



Maîtriser le pouvoir des huiles essentielles

Une formation inédite pour devenir acteur de votre santé

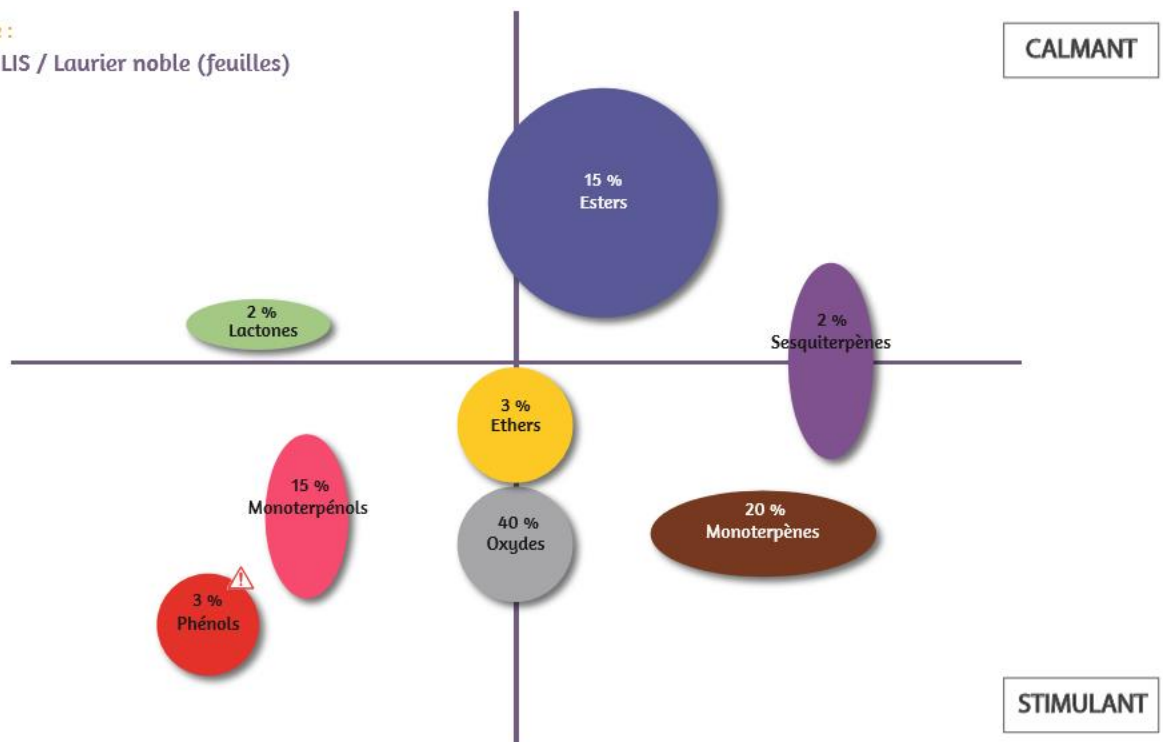
LAURIER NOBLE : UNE HUILE TROP PEU CONNUE ET POURTANT ESSENTIELLE !

CARTE BIOCHIMIQUE ET SYMBOLIQUE DU LAURIER NOBLE

Regardons la composition biochimique de cette huile essentielle d'exception qui nous permet de comprendre pourquoi elle est efficace sur plusieurs tableaux, ce qui la rend vraiment indispensable !

Carte biochimique :

LAURUS NOBILIS / Laurier noble (feuilles)



Sa composition biochimique est parmi les plus complètes et le plus complexes de toutes les huiles essentielles. Elle ne comprend pas moins de 42 molécules différentes dont un certain nombre sous la forme de traces. La présence discrète de ces traces donne à HE Laurier noble une richesse olfactive remarquable, parfois difficile à cerner.

L'huile essentielle de laurier noble agit donc sur de très nombreux maux. Premièrement, cette merveille originaire du bassin méditerranéen est un excellent expectorant, car la molécule majoritaire dans sa composition est le 1.8 cinéole dont elle contient environ 40%.

Attention ! Les asthmatiques doivent donc faire attention à cette HE en phase de difficulté respiratoire.



Vous voyez également que l'huile essentielle de Laurier noble a d'importantes propriétés antivirales, antifongiques et antibactériennes. Cette puissante activité à large spectre s'explique par la présence de monoterpénols (entre 15 et 20%) et de monoterpènes (environ 20%) en plus de 3% de phénol.

Ce n'est pourtant pas une HE agressive, malgré la présence modérée d'un phénol, et pas de n'importe lequel ! Justement, il s'agit de l'eugénol qui est la molécule caractéristique du clou de girofle, réputée pour sa puissante activité antalgique. Le Laurier noble n'en contient que 3% mais c'est largement suffisant pour lui conférer une de ses propriétés les plus appréciées des sportifs : l'effet réchauffant des muscles, lié à un effet antidouleur !

Et, sur ce plan antalgique, HE laurier contient en faible pourcentage, en plus de l'eugénol, du paracymène – un antalgique percutané - que l'on trouve également dans HE Tea tree. Et encore un méthyle-éther antispasmodique puissant (5% d'eugénol méthyle éther) !

Bref, force est de constater que nous sommes au contact d'une HE tonifiante plus, plus. C'est bien caractéristique de la dynamique énergétique yang.

Mais elle a aussi une dimension apaisante : on la retrouve dans les 15% d'esters, le 2% environ de lactones et dans les 2% environ de sesquiterpènes.

Avec un tel profil biochimique, on comprend qu'elle a une forte activité sur le plan neuro-psychique.

Dans la mythologie grecque, le laurier noble est l'arbre qu'Apollon choisit. Le mythe nous livre l'histoire de ce dieu d'un éclat sans pareil qui succomba à la beauté de Daphné, une nymphe née de l'union du dieu des fleuves et de Gaïa. Daphné ne voulait pas céder à cette poursuite amoureuse et de ce fait est métamorphosée en laurier noble pour échapper à l'étreinte amoureuse du dieu solaire. C'est un récit allégorique de l'intimité et la finesse de l'intuition féminine, lunaire (le yin), pourchassée par le divin solaire (yang) qui l'éclaire pour faire naître l'aurore, l'éternel retour du jour. Daphné devient laurier et Apollon de ce fait « possède » l'arbre.

Apollon est un dieu lumineux et rayonnant, dont l'arc et les flèches sont comparés aux rayons du soleil. On retrouve également le symbole des flèches du dieu solaire dans l'aspect des feuilles coriaces, brillantes et toujours vertes du laurier noble. Ce sont justement ses feuilles dont on tresse des couronnes pour orner le front de celui qui excelle dans le domaine des arts et de l'intellect. Elles sont d'une rare beauté : un aspect poli, tellement elles sont brillantes aux bords gracieux ondulés et pourtant rigide et en forme de lance. L'esprit d'Apollon inspire les poètes, les prophètes et les artistes. Il est donc normal d'en cerner les fronts pour y reconnaître l'inspiration céleste.

INDICATIONS

Impossible de vous donner une liste exhaustive de ce que vous pourriez faire avec cette huile essentielle. Pour commencer, retenez que grâce à sa composition biochimique exceptionnelle, vous pouvez évidemment l'utiliser pour toutes formes d'infections. Cette huile essentielle peut même être appliquée pure en friction, car elle est parfaitement tolérée par la peau.

Attention toutefois !

- **Les réactions allergiques à cette huile essentielle ne sont pas rares : vérifier systématiquement si ce n'est pas le cas.**
- **Déconseillée en cas d'asthme à cause du taux important de 1.8 cinéole**
- **Déconseillée pendant les 3 premiers mois de sa grossesse.**

En cas d'infection respiratoire :

*4 à 6 gouttes HE Laurier noble

Posologie : appliquer sur le thorax 4 fois par jour.

En cas d'infection urinaire :

*4 à 6 gouttes HE Laurier noble

Posologie : appliquer sur le bas ventre 4 fois par jour.

En cas d'hépatite virale :

*6 gouttes HE Laurier noble

Posologie : appliquer sur le flanc droite en vis-à-vis du foie 4 fois par jour.

En cas de sinusite :

*2 gouttes HE Laurier noble

Posologie : appliquer sur le visage en vis-à-vis des zones douloureuses. En cas de peau sensible, la diluer à 50% dans une huile végétale.

En cas d'infection :

*2 gouttes HE Laurier noble

Posologie : prendre les gouttes 4 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

En cas d'aphtes ou boutons de fièvre :

*1 goutte HE Laurier noble

* 1 goutte HV au choix

Posologie : appliquer le mélange plusieurs fois par jour sur la zone douloureuse jusqu'à amélioration.

En cas d'aphtes multiples :

*6 gouttes HE Laurier noble

* 1 c. à café HV Olive

Posologie : faire un bain de bouche avec le mélange 2 fois par jour, pendant au moins 5 minutes et recracher le tout.

Pour « recharger les batteries » dans les moments de fatigue :

*4 gouttes HE Laurier noble

Posologie : faire une friction sur la plante des pieds matin et soir.

En cas de zona :

Voie cutanée

*4 gouttes HE Laurier noble

*10 gouttes HV Nigelle

Posologie : appliquer le mélange directement sur la zone affectée plusieurs fois par jour.

Voie orale

*2 gouttes HE Laurier noble

*1 c. à café de miel ou HV Olive ou Nigelle

Posologie : prendre le mélange 3 fois par jour.

En cas d'épuisement physique et nerveux :

*4 gouttes HE Laurier noble

*1 c. à café de miel ou HV Olive ou Nigelle

Posologie : faire une friction dans le bas du dos matin et soir pendant 3 semaines. En cas de peau sensible, ajouter à cette friction 4 gouttes HV Amande douce.

En cas de mycoses intimes :

*6 gouttes HE Laurier noble

*1 c. à soupe HV Nigelle

Posologie : appliquer le mélange sur la zone atteinte 3 fois par jour.

En cas de mycoses des pieds :

*6 gouttes HE Laurier noble

*60 gouttes HV Olive

Posologie : appliquer le mélange sur la zone atteinte 2 à 3 fois par jour.

En cas d'épreuve intellectuelle :

*3 gouttes HE Laurier noble

*6 gouttes HV Noyaux d'abricot

Posologie : appliquer le mélange sur le plexus nerveux 2 à 3 fois par jour. Puis respirer 3 fois l'odeur au flacon, profondément, avant l'épreuve.