

## LE LAMPADE DI SALE.....UN PEZZO DI NATURA

Le lampade di sale illuminano con la loro caratteristica luce ambrata, creano un'atmosfera intima e piacevole e allo stesso tempo rendono più salubre l'aria della stanza. L'aria che respiriamo è caricata con energia elettrica e pertanto ricca di ioni positivi e negativi. Il perfetto equilibrio tra di essi è il frutto del nostro benessere e si ha quando nell'aria sono presenti circa 1000/1500 ioni negativi per cm<sup>3</sup>. E' chiara quindi l'importanza di avere una buona aerazione dell'ambiente in cui si passano molte ore al giorno e dell'utilità di uno **ionizzatore** che permette di tenere l'aria maggiormente pulita e salubre.

**Le lampade di sale, in questo senso, sono il rimedio più naturale, semplice ed economico che si possa avere.**

L'atmosfera della stanza in cui svolgiamo le nostre attività si riempie di elettrosmog, anidride carbonica e ioni positivi. In particolar modo questi ultimi, se non opportunamente riequilibrati con gli antagonisti, gli ioni negativi, sono tra i responsabili di sonnolenza, spossatezza e indebolimento psico-fisico.

Uno dei modi più semplici e sicuri per purificare l'aria e riequilibrare ioni positivi e negativi è usare una lampada di salgemma. Le lampade di sale sono realizzate in salgemma, un sale marino risalente a più di 250 milioni di anni fa, l'era secondaria della Terra (l'epoca dei dinosauri). Quindi il sale fossilizzandosi è divenuto salgemma. Il salgemma è un sale naturale cristallizzato formatosi molti milioni di anni or sono dall'essiccazione dei mari. Grazie alla lenta evaporazione e alle condizioni createsi nel sottosuolo, si sono sviluppate strutture cristalline che danno al salgemma il suo aspetto caratteristico.

**Il sale è simbolo di purezza, purificazione e protezione.**

I cristalli di sale provengono da miniere antichissime dell'Asia centrale (Himalaya) datate circa 250 milioni di anni, vengono estratte in gallerie che arrivano fino a 800 metri di profondità.

L'estrazione e la successiva lavorazione dei blocchi di sale viene eseguita a **mano** e con estrema cura per non alterare il loro aspetto naturale. Per questo forma, misura e trasparenza possono variare. La colorazione del salgemma trae le proprie sfumature dal ferro (rosso) oppure dal manganese (giallo). Anche le differenze di forma e di struttura sono da addebitarsi alla natura e insieme con il colore sottolineano il carattere individuale di ogni lampada.

Da molto tempo gli abitanti dell'Himalaya ne conoscono le proprietà e ne traggono beneficio. Studi recenti hanno dimostrato che il calore prodotto dalla lampada posta al centro di un blocco di sale scatena una reazione chimica che rilascia **ioni negativi**.

## COSA SONO GLI IONI?

Gli ioni sono delle piccolissime particelle caricate elettricamente disperse nell'aria. Possono essere di vari elementi, come carbonio, azoto, ossigeno.

Questi ultimi sono quelli che maggiormente ci interessano, dato che con la respirazione il nostro corpo ricerca proprio l'ossigeno.

Gli ioni si dividono in due categorie: ioni positivi e ioni negativi. Gli ioni negativi ci danno benessere, mentre i primi sono responsabili di disturbi di varia natura. Senza voler scendere nella chimica, ma restando al lato pratico della cosa, avete presente la sensazione che si prova vicino a una cascata, in alta montagna o dopo un forte temporale?

Si sta meglio, si respira aria pura, ci si sente rigenerati. Questo perché in natura fenomeni violenti come i fulmini o la caduta dell'acqua da una certa altezza sono dei generatori molto potenti di energia che carica negativamente l'aria circostante. La quantità di ioni negativi dispersi nell'aria varia molto dal luogo geografico in cui ci si trova e dalla presenza di attività che vanno a consumarli o neutralizzarli.

In particolar modo gli ioni negativi di ossigeno, che noi respiriamo, ci danno quella piacevole sensazione di benessere. Collateralmente migliorano la concentrazione, aumentano l'attenzione e la produttività, stimolano il sistema immunitario.

## I BENEFICI DELLE LAMPADE DI SALE

Diversi studi condotti in epoche diverse hanno dimostrato come la carenza di ioni negativi faccia produrre al nostro corpo una grande quantità di serotonina, un ormone che provoca l'insorgenza di molti disturbi come irritabilità, svogliatezza, scarsa concentrazione, che se trascurati favoriscono la comparsa di depressione, ipertensione, insonnia. Al contrario, quando si ha una buona concentrazione di ioni negativi, si hanno una serie di benefici:

- **aumento della concentrazione;**
- **miglioramento del sistema immunitario;**
- **riduzione marcata delle allergie respiratorie;**
- **riduzione di attacchi d'asma, comparsa di raffreddore e influenza;**

Le lampade di sale, ionizzatori naturali, poco ingombranti e assolutamente adatte a ogni situazione, emettono ioni negativi che, diffondendosi nell'aria, vanno a compensare la carenza provocata dalle quotidiane attività umane.

L'ing. Honisch, della società Nazionale ricerche sullo Smog elettrico in Germania, ha svolto numerosi studi sul potere delle lampade di sale ed ha dimostrato come una lampada accesa per 11 ore riesca a far aumentare la concentrazione di ioni negativi dell'aria circostante fino al 300% e come l'emissione di ioni continui per parecchio tempo anche dopo il suo spegnimento. Le lampade di sale aiutano a creare un'atmosfera equilibrata e salutare: grazie a loro respiriamo più facilmente e quindi ci sentiamo meglio. Sugeriamo di posizzarle vicino a dispositivi elettronici.

## I BENEFICI NEI LUOGHI DI LAVORO

Negli ultimi anni sono stati svolti diversi studi nei luoghi di lavoro più diversi per approfondire il legame tra salubrità dell'ambiente e assenze del personale.

In particolare è stata creata per un certo periodo di tempo una ionizzazione negativa dell'aria negli ambienti di lavoro e il risultato più immediato è stato una notevole diminuzione delle malattie da raffreddamento e delle assenze.

Quindi, ancora una volta, si è capito come il deficit di ioni negativi sia un fattore determinante per lo sviluppo di certe malattie, oltre alle sensazioni di svogliatezza, mancanza di capacità di attenzione, di rendimento e disturbi psicosomatici.

## LA TIPOLOGIA DI LUCE

Una volta accesa, la lampada di sale emette una gradevole luce, con toni che vanno dal bianco all'arancio, che crea un'atmosfera ovattata, rassicurante e calda. Secondo i principi della *cromoterapia* l'arancione ha capacità liberatorie sulle funzioni fisiche e mentali, inducendo serenità, allegria, ottimismo, sinergia tra fisico e mente. L'arancione avrebbe anche un'azione stimolante sulla tiroide, sulla capacità polmonare e sull'appetito, tanto da essere indicato come colore curante per disturbi quali apatia, depressione, paura, pessimismo.

## COME UTILIZZARLE

Perché l'emissione di ioni sia sufficiente, consigliamo di tenere accesa la lampada per almeno 5-6 ore, in modo che il sale abbia il tempo di avviare la reazione chimica e liberare un buon numero di ioni negativi, che continueranno a essere sprigionati anche in seguito, fino al completo raffreddamento del blocco. Per una corretta manutenzione consigliamo di pulire le nostre lampade soltanto a secco. In caso di contatto con umidità lasciare la lampada accesa per parecchie ore in modo da far asciugare la superficie. Eventuali cristallizzazioni possono essere rimosse facilmente con una spazzola. Ogni lampada è lavorata a mano e pertanto unica nella sua forma e colore. Il raggio d'azione dipende dalle dimensioni della pietra, per ottenere un effetto concreto, raccomandiamo di acquistare lampade adatte alla metratura della stanza nella quale si intende collocarla.

Tipo di lampada effetto ionizzazione:

- da 2 a 3,5 Kg. -----> c.a. 10 mq.
- da 3,5 a 6,5 Kg. -----> c.a. 15 mq.
- da 6,5 a 10 Kg. -----> c.a. 20 mq.
- da 10 a 12 Kg. -----> c.a. 30 mq.
- da 12 a 18 Kg. -----> c.a. 40 mq.
- da 18 a 24 Kg. -----> c.a. 50 mq.
- da 24 a 30 Kg. -----> c.a. 60 mq.

Esistono anche lampade che raggiungono il peso degli 80/100 kg.

Adatte a decorare qualsiasi ambiente interno, le lampade di cristallo di sale sono una sorgente di luce ideale per armonizzare la casa e qualsiasi altro ambiente, sono anche adatte come luce di notte per le camere dei bambini.