankincense, juniper, rose, sage and rosemary. A growth in the amount (**number**) of books on herbs and their properties also begins later in the century. Paracelsus, an alchemist, medical doctor and radical thinker is credited with coining the term Essence and his studies radically challenged the nature of alchemy and he focused upon using plants as medicines.

During the 16th century, one could begin purchasing oils at an “apothecary,” and many more essential oils were introduced. During the 16th and 17th centuries, perfume starting being considered an art form, and it was more clearly defined as its own field.

During the 19th century, perfumery remained a prosperous industry. Women would have their jeweler create a special bottle to hold their treasured perfume. The 19th century also was important scientifically as major constituents of essential oils became isolated.

During the 20th century, the knowledge of separating the constituents of essential oils was used to create synthetic chemicals and drugs. It had been believed that by separating the major constituents and then using the constituents alone or in synthetic form would be beneficial therapeutically and economically. These discoveries helped lead to “modern medicine” and synthetic fragrances. This actually weakened the use of essential oils for medicinal and aromatic benefit.

During the earlier part of the 20th century, a French chemist by the name of Rene-Maurice Gattefosse became interested in the use of essential oils for their medicinal use. Previously, he focused on the aromatic use of essential oils, but his interest in their medicinal use grew further upon using lavender essential oil after an accident.

Gattefosse is apparently credited with coining the term aromatherapy in 1928 within an article where he supports the use of using essential oils in their whole without breaking them down into their primary constituents. In 1937, Gattefosse wrote a book called Aromatherapie: Les Huiles esseniels hormons vetales that was later translated into English and named Gattefosse’s Aromatherapy. It is still in print and widely read.

Other highly respected 20th century aromatherapists include Jean Valnet, Madam Marguerite Maury and Robert B. Tisserand. Jean Valnet is most remembered for his work using essential oils to treat injured soldiers during the war and for his book, The Practice of Aromatherapy, originally entitled Aromatherapy in French. Austrian Madam Marguerite Maury is remembered as a biochemist who avidly studied, practiced and taught the use of aromatherapy for primarily cosmetic benefit. Robert B. Tisserand is an English aromatherapist who is responsible for being one of the first individuals to bring knowledge and education of aromatherapy to English speaking nations. He has written books and articles including the highly respected 1977 publication The Art of Aromatherapy. The Art of Aromatherapy was his first aromatherapy book published in English.

From the late 20th century and on into the 21st century, there is a growing resurgence to utilize more natural products including essential oils for therapeutic, cosmetic and aromatic benefit. The use of essential oils never ceased, but the scientific revolution minimized the popularity and use of essential oils in one’s everyday life. Today’s heightened awareness regarding the use of synthetics coupled with the increased availability of aromatherapy information within books and the Internet has refueled the use of essential oils for therapeutic, cosmetic, fragrant and spiritual use.