

nelly grosjean

je soigne  
mon animal  
avec les huiles  
essentielles

*chat, chien, cheval, oiseaux*  
recettes d'aromathérapie

## du même auteur

éditions La Chevêche

- *Aromathérapie vétérinaire*, épuisé, 1993
- *Des senteurs aux parfums*, 2000

éditions 5ML

- *Recettes aromatiques d'urgence*, 2012
- *L'Aromathérapie et la femme enceinte*, 2005
- *L'Aromathérapie et les enfants*, 2005
- *Mailgrir, gagner 10 000 par kilo perdu*, 2006
- *L'Aromathérapie beauté*, 2007
- *Le Carré des simples*, 2007
- *L'Aromathérapie naturellement*, 2007
- *Hydrosol mon ami*, 2007

éditions Eyrolles

- *Huiles essentielles, se soigner par l'aromathérapie*, 2004
- *L'Aromathérapie, tout simplement*, 2007
- *La Beauté par les huiles essentielles*, 2008
- *Le Grand Livre de l'aromathérapie*, 2013

éditions La Table ronde

- *L'Aromathérapie, naturellement*, 2000

éditions Guy Trédaniel

*Aromathérapie vétérinaire*, 2007

## in foreign languages

éditions japonaises

- *AromadetoX à la Française*, bab 2007, Japanese edition *How to slim with essential oils and hydrosols therapy*
- *Aromatherapy from Provence in France*, bab 2005 *Recipes for perfumes, face tonics, home cures and preventive medicine, toddies, and many, many more*
- *Aromathérapie Esthétique*, ed. Fragrance Journal Ltd 2000 *Beauty secrets using organic essential oils*
- *Veterinary aromatherapy*, ed. Fragrance journal Ltd 2000 *Aromatic recipes for pets, dogs, cats, horses, birds...*
- *Aromatherapy from Provence*, ed. Fragrance journal Ltd 1997 *This concise book is packed with practical information about organic aromatherapy*

éditions anglaises

- *Veterinary Aromatherapy*, C. W. Daniel 1996 *Aromatic recipes for pets! Discover the benefits of veterinary aromatherapy as well as invaluable advice on nutrition*
- *Mailgrir, How to slim with essential oils*, ed. 5 ml, Graveson 2005 *Translated from the french version, available only on [www.mailgrir.com](http://www.mailgrir.com)*
- *From fragrances to perfumes*, ed. 5 ml, Graveson, 2001 *Guidebook of the Musée des Arômes et du Parfum de Graveson-en-Provence*

- *Aromatherapy from Provence*, C. W. Daniel 1993 *This concise book is packed with practical information about organic aromatherapy and the ten golden rules of well being*
- *Aromatherapy, how to cure with essential oils*, 1993
- *Aromatherapy, essential oils for your health*, ed. 5 ml, Graveson 1992 *How to cure with essential oils, the most complete book about aromatherapy using essential oils on process?* – revised edition, 2011

#### édition chinoise

- *Veterinary Aromatherapy*, ed. China 2001, Chinese *Aromatic recipes for pets, contains a lot of practical information for public and vets*

#### édition portugaise

- *Aromaterapia estetica*, ed. De Mello Thomas 2000, Portuguese *Aromatherapy and beauty recipes with organic essential oils*

#### édition italienne

- *Aromaterapia per animali*, Edizioni Amrita, 1999, Italian *Aromatic recipes for animals!*

#### édition allemande

- *Aromatherapie gesundheit und wohlbe finden*, durch Aromaöle, Knauer 1995, German *The most complete book with more than 50 detailed essential oils*

#### édition russe

- *Velka kniha aromatherapie*, ed. Fontana 2003, Czech *How to cure with essential oils, the most complete book about aromatherapy naturally*

#### CONTACTER L'AUTEUR

nelly grosjean  
[www.nellygrosjean.com](http://www.nellygrosjean.com)  
[info@nellygrosjean.com](mailto:info@nellygrosjean.com)

#### aide et sponsoring

[www.fondationnellygrosjean.org](http://www.fondationnellygrosjean.org)  
 Aide et protection des animaux et des forêts  
 (fondation Nelly Grosjean « moulins de vies », suisse, en cours)  
 Aide aux enfants d'Indonésie  
 (fondation Anak, suisse) [www.anakbali.fr](http://www.anakbali.fr)  
 Aide aux enfants de Birmanie  
 (fondation Myanmar, royaume uni)  
[friendscm.org](http://friendscm.org)  
 Aide aux enfants d'Haïti  
 (Association « les enfants du soleil », France)  
[www.enfants-soleil.org](http://www.enfants-soleil.org)

À ce jour, tous les droits d'auteur de Nelly Grosjean sont intégralement versés aux fondations susnommées.



## sommaire

avant-propos .....	6
préface .....	7
introduction .....	8
dans l'amitié des plantes .....	10
à l'origine de l'aromathérapie .....	20
un tour du monde des arômes .....	26
qualité des huiles essentielles .....	31
les grands soins .....	35
principales affections chez les animaux et leur traitement .....	41
propriétés principales des huiles essentielles.....	46
la pharmacie vétérinaire aromatique .....	47

## le chat

abattement, fatigue .....	52
abcès .....	53
accouchement .....	53
aggravée, épine .....	53
alimentation .....	54
empoisonnement .....	54
fractures .....	54
odeurs .....	55
puces, toux, emphysème .....	56

## le chien

abattement .....	60
abcès .....	60
accouchement.....	61
(grossesse, allaitement, alimentation du chiot)	
aggravée, corps étranger, épine .....	62

alimentation .....	63
amaigrissement, anémie, anorexie .....	65
dépression, tristesse pathologique .....	65
empoisonnement .....	65
fatigue, fracture .....	66
maladies bactériennes et/ou infectieuses .....	67
pelades, maladies de poils et de peau .....	68
pour avoir un beau poil .....	69
pour éviter l'odeur fétide de l'haleine .....	69
puces, purges .....	70
rhumatismes, paralysies .....	71, 72
tiques et petits « plombs » .....	73
vaccinations .....	73
vermifugation .....	73
en résumé .....	75

## le cheval

en traitement interne .....	77
en application externe	
ou en diffusion dans le box .....	78
abcès .....	79
affections diverses .....	80
(allergies, anémie, coliques, gourme, kystes, tics aérophagiques)	
alimentation .....	82
(compléments alimentaires, problèmes de poids)	
beau poil, beau crin .....	84
dermatoses .....	84
douleurs articulaires, rhumatismes et autres	
boiteries froides .....	85
douleurs dorsales, courbatures, rhumatismes, arthrose, arthrite, éparvin du jarret .....	87

douleurs musculaires et courbatures	
élimination d'acide lactique .....	87
l'effort de la course .....	88
hygroma, engorgements, molettes, mauvaise circulation	
et récupération après l'effort .....	89
maladies de peau .....	90
maladies du pied.....	91
mammites .....	92
nettoyage du foie .....	93
plantes toxiques .....	94
stress, anxiété, tics d'origine nerveuse,	
névrose .....	95
toux et difficultés respiratoires .....	97
vermifugation .....	98
en résumé .....	99

## les oiseaux

problèmes respiratoires .....	100
stress, anxiété, tristesse, procrastination .....	100

## élevages

veaux, vaches, porcs, chèvres, moutons .....	101
poussins, poulets, canards, oies .....	102
quelques trucs pour éloigner .....	103
où trouver? .....	104
les produits naturels de nelly grosjean .....	104
le musée des arômes et du parfum .....	106
bibliographie .....	108

## avant-propos

*Les « pathologies » en médecine officielle correspondent, en médecine naturelle, aux « manifestations de nettoyage ».*

*En médecine officielle, on a trop tendance à oublier qu'en supprimant douleurs et inflammations, nous retardons ou empêchons la guérison. Ces douleurs et ces inflammations sont intimement liées à la guérison, et vouloir à tout prix soulager l'animal ou faire « rentrer le mal » n'a souvent pour effet, en définitive, que de la retarder.*

*Chaque individu va développer des symptômes particuliers, lesquels sont davantage liés à des particularités génétiques qu'à des causes réelles. La plupart du temps, ces causes sont liées à une alimentation et à une hygiène de vie non conformes aux besoins réels de l'animal.*

*C'est pourquoi il vaut toujours mieux prévenir que guérir, c'est le dénominateur commun à toutes les biothérapies. Les nombreux conseils de bon sens et les judicieuses recettes d'aromathérapie donnés dans ce livre vous permettent, dès aujourd'hui, de mettre en pratique la médecine naturelle pour tous les animaux domestiques, d'élevage, de dressage ou de course, en accord avec les lois de la nature, et j'ai le plaisir d'en féliciter l'auteur.*

Docteur JACQUES LEGUERN,  
*vétérinaire bio-thérapeute*

## préface

J'ai rencontré Nelly Grosjean en 2000. Sur ses conseils, j'ai commencé à utiliser les huiles essentielles pour moi-même : les résultats ont été rapides et remarquables. Depuis, je les utilise pour soigner la famille, les proches, les animaux et les plantes. Notre pharmacie se compose d'ailleurs uniquement d'aromathérapie.

En 2005, j'ai participé au Salon du cheval à Avignon. J'y animais un atelier pour les enfants afin de leur expliquer l'utilisation des huiles essentielles. Les organisateurs nous ont confié un cheval de quatre ans qui souffrait de molettes tendineuses au niveau du boulet. Nelly Grosjean a appliqué sa composition « friction souplesse » et dix minutes après, les molettes avaient disparu ! Pour moi, cette expérience tenait du miracle, cette pathologie me semblant incurable une fois installée.

J'ai donc décidé d'utiliser ses compositions en complément de l'ostéopathie pour tous les animaux que je traite. Cela fait maintenant douze ans que j'ai l'opportunité (et la chance) de collaborer à de nouvelles compositions aromatiques... selon les demandes des ostéopathes et vétérinaires, principalement équins...

De plus, savez-vous que les synergies de Nelly Grosjean sont fabriquées en laboratoire avec l'aide de la musique, des cristaux et des bols de cristal tibétains ? Elles sont ensuite testées par nos soins respectifs.

L'intention de cet ouvrage est de vous offrir des clés et des recettes, pratiques et faciles à utiliser, pour aider à guérir vos compagnons à quatre ou deux pattes dans le plus grand respect de la planète.

Je vous souhaite beaucoup de plaisir dans la lecture de ce livre. Merci à Nelly Grosjean de nous offrir des solutions aromatiques et une gamme complète de produits réellement biologiques, parfaitement adaptée pour vivre en harmonie avec les animaux.

SYLVIE CONVERSET,  
*ostéopathe pour animaux, Suisse*

## introduction

Depuis mes premiers livres sur l'aromathérapie, l'on me pose nombre de questions concernant les animaux. Peut-on soigner les chats, les chiens et les chevaux avec les huiles essentielles, quelles sont les doses à utiliser, de quelle manière les huiles essentielles fonctionnent-elles, est-ce que l'aromathérapie a déjà obtenu des résultats positifs dans les cas d'affections vétérinaires ? Vous trouverez dans cet ouvrage les réponses aux principales questions que vous vous posez pour maintenir en excellente forme vos animaux familiers.

8

JE SOIGNE  
MON ANIMAL

On sait que l'aromathérapie est l'usage des huiles essentielles aromatiques (HE) pour prévenir et guérir la maladie. C'est une des techniques majeures de médecine parallèle ou naturelle, holistique ou alternative. Dans ce cas, l'appellation de médecine « douce » n'est pas totalement adéquate, puisque les huiles essentielles sont de réelles petites « bombes d'énergie », apportant des résultats immédiats et durables, à condition d'être utilisées à bon escient. L'huile essentielle et l'hydrolat – appelé aussi hydrosol ou eau aromatique – sont les deux produits de la distillation d'une plante aromatique, obtenus par distillation lente à la vapeur d'eau.

Les huiles essentielles utilisées en thérapie doivent être d'excellente qualité, provenir de

plantes saines, sauvages ou cultivées naturellement et ne doivent pas être coupées avec des produits chimiques de synthèse.

Dans tous les cas d'utilisation d'huile essentielle, on se conformera aux « recettes » très précises de ce livre ou aux prescriptions d'un vétérinaire holistique. Aujourd'hui, la plupart des vétérinaires ouverts à l'aromathérapie pratiquent souvent l'homéopathie, l'ostéopathie, et tiennent compte des rapports « émotionnels ou relationnels » de l'animal et de son maître. De plus, l'aromathérapie peut parfaitement s'associer à un traitement homéopathique.

Parlant d'aromathérapie, on se souviendra qu'avant d'être utilisées pour la prévention et le traitement des maladies chez l'être humain, les huiles essentielles firent leurs premiers pas au début du XX<sup>e</sup> siècle, grâce aux nombreux et excellents travaux et recherches des professeurs Gattefossé et Sévelinge, qui les utilisèrent pour soigner les animaux avant de soigner les humains.

Auparavant, de nombreux écrits, datant entre autres du XVIII<sup>e</sup> siècle, mentionnent des potions vétérinaires à base de plantes, qui furent utilisées notamment par l'École de cavalerie de Saumur.

Chats, chiens, chevaux et animaux d'élevage peuvent profiter des propriétés étonnantes des huiles essentielles aromatiques. Les effets sont immédiats et les résultats soutenus. Elles sont



un parfait complément aux bons soins de l'animal. Anti-infectieuses et antiseptiques dans leurs propriétés principales, les huiles essentielles s'appliquent en prévention et en traitement curatif des maladies classiques et spécifiques des animaux.

Tout comme chez l'être humain, l'utilisation des huiles essentielles chez les animaux est un complément rapide et efficace d'une bonne hygiène de vie, d'une alimentation saine, adaptée et, bien sûr, des conditions de liberté et de propreté indispensables.

Tous les animaux ont une alimentation spécifique en fonction de leur morphologie et de leur fonctionnement organique. L'oiseau a un jabot fait pour manger les graines; le lion des reins qui éliminent entre autres les déchets ammoniacaux engendrés par la digestion des protéines animales. Le cheval se nourrit de grains et de légumes et le poisson peut être soit herbivore soit carnivore.

Pour les animaux familiers, nous insisterons sur une alimentation saine, crue et non dénaturée. Il faudra généralement ajouter des compléments alimentaires (à cause de la sédentarité, de la pauvreté des prairies et d'une consommation d'aliments généralement peu nutritifs).

Pensez aux graines germées et sels minéraux pour enrichir leur alimentation.

Les huiles essentielles augmentent la résistance aux maladies.

Pour les animaux d'élevage en batterie et autres élevages intensifs, les huiles essentielles seront utilisées principalement en diffusion, avec des aérosols, diffuseurs d'arômes ou dans les circuits d'aération, chauffage ou climatisation.

Par ailleurs, si ce livre aborde les principaux problèmes de santé simples de nos amis animaux, il ne peut cependant se substituer au diagnostic et traitement de votre vétérinaire.

Vous trouverez les modes d'emploi, doses, temps de traitement ou de prévention dans les chapitres sur le chat, le chien, le cheval, les oiseaux, les élevages « deux pattes » et les élevages « quatre pattes ». En tête de ce livre, vous accéderez immédiatement aux compositions aromatiques « clés », aux grands soins d'urgence, à la pharmacie vétérinaire aromatique, aux tableaux récapitulatifs des principales affections et des propriétés des huiles essentielles qui vous permettent d'obtenir rapidement l'information recherchée.

## dans l'amitié des plantes

*Et lorsque les peintres et les sculpteurs s'extasiaient devant son allure, elle leur expliquait gravement : « Tout cela s'apprend en fréquentant les fleurs. »*

ROMAIN GARY

### sous le signe des dauphins

Ai-je pensé que la mer était, elle aussi, un jardin merveilleux ? Il y a quelque temps, j'étais venue en Afrique chercher des fleurs et je me trouvais sur un bateau au large des côtes du Sénégal ; c'était la fin de l'après-midi d'une belle journée ensoleillée et, à ce moment-là, je me tenais à l'avant du voilier. Je me laissais bercer par les mouvements de la mer lorsque je les vis au loin : les dauphins. Il y en avait des dizaines, des centaines, « plusieurs centaines », m'affirma tout de suite Boubacar. Je me penchai et laissai pendre mes bras dans l'eau afin qu'ils viennent me caresser les mains : j'avais envie de les toucher et de plonger avec eux pour entrer dans leur monde et me laisser pénétrer par leur joie et leur intelligence. J'avais l'impression que les dauphins cherchaient à communiquer avec moi, qui demeurais fascinée par leur magnifique ballet.

Je fus bien vite persuadée qu'ils m'invitaient à venir les rejoindre pour les suivre (plus tard, mes amis m'ont expliqué que les dauphins

procédaient souvent de la sorte, et qu'il était assez difficile de résister à leurs chants de sirène). Je les voyais danser dans la lumière et les reflets de l'eau ; toute la féerie de leurs jeux m'avait littéralement transportée. Pendant plus d'une heure je vécus, près d'eux, une intense émotion. J'eus envie de comprendre leur langage secret tant se bousculèrent en moi d'éblouissantes aspirations. L'appel des dauphins participait d'une merveilleuse salutation à la beauté et à la plénitude du monde, à l'évidence magique de nos désirs, au trouble délicieux de s'ouvrir dans une dimension toute spirituelle, que sais-je encore ? Une intelligence et un savoir que je recherchais depuis mon adolescence – oui, j'ai pensé que la mer était un jardin, et que j'avais la chance d'en découvrir une perspective inédite grâce à la présence joueuse de ces fabuleux dauphins pacifiques.

Ce soir-là, j'ai rêvé à ce petit livre d'aromathérapie, et j'ai tout de suite songé qu'il faudrait le commencer en saluant, à mon tour, ces dauphins espiègles et rieurs. À eux, je devais bien confier toute ma reconnaissance : ils m'avaient donné l'un des plus beaux moments de ma vie, l'un de ceux où il vous semble que le monde s'ouvre tout à coup devant vous, dans une extraordinaire et toute simple complicité, qu'il touche à la perfection, et qu'une fine pluie d'étoiles vient vous inonder le cœur. Cette fois-là, cependant, je sus d'où provenaient les précieuses étoiles : c'était autant de reflets et

d'éclats de soleil sur la peau luisante des dauphins dans leur joyeuse escorte.

Il me semble que par leur course facétieuse et tous leurs sauts pleins d'humour, les dauphins me ramenèrent sensiblement aux événements, plus ou moins lointains, de ma propre vie.

## éveil aux richesses de la nature

Est-ce que je me suis souvenue de ma découverte émerveillée du monde des arômes? Peut-être bien: je me suis revue, encore adolescente, découvrant les mystères des forêts de sapins du Jura. Je vivais là avec mes parents, à la frontière suisse, au moulin de Bief, cette extraordinaire maison ouverte à toutes celles et à tous ceux qui désiraient faire une pause dans leur vie – une pause « nature », si l'on veut, et retrouver leurs marques pour repartir, plus sainement, du « bon pied ».

Mes premiers souvenirs de parfums et de senteurs, dans mon enfance, ce sont les boissons aux huiles essentielles de pin-géranium, que nous buvions au coin du feu de cheminée. Depuis cette époque, du reste, l'huile essentielle de géranium demeure ma préférée, celle qui m'enchanté et me rassure, et dont je loue les heureuses propriétés bienfaisantes. À la maison, nous étions des « inconditionnels » des huiles essentielles: mon père, souffrant d'asthme, s'était confectionné une sorte de diffuseur d'arômes avec des huiles essentielles: lavande,

pin, eucalyptus, lemongrass ou mélisse, autant que je me souviens, qui, se répandant dans l'atmosphère, facilitaient et fortifiaient sa respiration, et nous embaumaient.

Chaque soir, petits et grands nous avions le droit, dans notre *bar à thym*, à la dégustation d'un savoureux grog aromatique que nous préparait amoureuxment Maman et qu'elle m'apprit très vite à faire. Ma mère, Irène Grosjean est la grande spécialiste – mondiale, je n'exagère pas –, des préparations aromatiques: donnez-lui trois brins d'herbe, un peu d'huile, trois feuilles de salade, quelques bouts de carottes et deux navets, et elle va vous concocter en un tour de main un incroyable cocktail dont vous vous souviendrez toute votre vie! Vous ne pouvez pas vous figurer tout ce que Maman peut inventer comme cocktails de fruits, de légumes, de graines germées, etc.! Elle vous ferait chanter tout un pays avec son mixer magique et ses superbes recettes aromatiques! C'est d'elle, bien sûr, que je tiens mon amour des plantes et des fleurs, des jardins et des forêts; d'elle encore m'est venu mon goût prononcé pour ces merveilleuses recettes *nature*, où s'expriment tous les parfums et toutes les saveurs des saisons de la terre, et le soin d'embellir chacune de mes préparations.

Les dimanches de mon enfance, nous les consacrons, pendant nos longues promenades, à la cueillette des fleurs, perce-neige ou jonquilles, ou des champignons, des myrtilles et

des framboises. Peut-être sommes-nous, enfants, plus éveillés, plus disponibles pour découvrir odeurs et sensations: si bien qu'il nous semble, plus tard, que nous avons perdu quelque peu de ces facultés, ou qu'elles se sont émoussées avec le temps, jusqu'à ce que, à l'occasion d'une balade par exemple, nous retrouvions tout à coup, intact, le vertige d'une sensation initiale que l'on croyait avoir oubliée, le balsamique du sapin, le subtil du narcisse ou la profondeur du lys.

Tout le monde a vécu au moins une fois une semblable expérience: sans que l'on s'y soit préparé, tout un pan de notre vie nous revient, parfaitement précis et distinct, en respirant un seul effluve de parfum. Cette extraordinaire « mémoire » de notre sens olfactif m'émerveille; la puissance d'évocation et la grande justesse de telles sensations soudaines provoquent d'étonnants voyages dans notre propre passé, qui nous ravissent et nous intimident à la fois: ce qui nous éblouit le plus, c'est de retrouver l'extrême acuité qui était la nôtre au temps de notre jeunesse. Outre l'acuité, il nous arrive d'oublier certaines dispositions d'esprit devant les mille richesses de la nature. Pour ma part, jeune encore, j'ai eu la chance de rencontrer une sorte d'ermite qui vivait dans les bois: un homme sans âge, barbu, érudit, qui me prit en assez grande affection pour me faire découvrir,

justement, ces richesses qui sont à notre portée, près de nous, en nous, et que bien souvent, puisque nous ne savons pas les voir ni les reconnaître, nous finissons par ignorer.

De lui, je ne dirais pas qu'il fut mon maître à penser, plutôt mon maître à « apprendre », patient, très proche de la nature et d'une formidable sensibilité. C'est lui qui m'a appris à respirer, à sentir, à humer toutes les odeurs des bois, à écouter le vent et les bruissements dans les feuillages, à méditer et à regarder les hauteurs du ciel où le soleil, la lune et les étoiles inscrivent le rythme de nos saisons, et il me livra encore des rudiments d'astronomie et d'astrologie médicale. Il me fit aussi jeûner; et je me souviens d'une fois où, après un jeûne de quatre ou cinq jours, il m'avait donné une fraise à manger en me demandant de la savourer si longuement qu'elle devrait me nourrir et me rassasier autant que si j'en eusse avalé tout un bon kilo! L'expérience réussit parfaitement: il me sembla qu'en effet, après l'avoir si délectablement absorbée, j'avais le ventre aussi gros que si j'en avais ingurgité des tonnes! C'est lui qui, bien sûr, m'apprit également à faire des liqueurs d'herbes – comme c'était un homme extravagant, il me montra les manières de doser une liqueur d'absinthe, de verveine, ou encore de géranium qui avait déjà retenu, à l'époque, toute mon attention d'herboriste en... herbe.

## à la découverte du monde

Plus tard, j'ai quitté les belles forêts du Jura et n'ai pas tardé à parcourir le monde en ayant toujours le désir de découvrir plantes et fleurs odorantes, parfums et remèdes oubliés. Aux Caraïbes, par exemple, où je suis allée régulièrement, j'ai sillonné le bush dans tous les sens – le bush est une espèce de garrigue, de maquis sauvage où poussent des centaines de plantes. On n'en connaît pas toujours le nom : peu d'herbiers existent ; nous sommes au pays où seule la tradition orale perdure, et les dou-dous préparent des potions médicinales ou aphrodisiaques en faisant macérer ces plantes dans de l'alcool, ou en en faisant des crèmes et des onguents pour soulager les douleurs. C'est là-bas, dans ces îles paradisiaques, que j'ai découvert l'aloé vera, bien avant que cette plante ne soit devenue à la mode. C'est une sorte de grand cactus non piquant aux feuilles épaisses qui pousse sur des coteaux très secs – on en extrait le jus qui calme la douleur, facilite la cicatrisation et le drainage. Je connais aussi une autre sorte de beau cactus d'eau qui, lui, pousse tout près de la mer. Avec un couteau solide, on fend sa feuille épaisse et dure de laquelle s'échappe un suc jaune ; les autochtones s'en servent pour se laver les cheveux. C'est un shampoing très doux dont la coloration est si intense qu'elle peut teinter de safran l'eau de mer. Dans la petite île d'Anguilla, c'est un

médecin homéopathe qui m'a montré comment les gens parvenaient à se soigner avec toutes les plantes du bush, car si les dou-dous sont toujours très fières de leurs préparations, elles ne dévoilent jamais le secret des potions magiques et ancestrales. Il semblerait que dans tous ces pays, qui vivent à un autre rythme que le nôtre, et dont les habitants sont restés plus proches de la nature et des éléments, on sache tout à fait soigner les maladies propres à ces régions avec les seules plantes qui poussent sur place. Je suis aussi allée, plusieurs fois, visiter les Indiens d'Amérique du Sud, à la frontière de la Guyane et du Venezuela. J'avais entendu parler de cérémonies rituelles, au cours desquelles les Indiens boivent des potions d'initiation qui non seulement possèdent d'évidentes vertus thérapeutiques, mais ont surtout pour fonction de drainer leur organisme afin qu'une fois purgés, souvent drastiquement, ils puissent plus facilement ouvrir leur esprit à une dimension spirituelle. Plusieurs années plus tard, j'ai appris que certaines tribus du Brésil autorisent exceptionnellement la présence de quelques étrangers pendant certaines cérémonies, lorsque ces personnes leur semblent suffisamment ouvertes pour accepter, supporter et partager ces mystérieux rites d'initiation. Les Andes et leur magie me fascinent et m'attirent tant que je m'y sentirais presque comme chez moi. À la frontière colombienne, on trouve à quelque quatre mille mètres d'altitude le *frailejones*, une

sorte d'edelweiss géant que l'on a, du reste, distillé pour la première fois lors d'un de mes voyages. Il s'agit d'une plante médicinale qui traite aussi bien l'asthme et les bronchites que l'arthrite ; elle possède des vertus si extraordinairement magiques que les Indiens en ont fait un élixir de jeunesse. Cet edelweiss des Andes donne une huile essentielle à l'odeur âpre, profonde et dense. La particularité de cette plante tient à ses étranges feuilles tomenteuses recouvertes, dessus et dessous, d'une sorte d'épais duvet : si bien que si l'on s'est égaré dans ces régions de grande altitude, on peut s'en recouvrir comme d'un manteau et se protéger ainsi du froid. C'est réellement une des plantes étonnantes des Andes, et l'on comprendra aisément qu'elle soit aussi bien protégée – sans autorisation gouvernementale, il est strictement interdit de la cueillir – que vénérée quand on sait qu'il lui faudra près de soixante-dix ans pour atteindre sa taille adulte !

Un jour, pendant une excursion andine, je me suis ouvert la main en la blessant sévèrement dans une porte de vieux camion rouillé et, à plusieurs heures de marche du premier dispensaire où l'on aurait pu me recoudre, je me suis souvenu de ce remède provençal dont une de mes vieilles amies m'avait parlé : on choisit trois herbes différentes que l'on trouve à l'endroit où l'on s'est blessé. Il suffit de les froisser et de les appliquer sur la plaie et de renouveler le cataplasme plusieurs fois, qu'il s'agisse d'une

déchirure, d'une morsure ou d'une coupure, même profonde. Ce cataplasme est si miraculeux que trois jours après, je n'en revenais pas, plus rien n'y paraissait, pas même la cicatrice !

J'ai un autre souvenir lors de mon second voyage dans les Andes. Désireuse de rencontrer des responsables de centres de recherche sur les plantes des Andes (il y en a quelques-uns dans cette région, du lac Maracaibo au nord de Merida, financés par le gouvernement), je suis arrivée dans un petit village où, stupéfaite, j'ai découvert un vieil alambic sous l'appentis d'une minuscule cabane. Mon guide m'avait prévenue : « Si les Andins te donnent un surnom sympathique, cela signifiera qu'ils t'acceptent. » C'était donc mon deuxième voyage et il m'annonça, tout heureux, que j'avais été surnommée la *Picara*, que l'on pourrait traduire par « celle au regard perçant ». En fait, sans connaître du tout la langue espagnole, en me baladant simplement toujours à la recherche de plantes et de fleurs insoupçonnées à travers ces pays splendides et pour lesquels j'ai un grand respect, je m'étais toutefois aperçue que le « courant passait », comme on dit, et que je parvenais très bien à communiquer ma passion et mon amour de la nature. La *Picara* n'hésita guère et se présenta aussitôt à la petite porte branlante d'un cabanon où un homme, en blouse blanche (!), préparait dans son « laboratoire » de fortune divers onguents et

crèmes pour soigner tous les maux. Cet étrange laborantin œuvrait mystérieusement dans son antre minuscule au milieu de centaines de plantes suspendues au plafond. Il s'approcha de moi et m'offrit un pot de crème ainsi qu'un bouquet de plantes sèches : c'étaient des géraniums ! Vous savez, maintenant, qu'il s'agit de ma plante préférée ; comment cet inconnu, lui, aurait-il pu le deviner ? J'en fus émerveillée et extrêmement touchée. Il distillait là, dans l'heureuse solitude de sa cabane, faisant encore cent macérations et mille mélanges secrets pour élaborer tous ses remèdes. Il utilisait donc le géranium, mais aussi la camomille qui, dans cette partie des Andes, pousse magnifiquement et la *Ruta graveolens*, qui, si elle est classée toxique en Europe, est considérée là-bas comme une plante magique – faisant non seulement fuir les mauvais esprits, mais apportant dans les foyers, où les gens les accrochent partout, amour, joie et prospérité.

Il me revient à l'esprit ma petite aventure à Sumatra, où j'ai eu l'une des peurs de ma vie. J'étais partie à la recherche de la cannelle de l'île : je voulais connaître les endroits où elle pousse, savoir à quoi elle ressemble, comment elle est distillée, par qui et dans quel état d'esprit, comme toujours lorsque je pars à la découverte d'une plante. J'avais été brinquebalée toute une journée – découvrir ce célèbre parasite était à ce prix – et arrivée sur les lieux, aux abords d'un étang, trou d'eau tropical,

je bondis de la voiture pour aller toucher et sentir cette liane qui s'enroule autour des arbres comme un lierre aux feuilles denses et luisantes. J'ignorais juste que cet endroit est le point d'eau où les tigres viennent se désaltérer à la fin du jour et tout à coup mon regard croisa l'œil du tigre, prêt à bondir lui aussi. Je n'ai jamais couru aussi vite ! Et j'ai alors compris que le chauffeur sulawésien avait désespérément essayé de me prévenir du danger, mais mon impétuosité avait fait fi de ce que j'aurais dû prendre pour des recommandations.

Il y a quelques années, j'ai envoyé un jeune homme en expédition en Australie – malgré son âge, c'était une personne d'expérience, qui avait déjà parcouru plusieurs fois l'immense Amazonie à la recherche de plantes en voie de disparition (comme pour certains animaux, il existe des plantes dont l'espèce finit par s'éteindre...). Cette fois sa mission consistait à se faire accepter par les Aborigènes pour découvrir quelles plantes ils utilisent lors de leurs cérémonies d'initiation.

J'avais lu qu'en effet, chez eux, on « initiait » les jeunes garçons de dix, onze ans, en leur insufflant dans le nez, à l'aide d'une sorte de sarbacane, les arômes mélangés de trois plantes. Bien sûr, je voulais savoir lesquelles ! Leurs effluves magiques avaient cet étrange pouvoir de communiquer à ces enfants, instantanément, tout le savoir ancestral de la tribu – par quelle magie entraient-ils dès lors en relation avec leur

cosmogonie? Quelle intelligence, quelle sensibilité ces plantes extraordinaires développaient-elles si vite chez ces jeunes garçons en leur envahissant le cerveau?

Je dois avouer que cette première expédition n'a guère été couronnée de succès, et je décidai de me rendre moi-même en Australie – ce que je fis enfin quelques années plus tard. On ne revient certes pas « indemne » d'un tel voyage: rencontrer une civilisation aussi avancée et aussi étrange, voir vivre ces gens captivants, qu'hier encore nos « savants » qualifiaient stupidement de « sauvages » et/ou traitaient comme des animaux, nous ouvrent d'autres horizons. Ceux qui se passionnent, comme moi, pour les gens, les arbres et les plantes, comprendront quelle leçon d'humilité on peut en retirer. La rencontre avec les Aborigènes est source d'inépuisable émerveillement devant leur immense savoir. Il n'est pas facile, surtout pour les Australiens, de se faire admettre dans l'une de leurs tribus. Je ne sais toujours pas aujourd'hui, quelles sont ces trois fameuses herbes magiques, mais au moins ai-je eu la confirmation que de telles cérémonies d'initiation existent. De même que les Indiens d'Amérique centrale, les Aborigènes ne se transmettent pas les secrets de leur civilisation par écrit: la tradition orale est toujours de mise. Cependant, je suis sûre que je découvrirai un jour le nom de ces trois plantes qui ouvrent les portes de l'esprit.

Lors de mon second voyage en Australie – toujours avec l'idée de rechercher des plantes en voie de disparition –, je me suis intéressée aux forêts de tea tree, l'arbre à thé, ces arbres aux troncs constitués de milliers de lamelles parcheminées extraordinairement fines, et à travers lesquelles on peut, sans effort particulier, presque enfoncer le doigt. Ces arbres poussent dans le *swamp*, une zone inondable quelques mois par an. Les forêts de tea tree se trouvent uniquement dans la partie subtropicale de l'Australie, à la hauteur de Brisbane, à quinze heures de route au nord de Sydney.

Le tea tree exige un taux d'hygrométrie important pour sa croissance; en fait, il grandit les pieds dans l'eau. Pour en distiller l'huile essentielle, on le coupe, mais l'arbre repousse et retrouve sa taille adulte dans l'année.

Je suis aussi allée me promener dans le bush de bord de mer, cette « pampa », et j'ai été surprise par l'odeur âcre, presque désagréable, qui enveloppe toute cette contrée. En traversant ce maquis, on s'accroche tout le temps à des buissons d'épineux, ainsi qu'à de petits arbustes qui donnent des espèces de pommes de pin qui ressemblent exactement aux gnomes des légendes – du reste, dans ce pays, on les appelle *cuddle pie* dans beaucoup de contes pour enfants où ils apparaissent.



## chercher l'inspiration

Vers l'âge de vingt-huit ans, mes recherches terminées – ou, du moins, à l'époque, les avais-je considérées comme telles –, je me suis accordé une année sabbatique.

Je la passai au bord de la mer, sur les hauteurs de l'arrière-pays, entre Nice et Monte-Carlo. On ne peut choisir endroit plus délicieux pour s'imprégner de la vie de la nature et de ses mille parfums enchanteurs ! C'est même plus qu'un enchantement : toute l'atmosphère y est enjôleuse et cajoleuse. De plus, j'habitais dans une petite maison qui avait appartenu, dans le temps, à un horticulteur, planteur de fleurs du début du XX<sup>e</sup> siècle. Elle se trouvait au milieu des terrasses de jardins de fleurs à flanc de colline. Je vivais donc parmi les plantes aromatiques sauvages, ainsi qu'au milieu des œillets, des mimosas et des roses de mai redevenues sauvages et qu'on avait autrefois cultivées sur ces terrains caillouteux. Cette exploitation n'existait plus, mais il demeurait de cette ancienne plantation tout un fouillis merveilleux de fleurs aux couleurs extraordinaires et aux senteurs enivrantes. Ma baignoire, en plein air, était un immense bac à fleurs ! Je m'immergeais avec un bonheur sans égal au cœur de ce délicieux paradis, vivifiée par l'eau froide (pas d'eau chaude dans l'ancienne maison !). On ne récoltait plus ni roses ni lavandes sur ces minuscules terrasses – l'endroit était si

difficile d'accès qu'on ne pouvait y grimper qu'à pied et qu'on l'atteignait, depuis le premier village, qu'après vingt minutes d'une marche soutenue. Cela, bien entendu, n'était vraiment plus du tout « rentable » et les belles jeunes filles du pays ne montaient plus jusque-là pour cueillir à la main les charmantes petites fleurs bleues, roses ou blanches, en chantant, avant de rapporter tout en bas à la distillerie leurs paniers débordants de mirages. Quant à moi, tandis que je m'étais retirée là, loin de tout, j'avais le sentiment de vivre au XIX<sup>e</sup> siècle, dans le calme et la solitude d'une terre complice et odorante, et de réapprendre la simplicité et la richesse d'une existence en harmonie avec la nature et la mer.

Il y a plus de trente ans, j'ai écrit mon premier livre – que j'avais, non sans une certaine naïveté, intitulé simplement *La Bible de l'aromathérapie* –, sur les contreforts du mont Ventoux. Là encore, dans ces hauteurs solitaires, j'étais venue chercher l'inspiration dans un paysage grandiose, sauvage et rude, pur et odorant.

Le hasard, mon meilleur compagnon, avait mis sur ma route deux adorables vieilles dames : la première, autrefois secrétaire, frappa à la machine à écrire mes brouillons, et la seconde m'accueillit à cœur ouvert dans son vieux mas accroché à flanc de colline face à l'imposant Ventoux. Là, j'ai écrit la plus grande partie de mon livre dans l'éclatante lumière de Provence, allongée sur le bord de la piscine d'eau de

source, trop-plein des réservoirs si indispensables dans cette région. Campagne sauvage, cerises et abricots pour mes petits déjeuners de soleil et, le soir, infusions calmantes de tilleul en fleur (Buis-les-Baronnies est célèbre dans le monde entier pour cette odorante cueillette), tout concourait à me ravir et je passais là les trois mois d'un été studieux, travaillant quasiment nuit et jour. Certaines de mes notes, quelque peu dépareillées, dataient il est vrai de plus de dix ans ! Heureusement, ma remarquable hôtesse me fit partager ses vertueuses compétences d'ancienne rédactrice d'annuaires professionnels, et m'apprit donc à ordonner et à synthétiser mes réflexions, d'où mon engouement pour ces multiples tableaux récapitulatifs si pratiques dont j'assaisonne tous mes ouvrages. Ce fut un vrai miracle que ces deux femmes qui, tout en habitant si près l'une de l'autre sans se connaître, puissent m'offrir en même temps leurs précieux services avec tant de gentillesse.

Quel bonheur alors que d'écrire dans cette atmosphère aimable et aimante ! et, une fois encore, je remerciai le ciel d'avoir été un si performant « *organisateur* » !

Il y a bientôt quinze ans, je suis revenue m'installer entre Alpilles et Montagnette, près des Baux-de-Provence et de Saint-Rémy. J'habite près de Fontvieille et du moulin de Daudet, de Maillane – la patrie de Frédéric Mistral –, et de Tarascon, que domine le

château du fameux chasseur Tartarin. Il y a bien longtemps, à l'époque où les Romains bâtissaient le pont du Gard, le mas de Marin était une belle villa gallo-romaine, au centre d'une grande propriété vinicole. Les plus anciennes parties des bâtiments datent du XIV<sup>e</sup> siècle. À mon arrivée, seule fréquentait ces lieux abandonnés une chevêche, petite chouette aux yeux blancs et au plumage brun et roux lui dessinant une frileuse pèlerine. La chouette est un symbole de sagesse, et j'ai pensé qu'il serait sage, justement, de baptiser le mas La Chevêche. Tous les jours, je me félicite d'avoir la chance merveilleuse de pouvoir vivre et travailler dans l'une des régions du monde les plus riches en senteurs : la Provence.

Je m'épanouis au milieu des couleurs et des vieilles pierres gorgées de soleil et d'histoire, dans la paix et la sérénité près du carré des simples que protège la haute haie de cyprès. Ici, nous sommes bien au cœur du royaume des plantes : pin, cèdre, thuya, genévrier, thym, romarin, lavande, lavandin, sauge, sarriette, origan, hysope, marjolaine, camomille, menthe, verveine, millepertuis, achillée millefeuille, bleuet ; plus d'une vingtaine de plantes aux odeurs si caractéristiques ! Bleues, jaunes ou blanches... aux couleurs de Provence.

C'est dans cette patrie des arômes que j'ai rencontré une vieille dame, Lou, pour qui les plantes et les fleurs n'ont plus aucun secret. Je m'honore de ce que Lou soit devenue mon

amie. Elle m'a montré sur les bords des talus et des chemins toutes ces humbles petites herbes sauvages que tout le monde ignore et que personne n'a plus l'idée de ramasser – sauf elle. Ainsi prépare-telle d'incroyables salades d'artichauts ou de cœurs de chardons, ce qu'elle appelle la salade amère, mélange de « mourre » de porc qui se recroqueville quand on le ramasse, de broquette de la Crau, pissenlits et cornes de cerf, doucettes et mâches sauvages, cressons de terre aux jolies fleurs blanches et coustelines au goût de noisette. En Camargue, elle cueille la saladelle, une sorte d'algue, herbe à cheval, qui pousse à quelque sept ou dix centimètres d'altitude !

## bonjour Monsieur Poujade !

Si nous connaissons le parfum domestiqué, se présentant dans son beau flacon et agissant toujours comme un signe d'exception, de luxe et de raffinement, les arômes, les effluves, eux, sont libres – ainsi pouvons-nous les sentir à tout moment et n'importe où, dans la rue ou à la campagne. Je l'ai déjà dit, je crois, lorsqu'on perçoit une odeur caractéristique, déjà rencontrée, par exemple dans l'enfance – l'odeur du petit déjeuner chez le grand-père adoré, ou bien celle d'une pluie d'automne pendant vos premières vendanges chez tante Alice –, le sens de l'olfaction est le seul qui ne fasse pas appel à la mémoire consciente pour nous faire revivre

cet état émotionnel particulier. Tous nos autres sens, le goût, la vue, le toucher et l'ouïe, devront solliciter plus ou moins nos souvenirs pour nous faire replonger, un moment, dans le passé, tandis qu'une odeur a la particularité de nous propulser instantanément ailleurs, dans l'espace et dans le temps.

Le monde des odeurs tient une part de son merveilleux de cette propriété unique, celle de nous insuffler une émotion actuelle et vivante. Du reste, d'un point de vue scientifique, cet événement sensoriel aux si étranges retombées conserve, aujourd'hui encore, presque tout son mystère. Pour décrire ces effluves, le langage lui-même demeure, en partie, impuissant ; n'ayant aucun terme spécifique pour en définir les subtilités, on doit faire appel à des images ou à des qualificatifs, plus ou moins arbitraires, empruntés d'ailleurs au domaine des autres sens. Cependant, cette réalité-là nous touchera d'autant plus qu'elle est proprement impalpable – plus rapide et plus aiguë qu'aucune autre, elle en est presque magique.

Chacun d'entre nous a sa propre odeur et, bien qu'abstrait, c'est un mode de communication courant (ne dit-on pas communément quelquefois, à propos d'une personne qu'on n'apprécie guère, qu'on ne peut pas la « sentir » ?). Dans le réseau relationnel, une odeur désagréable est sans doute la chose la moins supportable ; on pourra toujours tolérer telle autre particularité physique, et finir même par

l'aimer, par contre il nous sera extrêmement difficile d'accepter une odeur qui nous déplaît.

On apprécie autant les effets positifs de certains effluves qu'on discerne le caractère repoussant de certains autres.

Respirant une odeur, on finit par s'en imprégner. De même, en fonction de la nourriture, notre odeur corporelle se modifie (autrefois, certains médecins pouvaient, du reste, diagnostiquer la maladie du patient à partir de son odeur). Nous savons aujourd'hui que nos goûts alimentaires ne sont pas sans déterminer grandement l'évolution de notre état de santé. Attirante ou repoussante, une odeur agit sur un terrain qui, pour être incertain, n'en est pas moins puissant. « Être en odeur de sainteté » auprès d'une personne signifie bien qu'on ne perdra jamais son crédit malgré d'éventuelles erreurs. Qu'était la signification originelle de l'odeur de sainteté ?

À quoi peut bien tenir ce mystère ? Monsieur Poujade, un charmant petit grand-père, savant alchimiste, que j'ai connu autrefois, pouvait dire, sans se tromper, combien de temps durerait l'union de deux personnes en analysant les odeurs que chacun d'eux préférerait. Il avait même établi une sorte de classement précis des odeurs qui se contrarient ou s'accordent, classification à partir de laquelle il lui était alors possible de prévoir combien de temps un couple demeurerait en harmonie. À vrai dire, ce cher

monsieur Poujade ne se trompait pas : le mariage des odeurs est le digne reflet de celui des cœurs, avec sa part de magie et de mystère. Une révélation à mes yeux d'adolescente ! L'épreuve du temps confirma bien la justesse de ses diagnostics d'odeurs concernant mes proches.

Dans toutes les religions et les civilisations du monde entier et à toutes les époques, avant les incantations ou les prières, on a utilisé des odeurs particulières pour « mettre en scène » le recueillement et la méditation – le santal, la rose, l'encens, l'hysope, la myrrhe, le basilic ou la sauge : quel est donc le secret ultime de leur pouvoir ?

Comment une simple odeur peut-elle témoigner d'une spiritualité ou en solliciter l'exercice, nous ouvrir sur le monde ou bien, au contraire, nous faire basculer tout en nous-mêmes, au cœur de nos méditations ?

## à l'origine de l'aromathérapie la santé, le secret du cœur

L'arôme constitue l'identité de la plante dont l'huile essentielle est la quintessence, l'entité vitale, l'âme précieuse. Avant d'avoir des effets sur le corps physique, elle agit sur ses dimensions éthériques – mystérieux échanges de l'alchimie des invisibles que, pour l'instant, la science ne sait qu'incomplètement définir. Il y a, dans les huiles

essentielles, cette part de merveilleux, aussi fascinante qu'étrange. Avant même de se soigner et de se fortifier avec les huiles essentielles, les respirer modifie notre comportement en développant notre désir d'authenticité et en nous permettant de nous ouvrir aux autres. Vivre dans l'intimité des essences de plantes, c'est découvrir une nouvelle harmonie, aussi simple et merveilleuse que la vie même.

Il y a plus de soixante mille ans, les peuples primitifs enterraient leurs morts en les recouvrant de fleurs (fouilles des cavernes de Shanidar). À Sumer, il y a cinquante siècles, herboristes et prêtres étaient de savants médecins qui soignaient « l'âme pour guérir le corps », et trouvaient que « l'enténébrement » (le mot maladie n'existait pas encore) était une « crise curative » préparant la renaissance de l'esprit (document découvert dans les ruines de Nippur). Les frictions aux huiles essentielles étaient couramment utilisées pour entretenir la santé, pour rétablir la circulation du « souffle de vie » (énergie vitale), pour favoriser la « vivification » (guérison). Par exemple, le rôle du médecin était de permettre au patient de retrouver la « lumière de gloire » et le « secret du cœur » (la santé). À Sumer, la médecine était donc sacrée. Une éminente sumérologue française, Marguerite Enderlin, nous rapporte que le médecin prêtre est thaumaturge et sait accompagner le patient dans la descente et lors de la remontée des enfers... Cet enseignement

secret et initiatique donné à chaque médecin n'a pas encore été décrypté sur toutes les tablettes sumériennes, et peut-être restera-t-il, à jamais, inviolé? Drunvalo Melchizedek parle de ce même enseignement dans son livre *L'Ancien secret de la fleur de vie*.

Mais au moins sait-on qu'après une préparation spirituelle faite de recueillement et de prière, le médecin commençait sa consultation par un examen clinique très complet et très approfondi: allure générale du patient, stature, démarche, agressivité, désordres mentaux, fièvre, qualité de l'œil, de la pupille, des urines, de l'élasticité des muscles, de l'odeur, puis observation et déduction de l'état des organes et analyse des douleurs internes, enfin examen de la tête et des os. Le praticien connaissait l'importance des rythmes d'aggravation et d'amélioration des symptômes et, suivant les cas, administrait ses médicaments à des moments bien précis, à l'aube, au crépuscule ou pendant la nuit, comme la médecine traditionnelle chinoise, les remèdes ayurvédiques indiens ou l'européenne chronothérapie les prescrivent encore. D'autres tablettes mentionnent les périodes critiques d'une maladie, ses phases cycliques ou successives, et prévoient, de plus, le nombre de jours séparant le malade d'une inévitable issue fatale ou bien de la guérison.

Sur certaines tablettes mésopotamiennes, datant de plus de quatre mille ans av. J.-C., on trouve, gravé en caractères cunéiformes,

l'énoncé précis de prescriptions médicales. Par exemple, pour les maux de tête: « tu mélangeras du sapin, de la myrrhe, des roses, du mucilage de sésame, de la fêrule commune avec du son, que tu délayeras dans de la bière ordinaire et tu lui feras un enveloppement autour de la tête; pour les dermatoses: si un homme a des démangeaisons à la tête, tu pileras du ricin et de la salicorne. Avec de l'eau, tu lui laveras la tête, puis tu broieras du lal (plante non identifiée) et de l'asphodèle dans de l'huile et tu lui enduiras la tête à plusieurs reprises; ainsi il guérira ». Pour les cas de teignes, d'eczéma, de chute de cheveux... de nombreuses prescriptions étaient accompagnées de soins avec des bains, des lavements, des purgations, des vomitifs, des jeûnes ou des régimes particuliers, des exercices physiques à pratiquer dans les jardins du temple. Dans ces prescriptions, le recours à des frictions cutanées avec des essences (de cèdre principalement), des fumigations pour les poumons et les voies respiratoires étaient prépondérantes.

Le dieu-empereur Shen Nung (vers 2800 av. J.-C.), qui régna sur la Chine, donna aux hommes la science de la botanique et rédigea le *Pen ts'ao*, dans lequel il livrait de nombreuses recettes d'herbes médicinales. Houang-Ti, son successeur, jeta les bases de l'acupuncture et écrivit le *Houang-Ti Nei King*, un ouvrage de théorie médicale. Confucius (environ 551 à 479 av. J.-C.), le plus célèbre des philosophes

chinois, prône « la théorie de l'énergie vitale et des souffles », et écrit notamment le *Traité de la chambre à coucher*, concernant le soin et l'harmonie sexuelle, édicte les lois d'hygiène corporelle, l'utilisation salutaire des bains, des douches et des massages, nous apprenant que *coït* signifie « bataille de fleurs » ! Tsao-Tchouan (environ 540 av. J.-C.) et la dynastie des Han se rattachent, en médecine, « par-delà les siècles de Fer, aux saints et aux sages de l'Âge d'or ». À l'époque mandarine, « le grand médecin ne traite pas ce qui est déjà malade, il traite ce qui ne l'est pas encore » (vieil adage chinois).

En Inde, le premier document médical, *Charaka samhita*, date de près d'un millier d'années av. J.-C.

Les livres védiques, textes sacrés composés en sanscrit, sont rédigés après les invasions aryennes. Il y est question de médecine ayurvédique, qui accorde une place importante aux plantes, aux souffles (respiration) et aux énergies... La tradition de la « science de la longévité » de l'ayurveda se perpétue à travers les *samhitâ*, qui sont de véritables traités de médecine. Dès ces époques, les Indiens avaient des notions d'homéopathie et connaissaient les lois et le mécanisme de la circulation sanguine.

Les civilisations inca, maya et aztèque, en Amérique du Sud, connaissaient parfaitement les plantes médicinales et toxiques. Les Aztèques pouvaient classer et utiliser plus de mille plantes; à l'époque des conquistadores,

l'empereur Montezuma s'enorgueillissait de posséder un jardin de plantes médicinales.

En Égypte, la marjolaine est attribuée à Osiris, l'armoise à Isis, le marrube à Horus, la camomille au Soleil. Au temps des pharaons, les principes de la médecine égyptienne se trouvent réunis dans les papyrus dits « Ebers », découverts dans les ruines de Louksor à Thèbes en 1873. Ces trésors archéologiques donnent une liste de remèdes et présentent la somme du savoir médical de cette époque. De tout temps, le médicament miracle fut recherché : Homère dans « l'odyssée » parle du « suc magique propre à calmer la douleur et la colère, et qui fait oublier tous les maux ». Des papyrus de 2800 av. J.-C. témoignent notamment de ce que « l'origan, la cannelle, le genévrier et la menthe entraient dans les onguents et pommades, préparés en exprimant l'essence des herbes ou en les faisant macérer dans l'huile grasse ». Dans les temples, on utilise de précieux onguents et des essences savamment parfumés dont on embaume les corps des Égyptiens de haut rang ; dès 2800 av. J.-C. toujours, à l'époque où se construisirent les pyramides de Khéops, de Khephren et de Mykérinos, on procède aux premières expressions de plantes pour préparer les essences.

En Grèce, Théophraste (372-288) le plus grand botaniste de l'Antiquité, élève d'Aristote, écrit l'*Histoire des plantes* et le *Traité des odeurs*. Est-ce le point de départ ou la digne continuation de l'aromathérapie à travers les âges ?

Chiron, sage et centaure, cultiva les plantes en Thessalie et guérit la cécité de Phénix par les herbes médicinales, dont la centaurée, à qui il donna son nom. À cette époque, Asklépios, Dieu grec de la médecine, soigne « par la parole, les simples et le couteau », *dixit* Pindare. De là, le nom d'asclépiades désignant les médecins-prêtres, qui se faisaient accompagner de jeunes filles représentant Hygie (déesse de la santé) et Panacée (celle qui guérit tout), les filles d'Asklépios. Les méthodes sont sommaires, limitées à quelques procédés de phytothérapie traditionnelle, de psychothérapie, de physiologie élémentaire, et de petite chirurgie, nous apprend l'*Histoire de la médecine*.

Plus tard, Hippocrate écrivit son livre *Les aphorismes*, dans lequel il présente ses observations cliniques en quatre cent six sentences, parmi lesquelles : « Il faut manger pour vivre et non vivre pour manger. » Hippocrate est considéré comme le « père de la médecine » et chaque médecin diplômé prête officiellement son serment.

Le *Corpus hippocratique*, publié un siècle après sa mort, mentionne qu'il utilisait près de deux cent trente plantes. Plus tard, Aristote, tout philosophe qu'il était, n'en dressa pas moins une liste de cinq cents plantes dont il avait étudié les vertus médicinales. À Rome, les huiles aromatiques entraient dans les élixirs de jeunesse, et le peuplier était la plante sacrée d'Hercule. Caton l'Ancien (234-149 av. J.-C.)

écrivit son traité *De re rustica* dans lequel il présentait les cent vingt plantes médicinales qu'il cultivait. Pline et son *Histoire naturelle*, puis Celse avec son ouvrage *De re medica*, au début de notre ère, présentaient les connaissances de leur temps en matière de plantes et de drogues. Grand voyageur, Dioscoride (I<sup>er</sup> siècle ap. J.-C.) recensa dans les cinq volumes de son *De materia medica* – traité qui fit autorité jusqu'à la Renaissance – près de cinq cent vingt espèces de plantes. Au II<sup>e</sup> siècle de notre ère, Claudius Galenus, dit Galien, vérifia, répertoria et coordonna dans ses écrits toutes les connaissances médicales et les formules médicamenteuses de l'Antiquité; il fut considéré, à juste titre, comme le père de la pharmacie. À Rome, le médecin crée et prépare pour chaque patient la composition aromatique faite des huiles du matin ou du soir, du travail ou du plaisir, de l'amour ou des prières; ne serait-ce pas les ancêtres de nos frictions aromatiques?

En Perse, Ibn Sina, ou Avicenne (980-1037), dans les cinq volumes de son *Canon de la médecine*, relate qu'en étudiant les plantes médicinales, il découvre le moyen de préparer par distillation des essences volatiles d'herbes et de fleurs. Avicenne fut donc l'inventeur de la distillation.

## au jardin des simples

Au Moyen Âge, seuls les monastères et les maisons nobles possèdent un *herbularia*, un jardin d'herbes, un précieux enclos entouré de murets qui délimitent le carré des simples – on appelle *simple* le remède tiré d'une seule plante, pour le distinguer, par opposition, aux remèdes composés que fabriquaient alors les apothicaires.

C'est encore l'époque où l'on cherche obstinément la *panacée* – c'est-à-dire le remède universel (ce que Pline l'Ancien considère comme la traduction du mot « gui », que les druides gaulois cueillaient pour les cérémonies rituelles). Car si les plantes servent à se nourrir et à décorer les maisons, on n'ignore plus, depuis l'Antiquité, qu'elles possèdent aussi de très grandes vertus médicinales. Vers 795, Charlemagne promulgue une ordonnance, dite capitulaire *De villis*, qui est en quelque sorte un mémorandum des quatre-vingt-huit végétaux essentiels en médecine et sur la table. Au XII<sup>e</sup> siècle, *Le Livre des simples médecines*, établi par les savants de la célèbre école de Salerne, est une véritable pharmacopée méridionale et consigne toutes les connaissances dans le domaine de la médecine. Plus tard, au XV<sup>e</sup> siècle, le *codex* des apothicaires dresse une liste exhaustive des remèdes.

Au Moyen Âge, les médecins étaient encore des religieux. Par un édit pontifical, le pape



Innocent III décida qu'aucun ecclésiastique ne devrait plus exercer la médecine dans un but lucratif, ni verser le sang d'aucune façon. Les moines-médecins se mirent à cultiver des jardins d'herbes ; en quittant les ordres, ils devinrent apothicaires ou guérisseurs, vendant leurs préparations de village en village. Ceux qui choisirent de rester au sein de l'Église durent abandonner la médecine aux... barbiers.

Le médecin établissait son diagnostic à partir de l'analyse des urines du patient et en consultant son horoscope. Il envoyait ensuite ses prescriptions à l'apothicaire. Le traitement des maladies tenait compte des écrits d'Hippocrate et des quatre tempéraments : sanguin – flegmatique – bilieux – mélancolique, auxquels on associait les quatre éléments : au sang, l'air ; au flegme, l'eau ; à la bile, le feu et à l'atrabile, la terre.

Plus tard, les usages interne et externe des huiles d'herbes aromatiques figurent dans certains traitements du XVI<sup>e</sup> siècle. Les essences d'herbes aromatiques sont alors considérées comme le pur esprit de la plante. Elles agissent aussi bien sur les pensées et les émotions que sur le corps physique. On insistait également sur l'importance d'une médecine préventive, spécialement en ce qui concernait l'alimentation, suivant le célèbre principe d'Hippocrate : « Que la nourriture soit votre médecine. »

Le jardin du Moyen Âge est source de tous les bienfaits. Ce périmètre auquel on porte

mille petits soins attentifs n'est-il pas, toujours, le symbole vivant d'un ancien paradis qui possédait tous les agréments, et d'où l'homme fut si tristement chassé ? Le jardin, c'est encore un royaume fait de patience et d'attente, d'humble écoute des saisons et de recueillement. Ce qui grandit là, si proche, c'est le mystère même d'une nature à la fois familière et étrange. Quelles sont-elles, au juste, ces douces fleurs et ces petites herbes qui poussent dans le moindre creux d'une rude rocaille ? Les troubadours ne cessent de les chanter, parce qu'ils sentent bien que sur elles passe un immense souffle de vie et de joie dont leurs belles ne sauraient trop longtemps se moquer. Dans le somptueux livre d'heures d'Anne de Bretagne, les mille entrelacs fleuris de végétaux enluminent le manuscrit de hautes et franches couleurs – c'est un hymne à la connaissance et à la beauté. Et lorsque l'on n'est pas assez riche pour posséder et entretenir un jardin, on cueillera les grandes herbes des robustes talus – les femmes savent si bien les reconnaître depuis tant d'années ! Ainsi se préparent-elles infusions, décoctions et liniments mystérieux en convoquant certains esprits célestes dans de longues invocations propitiatoires.

Celles dont on a tant prétendu qu'elles étaient des « sorcières » ne furent-elles pas, tout simplement, des jardinières d'absolu ? Les confidentes attentives de la pluie et du vent ? Si

elles ne possédaient pas de prestigieux traités d'*hortuli*, comme il s'en recopiait dans nombre de monastères pour décrire la botanique médicale, elles n'en connaissaient pas moins de savantes recettes thérapeutiques et savaient les préparer. Passée dans l'usage courant, l'expression « remède de bonne femme » se voudrait, bien sûr, très péjorative, quand on serait mieux inspiré, au contraire, d'en respecter toute la portée empirique.

Plus près de nous, au début du XXI<sup>e</sup> siècle, c'est au célèbre René Gattefossé que nous devons le renouveau de l'aromathérapie. Grâce à sa passion pour les chevaux et à ses nombreuses et étonnantes expériences, y compris sur lui-même, il établit les règles précises et scientifiques d'une aromathérapie moderne et responsable.

Avec une grande probité, son élève, le professeur Sévelinge, poursuivra son œuvre et confortera la pertinence de l'aromathérapie dans les domaines vétérinaires, phytosanitaires et en médecine humaine; par la suite, le docteur Valnet rendra publics la plupart des travaux de son illustre prédécesseur dans des ouvrages qui rencontrèrent un vif succès auprès de ses lecteurs du monde entier.

## un tour du monde des arômes

Sauvages ou cultivées, certaines plantes aromatiques se récoltent sur les collines odorantes du mont Ventoux, de la Drôme, du Var et des Alpes-Maritimes.

Elles poussent également dans les Cévennes et les Pyrénées. À quelque quinze jours près, selon les régions et l'ensoleillement des adrets et des ubacs, les plantes aromatiques de Provence se récoltent entre juin et juillet pour le thym, et entre juillet et août pour les lavande et lavandin, les sarriette, sauge, hysope, origan, marjolaine. Les menthe, tanaïsie, basilic et verveine, avec deux coupes, sont récoltés de juin à septembre.

La cueillette commence et s'achève dans la joie des parfums et des couleurs; la fatigue de ce dur labeur participe même, elle aussi, de la fête. Au début du siècle, les coupeurs, italiens pour la plupart, venaient pour la saison et se faisaient embaucher de ferme en ferme. Aujourd'hui, cette tradition ne subsiste plus que dans les endroits retirés et certaines nobles propriétés.

Depuis les années 1980, on utilise une machine à « ramasser » lavandes et lavandins, qui, si elle les coupe plus rapidement, les endommage gravement.

Les plantes ainsi récoltées auront une vie de quatre à cinq ans plus courte, le ramassage à la main leur laissant une espérance de vie de huit à quinze ans; des plants bio de lavande fine ramassés à la main ayant même atteint quinze à

dix-huit ans ! Les plantes ramassées sont préséchées directement dans les champs pendant deux ou trois jours, étalées sur de grandes pièces de toile, couvertes la nuit, avant de prendre le chemin de la distillerie.

La cueillette des plantes aromatiques exotiques (cannelle, girofle, muscade, vétiver, gingembre, citronnelle, verveine exotique) se fait plusieurs fois par an en Indonésie, à Ceylan, en Inde et en Chine. Merveilleux et doux arôme de notre enfance, la vanille est une plante parasite (qui pousse et se nourrit d'une autre plante) et ne peut se distiller : c'est la raison pour laquelle on la trouve naturelle en bâton, en poudre ou encore en extrait glucosique. Il n'existait pas d'essence de vanille naturelle, seul un arôme alimentaire et une « odeur » vanille de synthèse à destination de la parfumerie. Depuis huit à dix ans, nous avons rencontré la première vanille distillée grâce à un jeune chercheur baroudeur en Afrique. Les géraniums et les roses arrivent d'Orient, de Madagascar ou de la Réunion. Les agrumes (citron, citron vert, orange, pamplemousse), les mandarines et les bergamotes de Floride, de Californie, d'Espagne, du Portugal, du Maroc, d'Égypte ou de Corse... sont distillés sur les lieux de production : les fruits pour les jus et les extraits secs, les zestes pour les essences et les extraits secs également. Les huiles essentielles de petit-grain (feuilles des agrumes) et de néroli (boutons de la fleur d'oranger), plus précieuses

et plus chères, sont distillées traditionnellement dans un alambic à vapeur, contrairement aux agrumes dont on récupère l'essence par expression mécanique.

L'hiver, en Provence, on procède au ramassage et à la distillation, après concassage, des aiguilles et des petites branches des bois : cèdre, pin maritime et sylvestre, pin noir et pin baumier, cyprès et thuya, ainsi que des baies et petits bois de genièvre et de cade. Au Canada, on distille les écorces de bouleau, dans le Jura le sapin, dans les Landes, en Provence et en Sibérie les pins ; la coriandre, le carvi et le cumin, graines odorantes, sont distillés dans les pays slaves. Les semences de carottes sont importées et distillées en France ainsi que la plupart des petites graines de semences transportables comme l'anis, le fenouil, l'aneth...

L'exceptionnelle essence de rose arrive toute distillée de Bulgarie ; le Maroc sur les contreforts sud de l'Atlas produit des huiles essentielles de rose sauvage : un must.

La réputation de l'huile essentielle de rose de Bulgarie vaut toujours son pesant d'or ! Le Maroc et l'Égypte commencent à produire des roses de grande qualité. Camomille, romarin ou encore matricaire arrivent de Touraine, de Suisse ou d'Allemagne. L'Angleterre produit de grandes quantités et de nombreuses variétés de menthe, tout comme les États-Unis. Le Brésil et l'Uruguay fournissent l'essence de bois de rose (maintenant assujettie à une reforestation

obligatoire), de gingembre et de certains agrumes. Les poivre et piment se distillent secs sur les divers lieux de production de l'Asie à l'Amérique centrale ou du Sud.

Grâce à ce tour du monde, nous pourrions dresser une carte des odeurs – les douces, les corsées, les ambrées, les fruitées, les épicées, les balsamiques – et découvrir ainsi la secrète géographie des arômes des précieuses essences.

## une culture respectueuse de la vie

La culture biologique n'utilise aucun engrais chimique, ni insecticide ou parasiticide d'aucune sorte. Seuls les amendements marins, végétaux – parmi lesquels les engrais verts faits de luzerne, pourpier, fenugrec, moutarde, phacélie, trèfle – ou minéraux, sont autorisés. Du reste, les huiles essentielles sont parfois utilisées dans la culture biologique : ainsi l'huile essentielle d'ail est un antiparasitaire à raison d'une goutte pour cent litres d'eau d'arrosage.

Quelques organismes internationaux définissent des cahiers des charges très stricts donnant droit à un label de qualité « biologique », appelé AB, produits issus de l'agriculture biologique, pour les produits alimentaires, et une certification « bio » par

Ecocert, Qualité France, Nature et Progrès ou Agrobio en matière d'huiles essentielles.

Les avantages de la culture biologique sont évidents et nombreux : cesser de polluer la terre, bannir les résidus chimiques dans les fruits, les légumes, les plantes et les arbres, éviter de polluer les nappes phréatiques tout en maintenant naturellement l'équilibre des sols afin que les enfants à venir puissent toujours consommer une fraise au goût inimitable de... fraise, ou un pain de céréales digne de ce nom. En plus du respect des goûts authentiques et du privilège de nous proposer des produits de qualité, l'agriculture biologique contribue à l'épanouissement de notre santé. Connaissons-nous vraiment les interactions et les inconvénients de tous les produits chimiques d'une alimentation standardisée dont nous assomme la grande distribution ? Quelques derniers exemples retentissants concernant viande et poisson nous amènent à réfléchir et ont, de plus, favorisé la sensibilisation d'une grande partie des consommateurs aux indéniables vertus d'une agriculture biologique. La culture en biodynamie est une culture biologique qui tient compte également de l'astrologie et des cycles lunaires pour les plantations et les cueillettes, selon les principes de l'école Rudolf Steiner du Goetheanum (Suisse). Son label se nomme Demeter : une dose d'amour en plus !

## apprivoiser l'invisible

L'huile essentielle est le produit noble résultant de la distillation d'une plante aromatique (par exemple la sauge), d'une fleur (telle la rose), d'une semence (comme la carotte), d'un bois (tel le santal), d'un fruit (par exemple la bergamote), d'une baie (comme le genièvre) ou encore d'une sève d'arbre (par exemple la térébenthine). L'huile essentielle est composée de terpènes, d'esters, de phénols, d'aldéhydes, d'éthers, d'oxydes, d'acides... La formule chimique d'une essence définie varie quelque peu en fonction de l'année, de la période de maturité pour la cueillette, du terroir et de l'ensoleillement. Les « chémotypes » seront quelque peu différents, tout comme se distinguent les éléments et les tanins de plusieurs vins d'un même cru. La technique de distillation choisie, vapeur lente par exemple, et le savoir-faire du distillateur concourent à fabriquer une bonne huile essentielle, tout comme le boulanger fait un bon pain. Couramment appelée essence, l'huile essentielle est un produit volatil, éthérique et odorant. Son odeur est celle de la plante dont elle est extraite. L'odeur d'une plante est son « identité », sa protection, son « aura ». Il existe différentes méthodes pour « capturer » les essences, variant avec la nature de la plante (fleur, racine, écorce, feuille ou baie) ainsi qu'avec les progrès des techniques de l'industrie du parfum. Pendant de nombreuses années, les trois seules

méthodes utilisées furent la distillation pour les plantes entières, l'enfleurage pour les fleurs fragiles, comme le jasmin, la violette, la rose de mai ou le mimosa, et l'expression mécanique (ayant été surtout utilisée en Italie pour obtenir des essences d'agrumes). Pour l'usage aromathérapeutique, seules les huiles essentielles obtenues par distillation à la vapeur lente et expression mécanique satisfont aux normes strictes « d'huiles essentielles aromatiques à usage thérapeutique ».

D'usage courant à partir de la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle, la distillation à la vapeur d'eau utilise un alambic, dispositif sans lequel on ne saurait rien de l'âme des plantes. Invention des Arabes, c'est à lui que l'on doit d'avoir domestiqué le feu pour distiller les plantes et en recueillir les volatiles essences. D'une plante à l'autre, le temps de distillation peut varier considérablement, mais soustraire d'une vapeur rebelle quelques larmes dont on recueillera le précieux du cœur est toujours une opération délicate.

Chaudière, col-de-cygne et cuve ont ce pouvoir d'apprivoiser l'invisible pour nous en restituer toute la magie. Fleurs, plantes ou parties de la plante sont placées par centaines de kilos ou par tonnes dans le bac en cuivre.

Cette chaudière s'appelle aussi la « cucurbite ». Le chauffage crée, par ébullition, une vapeur lente qui se charge au passage des essences de la plante dont elle a fait éclater les sacs aromatiques. L'alambic à feu nu est le plus

ancien: le chauffage au bois se faisait sous la cucurbitate; cependant, il n'était pas facile d'en régler la chaleur. La vapeur odorante passe dans le chapiteau ou tête d'alambic, dans le col-de-cygne, puis dans le serpentin du réfrigérant ou du refroidisseur. Elle se condense et redevient liquide. Ce liquide est recueilli au robinet dans un essencier, encore appelé vase florentin.

De densité différente, les deux substances vont se séparer naturellement. Plus légère que l'eau, l'essence reste en surface, tandis que s'écoulent par la partie basse ce que l'on appelle les petites eaux. La cohobation ou cohobage consiste à faire passer plusieurs fois par un siphon relié à la cucurbitate ces eaux florales sur les plantes pour obtenir des eaux plus parfumées pour des fleurs délicates: eau de rose, eau de fleur d'oranger... L'essence, elle, est décantée puis filtrée. Elle peut être aussi affinée grâce à un œuf de rectification.

L'essence précieuse est conservée à l'abri de la chaleur, de la lumière et de l'air et sera transportée dans des bouteilles protégées de paille ou des récipients hermétiques en cuivre, en fer ou en Inox, appelés « estagnons », fermés par un bouchon de liège scellé à la cire. D'autre part, contenant des microparticules d'huiles essentielles en suspension, l'eau de distillation est soigneusement mise dans d'autres fûts. Selon sa qualité, on l'appelle une eau florale, un hydrolat ou, comme je l'ai baptisé, un hydrosol, qui correspond au premier tiers des eaux de distillation à l'eau de source avec des plantes

sauvages ou de culture biologique, contenant de 0,3 à 0,6 % de microparticules d'huile essentielle. Les fins de distillation contiennent moins de 0,1 % d'essences en suspension. Ces eaux distillées aromatisées partiront vers les laboratoires de parfumerie pour être transformées en produits de beauté.

L'extraction par expression mécanique est utilisée pour les agrumes, citron, orange, bergamote, mandarine et pamplemousse. Les fruits, ou parfois simplement les écorces, sont fortement pressés. La pulpe est extraite, puis le zeste est humecté et pressé. On recueille l'eau et l'essence qui seront séparées par différence de densité, à la suite d'une décantation à froid.

En dehors de ces procédés, l'industrie de la distillation connaît d'autres traitements spécifiques des essences: la purification (distillation des parties légères), la déterpénation (élimination des terpènes) et le fractionnement (isolation d'un constituant ou « isolat »).

Si toutes les plantes peuvent se distiller, elles ne génèrent pas toutes une huile essentielle: seules les plantes à forte teneur en principes aromatiques donneront des huiles essentielles, soit toutes les plantes aromatiques culinaires et certaines fleurs odorantes. L'hydrolat ou hydrosol – eau qui a servi à la distillation – peut être produit même lorsqu'il n'y a pas de production d'essence; c'est le cas des hydrolats de champignon, de buis, de gui, de sureau, de mélisse, de tilleul, de bleuet, d'achillée millefeuille...

# qualité des huiles essentielles

Toutes les huiles essentielles ont un grand pouvoir antiseptique, désintoxiquant, revitalisant. De ce fait, elles augmentent la résistance à la maladie, améliorent les défenses immunitaires et préviennent toutes infections et contagions. En prévention ou en traitement curatif, elles s'utilisent de trois différentes manières : en diffusion dans l'atmosphère (huile essentielle naturelle), en friction (huile essentielle naturelle et/ou diluée), ou encore en absorption interne (huile essentielle naturelle ou de préférence diluée).

Avant d'aller plus loin, j'aime à vous rappeler les propriétés communes et les qualités spécifiques des huiles essentielles aromatiques.

La plupart des « recettes » d'aromathérapie relèvent du simple bon sens et de la connaissance précise de l'utilisation des huiles essentielles aromatiques. Pour les animaux, comme pour l'être humain, on privilégie les huiles essentielles de bonne qualité, non traitées et non assaisonnées à la sauce « chimie ». En tout cas, elles doivent être présentées en flacons de verre teinté, conservées à l'abri de la chaleur et de la lumière. L'étiquetage doit montrer l'appellation exacte de la plante ; il est normal, également, de connaître la provenance (lieu de distillation), le nom latin et la partie distillée

(écorce, feuille, plante entière, baie ou racine). Si vous le désirez, le fabricant doit vous les donner.

Nous parlerons toujours des actions et des bienfaits des huiles essentielles à condition qu'elles soient obtenues par distillation à la vapeur d'eau ou par expression mécanique de plantes ou de fruits non surchauffés. Évidemment, ces huiles essentielles de qualité sont non coupées et non reconstituées synthétiquement.

L'origine de la plante distillée est précieuse car, avec son « cru », elle donne ses propriétés. En effet, la proportion des constituants peut sensiblement varier d'un terroir à l'autre.

La partie distillée de la plante est une autre indication prépondérante, selon qu'il s'agit de l'écorce ou des feuilles, comme pour la cannelle par exemple, où la proportion de certains constituants varie fortement.

Bien que moins rigoureux, les caractères organoleptiques sont des paramètres intéressants dans l'exigence de la qualité des huiles essentielles.

– De même la couleur, définie à la sortie de l'alambic se modifie avec l'oxydation et le vieillissement : la sarriette d'un beau rouge sombre devient noirâtre ; la camomille matricaire d'un beau bleu indigo devient brunâtre ; etc.

– De même l'odeur et la saveur seront jaugées par un « nez » connaisseur.

– De même les opalescences, qui dénotent à coup sûr la falsification des huiles essentielles excepté pour les opalescences normales du *Litsea cubeba*, du patchouli, de l'amyris, du santal, provoquées par le fer en suspension. La lavande peut montrer une opalescence à la fin de la distillation : les particules d'eau en suspension en sont la cause. On supprime cette opalescence en filtrant au sulfate de soude (déconseillé) et, surtout, en distillant des plantes sèches, mi-sèches et non pas des plantes fraîches.

Les mesures physiques complètent la mesure des caractères organoleptiques : ce sont essentiellement le pouvoir rotatoire, la densité, l'indice de réfraction et la solubilité dans l'alcool éthylique.

Les analyses chimiques, telles que les indices d'ester et d'acide, les dosages des terpènes, phénols, cénols... complètent les analyses physiques.

Depuis le XIX<sup>e</sup> siècle, l'industrie de la parfumerie en pleine expansion et la mise au point des analyses chromatographiques ont apporté des éléments nouveaux aux fabricants-distillateurs.

Pour s'assurer de la qualité des huiles essentielles, il est possible actuellement de recourir à différents tests : l'analyse bioélectronique, la chromatographie en phase gazeuse ou liquide, la chromatographie

capillaire, moléculaire (RMN), les analyses en couches... et enfin la radiesthésie. Ces analyses permettent de déceler des falsifications, tout comme un « nez » peut également le faire d'une manière empirique.

Les huiles essentielles provenant de plantes de culture biologique certifiées par les organismes agréés (non traitées aux engrais de synthèse) offrent le maximum de garantie de qualité ainsi que les essences provenant de plantes sauvages.

Les huiles essentielles sont toutes :

- antiseptiques, antimicrobiennes, anti-infectieuses (pour la majorité d'entre elles),
- désintoxicantes
- revitalisantes
- régulatrices du système nerveux et des glandes hormonales.

*nota bene*

Les propriétés d'une huile essentielle ne sont pas forcément celles de la plante dont elle est tirée. Réciproquement, la plante ne possède pas forcément les propriétés de l'huile essentielle correspondante.

Les huiles essentielles ou essences aromatiques ne sont pas des huiles grasses. Leurs composants, essentiellement volatils, ne tachent pas le papier.



## super action des huiles essentielles

Concentrés de principes actifs généraux et spécifiques, les huiles essentielles permettent en thérapie des actions rapides. Elles sont pour la plupart lévogyres, contrairement aux substances chimiques de synthèse qui sont généralement dextrogyres.

Les concentrés de plantes en jus, alcoolatures et infusions n'ont pas la puissance d'action des huiles essentielles. Tout comme l'homéopathie, ils peuvent compléter un traitement aux huiles essentielles. Quant à la rapidité d'action, trois à six semaines suffisent en général pour rétablir un terrain déséquilibré (jusqu'à trois mois) dans les affections relevant d'un traitement aux huiles essentielles.

## propriétés étonnantes d'électivité

C'est un phénomène unique dans le domaine de la thérapie naturelle. Une huile essentielle appliquée sur une partie du corps est attirée par la partie du corps, l'organe ou la fonction débilitee! Cette possibilité exceptionnelle d'être comme « aimantée » est la propriété exclusive de l'huile essentielle, tandis que plantes et jus de plantes ne la possèdent pas.

## puissance d'action

Les huiles essentielles ne sont pas une panacée mais, dans 80 % des cas, elles provoquent une amélioration notoire avec recrudescence d'énergie vitale dans les cinq à dix premiers jours; pour certaines affections, l'effet est immédiat, la résolution complète du problème survenant généralement dans les trois semaines à trois mois. Dans tous les cas, aucune thérapie n'étant la pierre philosophale, un traitement aromathérapique bien conduit sera complété par une nouvelle hygiène de vie saine (alimentation, déblocage vertébral, exercice physique et plein air, attention et considération portées à l'animal). En dépit de son extrême puissance d'action, l'aromathérapie n'échappe pas à la grande loi des médecines douces: « une médecine globale ralliant toutes les thérapies naturelles » (J. Valnet)

J'aime beaucoup cette recommandation aux médecins du docteur J. Valnet, auteur de *Docteur nature* (éditions Fayard) et *Aromathérapie, traitement des maladies par les essences de plantes* (éditions Maloine) : « ... que nous sommes encore loin d'avoir tout trouvé scientifiquement, mais que le médecin sera bien inspiré, en attendant mieux, de tenir compte des enseignements empiriques du passé, et d'utiliser – pour soigner les malades – les traitements connus pour être efficaces, même si nous ne savons pas encore pourquoi ».

*nota bene*

L'huile essentielle d'origan d'Espagne possède :

– une action anticollibacillaire au premier rang de l'aromatogramme <sup>1</sup>, plus forte que thym, cannelle de Ceylan, sarriette, girofle, pin et cajepout;

– une action anti *Proteus* de premier rang;

– une action anti-infectieuse de premier rang :

◇ contre les staphylocoques dorés

◇ contre le streptocoque B hémolytique type A

◇ contre le pneumocoque

◇ contre le *Candida albicans*

◇ contre les entérocoques, *Streptococcus faecalis*...

C'est, en toute occasion et selon les résultats de l'aromatogramme, l'huile essentielle aux pouvoirs antiseptiques les plus importants !

L'huile essentielle de sarriette agit sur les gènes microbiens avec une concentration vingt fois moins importante que pour les autres labiées utilisées en pharmacologie (lavande, romarin, sauge) et une concentration de deux à huit fois moins importante que pour le thym.

« L'huile essentielle de citron neutralise le bacille de la typhoïde – Eberth –, le staphylocoque doré, le bacille de la diphtérie – Loeffler – et le pneumocoque en moins de trois heures », dit le docteur J. Valnet.

<sup>1</sup> Cet examen est l'équivalent d'un antibiogramme où les antibiotiques sont remplacés par des huiles essentielles.

**action physico-chimique**

Résultats étonnants sur toutes les maladies dans lesquelles le pH sanguin est alcalin, le rH2 correspondent à une solution oxydante et la résistivité est faible (travaux de L. C. Vincent).

**action sur l'énergie vitale**

L'action vibratoire de chaque huile essentielle relance par induction les vibrations internes propres à l'ensemble des cellules constituant le corps vivant, soit des milliards de petits moteurs cellulaires. L'aromathérapie se situe aux premières places des médecines dites « de terrain » par le fait qu'elle agit directement en augmentant la force vitale, permettant ainsi le renforcement des immunités naturelles et la possibilité d'autoguérison. Chez la plupart des animaux, une cure de chlorure de magnésium ou de sel de Nigari complète ce traitement de terrain (voir posologie dans « Les grands soins »).

## les grands soins

Les grands soigneurs à notre disposition : le vétérinaire, l'ostéopathe, l'homéopathe, le maréchal-ferrant, le pareur, le dentiste, l'éthologue, le comportementaliste, le faiseur de secrets, le diététicien, le communicateur, le kinésologue, l'acupuncteur, le praticien de shiatsu et le rebouteux, le radiesthésiste (pour retrouver le chien perdu), le guérisseur, l'aromathérapeute (feu, brûlures, dermatoses, coups, saignements, hémorragies...).

Toutes ces compétences sont complémentaires, pensez à y avoir recours.

L'homéopathie, la spagyrie et les fleurs de Bach sont remarquables pour leurs effets immédiats sur les animaux. Les fleurs de Bach travaillent principalement sur les émotions. L'homéopathie, la spagyrie, l'aromathérapie, les thérapies quantiques travaillent sur le terrain et induisent les corrections métaboliques ou organiques nécessaires.

Les animaux semblent avoir une âme collective ; ils s'incarnent auprès des humains pour leur servir de miroir et être leur thérapeute de vie.

Bien souvent, l'animal porte les mêmes symptômes que son gardien et nous pouvons voir les symptômes diminuer chez l'animal en soignant le gardien.

L'harmonisateur ou communicateur : la communication, encore appelée « communication intuitive », est de plus en plus utilisée pour permettre aux animaux de passer leur message à leur gardien. Consultez rapidement le « communicateur » ou la personne qui parle aux animaux... oui oui certains humains parlent aux animaux !

L'isopraxie est utilisée dans l'équitation éthologique pour communiquer aux chevaux le mouvement désiré : « l'épaule en dedans » est demandé en exécutant soi-même le mouvement avec sa propre épaule.

Le « secret » et la kinésiologie... Pour une douleur, une cicatrice, pour tous les petits bobos, voilà un exercice de kinésiologie simple et efficace : croisez l'index et le majeur, dessinez un huit sur l'endroit à traiter en commençant par la montée à droite puis ouvrez autour du huit comme des rayons de soleil avec doigts écartés et vos deux mains... Cette technique vise à réparer toutes formes de lésion... vous pouvez confirmer votre action en appelant une personne ayant le « secret ».

Vous verrez par exemple les brûlures des marques au fer rouge des chevaux gonfler et reprendre la cicatrisation...

## les huiles essentielles en aromathérapie vétérinaire

Il y a trois moyens d'absorber les huiles essentielles : traitement interne, diffusion ou friction.

Les huiles essentielles dans la nourriture et dans l'eau : traitement interne.

Les eaux aromatiques (hydrosols) dans l'eau : traitement interne.

Les huiles essentielles en diffusion : traitement externe.

Les compositions cicatrisantes, aseptisantes, nettoyantes : ce sont les compositions aromatiques « clés » en traitement externe.

36

JE SOIGNE  
MON ANIMAL

### *les huiles essentielles dans la nourriture*

Elles se diluent aisément dans la nourriture, comme un simple assaisonnement.

Dose générale : 1 à 10 gouttes d'huile essentielle 2 à 3 fois par jour selon l'animal et son poids.

Le traitement en période de crise est de 3 à 7 jours.

En période de prévention ou d'après crise, une prise par jour pendant 1 à 3 semaines.

En période de diète, les huiles essentielles peuvent s'ajouter :

- dans l'eau de boisson (bien qu'insolubles dans l'eau) ;
- dans du jus de carottes (chien, chat, cheval) avec levure alimentaire ;

– dans l'eau avec levure alimentaire (concentré de vitamines du groupe B) : chats, chiens et chevaux en sont friands.

### *nota bene*

Les chats n'aiment pas les huiles essentielles, ils les rejettent et « moussent ».

### *posologies*

Chien : généralement 1 à 5 gouttes selon le poids (1 goutte pour un petit chien, 3 gouttes pour un chien moyen et 5 gouttes pour un gros chien)

Cheval, vache : 10 gouttes

Chèvre, mouton : 5 gouttes

Oiseaux : 1 goutte sur 10 grains. On ne donne qu'un grain, donc un dixième de goutte.

Ces posologies diffèrent selon les cas ou les prescriptions.

### *les eaux aromatiques dans l'eau de boisson*

Dans des cas précis (oiseaux, volailles et chats), les eaux aromatiques (eaux premières de la distillation contenant encore des micro-particules d'huile essentielle en suspension) seront préconisées (voir tableau des principales affections). L'hydrosolthérapie est une homéopathie d'aromathérapie.

Préparation : 3 à 5 cuillerées à soupe d'eau aromatique dans 1 litre d'eau

Rappelons que des prises faibles et répétées au cours de la journée donneront toujours plus de

résultats qu'une dose forte par jour en une seule fois. À utiliser en guise d'eau de boisson... de santé.

### *les huiles essentielles en diffusion*

Pour tous les élevages, les étables, écuries, chatteries et volières, le diffuseur électrique permet aisément de disperser les huiles essentielles dans l'atmosphère. Les huiles essentielles respiratoires et antiseptiques seront diffusées de cette manière. Les huiles essentielles calmantes et toniques seront plutôt utilisées en frictions, onctions ou absorbées par voie interne; les huiles essentielles digestives, draineuses et revitalisantes en traitement interne (dans la nourriture).

Le diffuseur d'arômes fonctionnera d'une à douze heures par jour selon les cas (voir indications dans les chapitres concernés).

Parmi les propriétés sympathiques des huiles essentielles, rappelons leurs actions antiseptiques, anti-infectieuses, et revitalisantes. Elles s'utilisent toujours de trois manières principales : diffusion dans l'atmosphère, friction (traitement externe) et absorption (traitement interne). Leurs effets sont rapides, entre quelques minutes et quatre heures pour des réactions physiologiques.

Pour avoir l'appellation « hydrosol » ou « eau précieuse aromatique », l'hydrolat doit provenir

d'une plante aromatique de culture biologique, distillée à l'eau de source, dont on conservera uniquement les premiers litres de tête de distillation. La totalité de l'eau de distillation est l'hydrolat, plus communément appelé « eau florale ». Lors de la distillation, l'eau chauffée passe à travers la plante, la vapeur s'imprègne de ses principes aromatiques avant d'être refroidie. Toute distillation requiert la présence de quatre états de la matière : le végétal, solide; la vapeur, éthérique; un liquide, l'eau précieuse avec son huile essentielle... et le feu qui permet cette opération quasi magique. L'hydrolat ou eau florale que l'on trouve communément dans le commerce est souvent un produit de synthèse, non naturel ou « coupé ». L'hydrosol ou eau précieuse aromatique, certifié de qualité bio, est toujours naturel.

## le cataplasme d'argile

*On trouve l'argile dans les magasins de diététique ou les pharmacies spécialisées, en cailloux, en poudre, en tube, verte (la plus utilisée), blanche ou rose. Il existe des cataplasmes et des bandelettes d'urgence tout prêts, à tremper dans l'eau et à appliquer.*

Dans un saladier en verre ou en terre, recouvrez l'argile (en poudre ou en morceaux, verte, rose ou blanche) d'eau. Laissez s'imprégner. Remuez avec une cuillerée en bois (pas de plastique ni de métal) jusqu'à obtention d'une pâte épaisse. Placez une gaze sur la partie à traiter (pour éviter l'arrachage du poil lorsque le cataplasme est sec).

Appliquez 1 à 2 bons centimètres d'épaisseur d'argile.

Posez un mouchoir en papier double sur le cataplasme, puis une bande pour le fixer.

Laissez en place 1 à 3 heures.

Enlevez à l'eau tiède et remplacez par un nouveau cataplasme ou alternez avec une application de composition aromatique adéquate.

### *précautions*

– Ne mettez pas l'argile en contact avec le fer ou le métal (évitiez d'utiliser des récipients et des cuillères dans ces matériaux).

– Si vous devez faire une série de cataplasmes, vous pouvez préparer l'argile à l'avance, la

mettre au soleil et la réhydrater avant utilisation: le soleil charge l'argile d'une énergie particulièrement vivifiante!

– Si la plaie est ouverte, pour éviter le tiraillement et favoriser la cicatrisation, appliquez une gaze fine sur la plaie avant de mettre le cataplasme d'argile.

– Certains soigneurs ont l'habitude de raser les poils de la surface à traiter.

### *principales utilisations*

– L'argile soulage les douleurs et inflammations: rhumatismes, arthrose, maux de dents...

– L'argile fait mûrir les abcès, tire à la surface de la peau écharde de bois, copeaux de métal, venins et, en général, tout corps étranger.

– L'argile nettoie et assèche piqures et blessures.

– L'argile cicatrise plaies et brûlures.

– On peut ajouter l'argile dans l'eau de boisson afin de la dynamiser.

## le cataplasme de chou

Remplace l'argile lorsqu'on n'en a pas. Pour ce faire, écrasez les grosses côtes et appliquez directement sur la plaie, la blessure ou la brûlure. Renouvelez toutes les 2 à 4 heures.

### *précautions*

- Utilisez un chou frais et non traité.
- N'appliquez pas de feuille de chou sur des plaies ouvertes : préférez dans ce cas l'argile.

### *principales utilisations*

Douleurs articulaires, épanchement de synovie, douleurs rhumatismales, rétention d'eau.

## le sel de nigari ou le chlorure de magnésium

Le sel de Nigari est un chlorure de magnésium bio extrait d'algues, riche en sels minéraux et à effet revitalisant et nettoyant. Sa propriété principale est de renforcer le système immunitaire, pour les humains comme pour les animaux. À fortes doses, il a une action laxative.

Prévention : cure de 10 jours par mois

État de crise : cure de 3 à 4 semaines consécutives.

### *posologie*

Pour 1 litre d'eau, dissoudre 20 g de sel de Nigari.

- petit chien : 1 cuillerée à soupe par jour
- chien moyen, mouton, chèvre : 2 cuillerées à soupe par jour
- grand chien : 3 cuillerées à soupe par jour
- cheval vache : 1/2 litre par jour.

## l'huile de millepertuis

C'est l'huile rouge de nos grands-mères. Chère à Maria Treben (célèbre herboriste autrichienne), elle est utilisée couramment en Suisse pour soigner les brûlures, les coups de soleil, certaines douleurs et les dépressions.

Elle a une action réparatrice tissulaire notoire.

Selon le docteur Breuss<sup>2</sup>, l'huile de millepertuis offre deux spécificités : elle améliore la circulation sanguine en général et aurait la faculté de reconstituer les cartilages intervertébraux. Pour les animaux, on l'utilisera pour ses propriétés antidépressives et reconstituantes des cartilages.

De plus, l'huile de millepertuis est un bon support actif pour les huiles essentielles.

<sup>2</sup> Docteur Rudolf Breuss : Médecin autrichien (1899-1990) très connu en Suisse. Il y a encore des produits et des cures qui portent son nom.

L'huile de millepertuis est obtenue par une macération de fleurs de millepertuis dans de l'huile d'olive de première pression à froid et de moins de 0,5 d'acidité lorsque celle-ci est d'excellente qualité. Souvent une double macération de fleurs est souvent faite dans la même huile et nous obtenons une belle huile « rouge » dense et de belle couleur intense.

## levure alimentaire et huile de germes de blé

La levure alimentaire est un excellent complément alimentaire riche en vitamines du groupe B qui renforcent la beauté du poil et du crin et assurent la bonne régénération intestinale. L'huile de germes de blé est riche en vitamines E et tocophérols, des aliments du système nerveux et de la bonne santé des os.

L'huile de cameline ou l'huile de chanvre ont des propriétés identiques.

## le cru

Les animaux sont nourris et vitalisés par le cru : les aliments cuits ne leur sont pas nécessaires. Aucun animal sauvage ne mange cuit ! Un bon nombre d'aliments pour animaux utilisent des éléments cuits et recuits d'origines douteuses et assaisonnés à la sauce synthèse.

Comme pour l'alimentation humaine, préférez des produits certifiés bio pour vos animaux.

## les graines germées

Les graines germées sont maintenant à l'honneur et adoptées par les éleveurs de chevaux en complément alimentaire régénérateur ; le cru est vivant !

Les graines germées apportent sels minéraux et oligo-éléments directement assimilables par l'organisme. (lire *Les graines germées* de Marcel Monnier, éd. Ambre)

## les eaux dynamisées

De source ou filtrées par filtre à osmose inverse, on peut ajouter dans l'eau de boisson des remèdes spagyriques, des intentions positives, des pierres semi-précieuses type quartz, tourmaline, améthyste, des compositions homéopathiques...

Toute l'eau que vous « dynamisez » avec conscience est plus efficace et « suit, rapporte, intègre et redonne l'information engrammée ». Dynamiser de l'eau, c'est simplement la mettre en mouvement avec des formes de huit en remplissant le récipient. C'est aussi « intégrer » un message de paix, santé ou autre intention positive à cette eau. (Voir les travaux et livres du Docteur Masaru Emoto sur les « messages cachés de l'eau » aux éditions Guy Trédaniel)



# principales affections chez les animaux et leur traitement

<i>abattement</i>	chat p 52, chien p 60	<i>aoutât</i>	HE térébenthine ou lemongrass, géranium, cannelle, girofle
<i>abcès</i>	chat p 53, chien p 60 cheval p 77	<i>aphte</i>	HE girofle ou citron
<i>accouchement</i>	infusion verveine Chat p 53, chien p 61	<i>arthrose</i>	voir rhumatismes
<i>aggravée</i>	chat p 53, chien p 62	<i>arthrite</i>	voir rhumatismes
<i>allergie</i>	friction HARôm, cheval p 80	<i>asthme</i>	hysope et voir liste HE respiratoires p 46
<i>alopécie</i>	composition beau poil, cheval p 84	<i>blèmes</i>	cheval p 91
<i>amaigrissement</i>	chat p 54, chien p 65	<i>blessures</i>	voir compo clé a et b, voir aggravée
<i>anémie</i>	chat p 53, chien p 65 cheval p 80	<i>boiteries</i>	friction souplesse voir rhumatismes cheval p 85
<i>angine</i>	voir listes HE respiratoires p 46	<i>bronchite</i>	voir liste HE respiratoires p 46
<i>angoisse, anxiété</i>	HE basilic + marjolaine ; chien p 65 cheval pp 95, 97 oiseaux p 100	<i>brûlure</i>	compo clé b
		<i>calculs urinaires</i>	genièvre ou santal de mysore
		<i>calculs vésiculaires</i>	genièvre ou romarin
		<i>cirrhose</i>	origan, romarin
		<i>cœur, cardiopathie</i>	menthe

<i>coliques</i>	cannelle, carvi; cheval p 80	<i>digestion</i>	menthe ou carvi
<i>conjonctivite</i>	hydrosol bleuet + jus de citron	<i>douleurs</i>	
<i>constipation</i>	voir alimentation pp 54 , 63, 82	◇ <i>articulaires</i>	voir liste HE antalgiques p 46 chien p 71, cheval p 85
<i>corps étrangers</i>	argile; voir aggravée	◇ <i>musculaires</i>	cheval p 87
<i>courbatures</i>	cheval p. 87	<i>dyspepsies</i>	voir digestion
<i>coup de chaleur</i>	menthe	<i>échauffement</i>	cheval p 87
<i>coupures</i>	compo clé a	<i>eczéma</i>	voir dermatoses
<i>crevasse (mamelles)</i>	compo clé b	<i>emphysèmes</i>	voir liste HE respiratoires p 46 ; chat p 56
<i>crevasse (pied)</i>	composition bye champ; cheval p 92	<i>empoisonnements</i>	vétérinaire; chat p 54, chien p 65
<i>dentition (tartre)</i>	voir chien p 69	<i>engorgement</i>	cheval p 89
<i>dépression nerveuse</i>	basilic + marjolaine; camomille + huile de mille- pertuis; friction détente; chiens p 65 ; cheval p 93, oiseaux p 98	<i>entorses</i>	argile, voir liste HE antalgiques p 46
<i>dermatoses</i>	compo clé a + b + chlorure de magnésium, chien p 69, cheval p 84	<i>éparvin du jarret</i>	friction souple; cheval p 87
<i>diabète</i>	eucalyptus + genièvre + citron	<i>épilletts</i>	voir aggravée
<i>diarrhées</i>	cannelle	<i>épines, écharde</i>	voir aggravée
		<i>excitation</i>	voir liste HE calmantes p 46 ; cheval p 95

## affections

<i>fatigue</i>	romarin + coriandre chat p 52 chien pp 60, 66, cheval p 97	<i>griffade</i>	argile + compo clé a
<i>fièvre</i>	diète + chlorure de magnésium + citron et sauge	<i>haleine fétide</i>	menthe, muscade; friction MINôm; friction DIGôm chien p 69
<i>fistule</i>	voir abcès	<i>hépatite</i>	voir foie
<i>flatulence</i>	voir liste HE digestives p 46 ou friction DIGôm, voir alimentation	<i>hémorragies légères</i>	compo clé a
<i>foie</i>	romarin, menthe friction MINôm friction DIGôm; cheval p 93	<i>hémorragies graves</i>	vétérinaire
<i>fourbure</i>	friction CELôm; cheval p 91	<i>hygroma</i>	cheval p 89
<i>fourmilère</i>	cheval p 91	<i>indigestion</i>	diète + hydrosol de romarin + HE carvi
<i>fractures</i>	argile; chat p 54; chien p 66 cheval p 85	<i>infections fongiques</i>	cheval p 90
<i>gale</i>	girofle, pin noir ou genièvre ou citron + lavande + origan; cheval p 90	<i>insomnie</i>	lavande, marjolaine
<i>gastroentérite</i>	diète + vétérinaire	<i>intoxication</i>	
<i>gerçures</i>	voir crevasses	◇ <i>médicamenteuse</i>	menthe
<i>gingivite</i>	argile + compo clé c	◇ <i>chimique</i>	voir empoisonnements
<i>gourme</i>	composition APHôm; cheval p 80	<i>irritation de la peau</i>	chien p 68, cheval p 90
		<i>kyste</i>	argile; cheval p 80
		<i>lumbago</i>	romarin + argile
		<i>luxation</i>	ostéopathie + argile

<i>mal du transport</i>	basilic 48 heures avant + bouquet de persil sous l'animal	<i>paralysie</i>	ostéopathie ou acupuncture + argile + réduire protéines + purge, chien pp 71 et 72
<i>maladie bactérienne</i>	chien p 67	<i>parasites</i>	voir aoutâts, puces et tiques
<i>maladie de carré</i>	vétérinaire	<i>pelade</i>	thym, lavande; eau aromatique de cèdre
<i>mammite</i>	cheval p 92		compo clé b; composition bye grat, chien p 68 cheval p 84
<i>mollette</i>	composition RHUôm; cheval p 89	<i>pertes vaginales</i>	sauge
<i>morsure</i>	lavande + argile	<i>phlegmon</i>	voir abcès
<i>morsure serpent</i>	argile + menthe; vétérinaire	<i>piqûre</i>	lavande ou frotter trois herbes différentes (remède provençal de « bonne femme ») ou persil, ail, oignon frottés ou chou écrasé ou poireau ou tomate
<i>nervosité/névrose</i>	lavande, marjolaine, néroli; cheval p 95	<i>plaies</i>	compo clés a + b + argile
<i>obésité</i>	chien: diminuer ration de moitié p 64 (alimentation) cheval p 83 + citron + genièvre	<i>plaies de selles</i>	cheval p 80
<i>odeurs</i>	chat p 55	<i>poils</i>	chien p 68, cheval p 84
<i>ostéite</i>	cheval p 91	<i>pneumonie</i>	voir liste HE respiratoires p 46
<i>otite</i>	jus de citron ou huile d'olive chaude dans l'oreille	<i>procrastination</i>	voir dépression
		<i>prurit des oreilles</i>	composition bye champ; cheval p 79

## affections

<i>puces</i>	térébenthine + huile d'olive ou friction HE menthe ou feuilles de menthe en litière ou HE lemongrass chat p 56 chien p 70	<i>tiques, petits plombs</i>	pin noir + huile de mille- pertuis chat: eau vinaigrée sur le poil chien p 73
<i>rhumatismes</i>	genièvre + bouleau + pin noir + pin sylvestre+ romarin + hydrosol de genièvre ou sureau + rouler l'animal dans les orties, chien p 71 cheval p 85 et voir HE antirhumatismales p 46	<i>toux</i>	voir liste HE respiratoires p 46 + lavande ou orange; chat p 56 ; cheval p 97
<i>rhumes</i>	voir liste HE respiratoires p 46	<i>toxoplasmose</i>	vétérinaire
<i>seimes</i>	cheval p 91	<i>tristesse</i>	voir dépression
<i>staphylocoques</i>	origan, cannelle, thym, menthe + diffusion compo clé c	<i>tumeurs</i>	vétérinaire – purges
<i>streptocoques</i>	voir staphylocoques ci-dessus	<i>ulcères</i>	argile + compo clé a
<i>stress</i>	cheval p 95 ; oiseaux p 100	<i>vaginites</i>	nettoyer avec eau aromatique de sauge + HE lavande
<i>tartre</i>	poudre d'argile + citron frotté + détartrage	<i>vers</i>	chien p 73 ; cheval p 98
<i>tendinite</i>	friction souplesse; argile; cheval p 88	<i>vomissements</i>	diète + menthe ou lavande ou jus de citron ou eau aromatique d'estragon
<i>tics nerveux</i>	composition HARôm; friction détente; cheval p 95		

# propriétés principales des huiles essentielles

## *amincissantes*

citron, genièvre, géranium, bouleau

## *antalgiques*

lavande, marjolaine, camomille

## « *antibiotiques* »

origan n° 1 de l'aromatogramme

sarriette, cannelle, thym, girofle, menthe

## *antirhumatismales*

genièvre, bouleau, romarin, pin sylvestre, pin noir, santal

## *antiseptiques*

intestinales : carvi, cannelle

génito-urinaires : santal, ylang-ylang, genièvre

respiratoires : thym, origan, cannelle, eucalyptus

## *antispasmodiques*

camomille, estragon

## *calmantes*

*douleurs* voir antalgiques

*dormir* lavande, marjolaine, néroli

*détente* lavande, marjolaine, camomille

## *antidépresseives*

basilic + marjolaine

## *cicatrisantes*

lavande, géranium, romarin

+ voir compositions clé a et b

## *digestives*

carvi, muscade, coriandre, cumin, menthe

## *diurétiques*

citron, bouleau, genièvre, santal

## *respiratoires*

eucalyptus, pin, thym, hysope,

pin noir, tea tree

## *revitalisantes*

coriandre, sarriette, cannelle,

romarin, origan, ylang-ylang

Les bactéricides puissants encore appelés « antibiotiques naturels »

Ce sont les premières huiles essentielles de l'aromatogramme : origan, sarriette, cannelle, thym, girofle, citron...

# la pharmacie vétérinaire aromatique

*L'huile essentielle de térébenthine*: nettoyante, embellit le poil et la robe (chien, chevaux).  
Attention: ne passe pas le contrôle antidopage chez les chevaux.

*L'huile essentielle d'eucalyptus*: respiratoire.

*L'huile essentielle de lavande*: calmante, aseptisante, cicatrisante, antiparasitaire.

*L'huile essentielle d'origan*: la plus « antibiotique » des huiles essentielles.

*L'huile essentielle de cannelle de Ceylan*: stoppe les diarrhées.

*L'huile essentielle de genièvre*: draine les reins.

*L'huile essentielle de menthe*: digestive, aseptisante.

*L'argile pour cataplasme* (voir « Les grands soins »).

*L'huile de millepertuis* cicatrisante est un excellent support (ou dispersant naturel) des huiles essentielles. Elle aide efficacement pour reconstituer vertèbres et cartilages affaiblis

*Le chlorure de magnésium* ou *sel de Nigari*: renforce le terrain.

*L'hydrosol de cèdre*: en application sur la robe du cheval ou sur le poil des chiens, embellit et favorise la repousse (c'est la même chose pour nos cheveux!).

## les compositions aromatiques « clés »

### compo clé a

composition cicatrisante et calmante :

huile de millepertuis.....60 ml  
HE lavande ou lavandin .....15 ml

### compo clé b

Composition cicatrisante et régénératrice des tissus lésés (perte de poils, lésions cutanées, cicatrisation après brûlure)

huile de millepertuis.....30 ml  
huile d'olive.....30 ml  
huile de tournesol.....30 ml  
HE lavande ou lavandin .....15 ml  
HE géranium bourbon .....5 ml  
HE romarin .....5 ml  
HE eucalyptus *globulus* .....15 ml

### compo clé c

composition aseptisante, nettoyante

huile de millepertuis.....15 ml

huile d'olive ou alcool.....90 ml

HE térébenthine .....60 ml

HE lavandin .....15 ml

À utiliser sur les tiques et sur les plaies, coupures, entailles en alternance avec le cataplasme d'argile (sauf pour les chevaux de course).

### *nota bene*

L'huile essentielle de térébenthine, employée seule ou en association avec de l'huile essentielle d'eucalyptus, élimine radicalement tiques et « plombs » chez les chiens.

L'huile essentielle de lavande ou de lavandin, employée seule, nettoie, aseptise, calme et cicatrise plaies et traumatismes.

## les compositions aromatiques spécifiques

### friction souplesse – antidouleur

Synergie de 50 % huiles essentielles (HE) bio de gaulthérie, genévrier, pin, romarin, lavandin, cyprès, marjolaine, santal, rose dans des huiles végétales de sésame et macération de fleurs de millepertuis.

### friction détente – antistress

Synergie de 50 % HE de lavandin, marjolaine, basilic, petit-grain, néroli, rose dans des huiles végétales de sésame et macération de fleurs de millepertuis.

### friction respiratoire

Synergie de 50 % HE de pin, eucalyptus, romarin, sapin, thym, lavandin, origan, rose, giroflier dans de l'huile végétale de sésame.

### friction bye bobo – spray aseptisant

Synergie de 100 % HE d'eucalyptus *globulus*, pin noir de Provence, lavandin, tea tree, tanaïsie et géranium bourbon.

### composition bye vers – contre les vers

Synergie de 100 % HE de tanaïsie, bergamote, sauge *lavandulifolia*, carvi, origan et cannelle.



### composition bye grat – irritations

Synergie de 54 % HE de carvi, thym doux, orange douce, lavandin, cyprès de Provence, sauge officinale, bergamote, coriandre, eucalyptus *globulus*, géranium bourbon, marjolaine sylvestre, sapin blanc, patchouli, sauge *lavandulifolia*, thuya, myrte sauvage, rose dans des huiles végétales de sésame, olive, noyaux d'abricot et macération de fleurs de millepertuis.

### composition bye champ – pourriture de fourchette

Synergie de 77 % HE de tea tree, lavandin, sauge officinale, thym rouge, cyprès, pin, sauge *lavandulifolia*, cannelle, ylang-ylang, géranium bourbon, santoline dans une macération de fleurs de millepertuis.

### composition digestive

Synergie de 50 % HE de muscade, carvi, lavandin, marjolaine, basilic, coriandre, romarin, cumin, rose dans des huiles végétales de sésame et macération de fleurs de millepertuis.

### composition beau poil – antiparasitaire

Synergie de 67 % HE d'eucalyptus *globulus*, tea tree, romarin, pin noir, géranium bourbon dans de l'huile végétale de sésame.

## les frictions 100 % huiles essentielles utilisées en aromathérapie vétérinaire

### friction DIGôm

Synergie de 100 % HE de carvi, muscade, lavandin, marjolaine, coriandre, basilic, romarin, rose et cumin.

### friction APHôm

Synergie de 100 % HE de romarin, lavandin, ylang-ylang, muscade, coriandre, sarriette, origan, géranium bourbon, cannelle écorces, girofle et rose.

### friction HARôm

Synergie de 100 % HE de cèdre, lavandin, camomilles romaine et sauvage, santal, bois de rose et rose.

### friction RHUôm

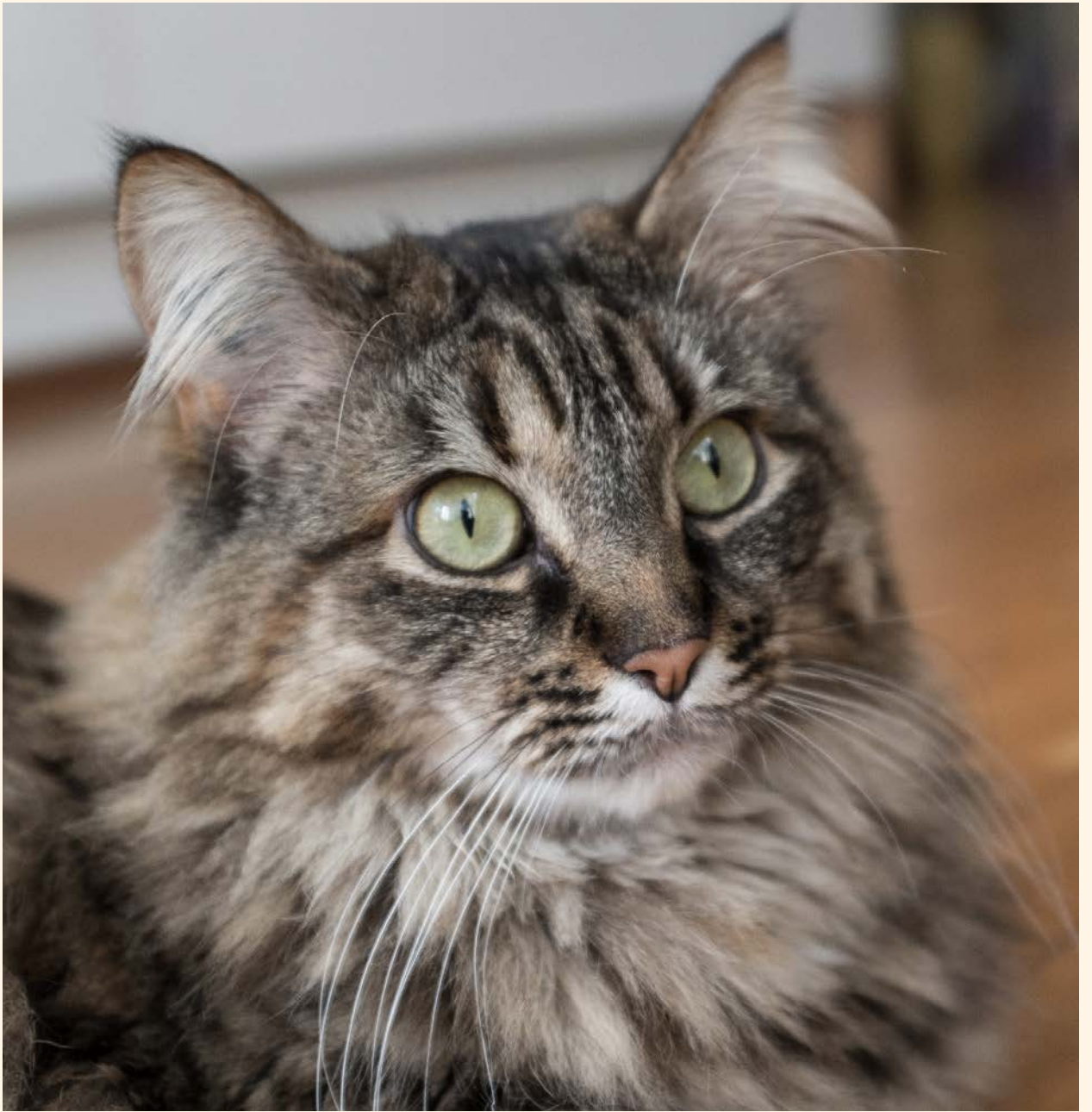
Synergie de 100 % HE de gaulthérie, genévrier, romarin, lavandin, marjolaine, cyprès, et rose.

### friction CELôm

Synergie de 100 % HE de lavandin, sauge *lavandulifolia*, romarin, pin sylvestre, menthe poivrée, gaulthérie, cyprès, bois de rose ou géranium, genévrier et rose.

### friction MINôm

Synergie de 100 % HE de romarin, eucalyptus, cyprès, gaulthérie, géraniums, carvi, genévrier, sauge *lavandulifolia* et rose.



## je suis un animal de compagnie

*les règles d'or*

*pour que je puisse vous aimer longtemps...*

Je ne suis pas un jouet: j'ai besoin d'affection, parfois de jeux si je suis un chaton ou un chiot.

J'ai besoin de propreté si je suis dans un appartement, et j'aime que l'on me dise où faire mes besoins.

J'ai besoin de nourriture, chaque jour. Si je suis un chat, j'aime aussi chasser.

J'aime sortir et courir dans la campagne, ou au moins à l'air libre (même si je suis tenu en laisse).

Je n'aime pas être abandonné pendant vos vacances ou vos très longs week-ends. Emmenez-moi ou mettez-moi en pension chez vos amis (ou au chenil).

Ne me frappez pas inutilement: apprenez-moi les règles de votre maison, je peux les comprendre.

Lorsque je vais mal, soignez-moi et améliorez mes conditions de vie. Il me manque peut-être quelque chose! Aimez-moi encore plus!

## le chat

Le chat est un chasseur, particulièrement indépendant et peu fragile. Il est né pour chasser et manger souris et mulots; parfois, il rapporte un petit lapin, la moitié d'un écureuil ou encore un oiseau: c'est sa nature! On sera bien avisé de lui donner sa ration normale et de ne pas le surnourrir! Combien de chats d'appartement sont gros, gras, ne peuvent plus jouer, et ne savent plus chasser du fait de leur embonpoint. Lait, fromages, viandes et poissons sont ses aliments préférés. Pourquoi ne pas les lui donner non cuits? En effet, dans la nature, le chat sauvage ou livré à lui-même ne fait pas cuire ses aliments! À la maison, pour le chat domestiqué, les boîtes et les croquettes toutes prêtes, autrefois simples dépannages, sont malheureusement devenues une habitude. Il est encore possible, lorsqu'on a le temps, de lui préparer sa ration alimentaire variée et plus crue que les boîtes! On doit aussi lui laisser la possibilité de se procurer sa nourriture: souris de la maison, mulots des caves et des hangars, rats... En général, il est très fier de vous montrer sa proie avant de partir se régaler gentiment dans un coin tranquille.

Le chat est un animal indépendant, autonome et résistant. Le chat d'appartement est beaucoup plus fragile que le chat de campagne.

Notre ami le chat a d'abord besoin de ne pas être abandonné à la veille des vacances, d'être aimé et bien traité, de ne pas être suralimenté... et qu'on lui porte l'attention qui lui est due : sa compagnie, sa présence, sa complicité et son attachement nous le rendent bien.

**SURTOUT, NE JAMAIS FAIRE DE FRICTION D'HUILES ESSENTIELLES PURES SUR LE CHAT : SA PEAU ET SON POIL AUX RÉCEPTEURS SENSORIELS AIGUS NE LE SUPPORTENT PAS !**

Le chat accepte difficilement l'absorption des huiles essentielles, il les rejette et « mousse » fortement ce qui est effrayant, car ce sont des symptômes identiques à ceux de la rage. Préférez les eaux aromatiques.

Si le cas l'exige, le moyen le plus simple est de placer la goutte d'huile essentielle sur le doigt du gardien et de poser le doigt sur sa langue (ce qui n'évite pas les réactions intempestives de monsieur chat).

## abattement, fatigue

Dans ce cas, laissez l'animal au repos avec eau à volonté – d'instinct, il ne mange pas. Un à deux jours de diète suivis d'une alimentation coupée en 2 ou 3 portions dans la journée le remettent sur patte. Ajoutez dans la pâtée 1 à 2 gouttes d'huile essentielle d'orange ou 1 goutte d'huile essentielle de camomille pendant 2 à 3 jours.

*On donne souvent aux chats de concours de beauté un calmant ou un léger somnifère avant la présentation afin qu'ils n'agressent pas les juges. Si le chat s'endort, il est disqualifié. Un jour, une charmante gardienne d'un chat gagnant a souhaité un traitement aromatique. J'ai donné 30 minutes avant la présentation 1 goutte de camomille qui relaxe et détend. Elle a déposé sur la langue de son chat la goutte que j'avais mise sur son doigt. Il a tellement « moussé » pendant plus de 10 minutes dans sa cage dorée que tout le monde a pensé qu'il avait... la rage ! Au moment de la présentation il fut calme, son allure féline fit sensation et il fut de nouveau le chat vainqueur.*

L'anorexie ou « perte d'appétit » pendant plus de 4 à 5 jours requiert le vétérinaire. Il est possible déjà d'ajouter 2 à 3 gouttes d'orange dans un mélange d'eau et de levure alimentaire et du sel de Nigari en cure de 3 semaines, à renouveler si nécessaire.

Chats et chattes maigrissent énormément pendant les amours. Tant que le chat reste joyeux, pas de panique! Il dort et jeûne. En dehors de périodes des amours, si le chat dépérit, il peut s'agir d'anémie, consultez votre vétérinaire. Sachez qu'une anorexie prolongée peut être mortelle pour le chat.

### abcès

1. Il est bon de le faire mûrir, à l'aide d'un cataplasme de feuilles de chou dont on a écrasé les grosses côtes, ou d'un cataplasme d'argile – voir « Les grands soins » – jusqu'à ouverture de l'abcès.
2. Nettoyez avec des compresses et quelques gouttes d'huile essentielle de lavande. Consultez le vétérinaire si vous ne pouvez vider l'abcès.
3. Continuez les cataplasmes d'argile pour favoriser la cicatrisation jusqu'à complète guérison.

#### *nota bene*

En médecine naturelle, nous rappelons que les abcès sont des « manifestations d'élimination » des toxines. Il est nécessaire de les faire mûrir, et non de les faire rentrer!

### accouchement

La chatte est particulièrement autonome et va se cacher (se protéger) pour accoucher. Si votre chatte n'est que très peu indépendante, préparez-lui un endroit propre et surveillé. L'infusion de sauge froide ou hydrosol de sauge facilite l'accouchement, l'infusion de verveine également. À ajouter à sa ration 3 à 4 jours avant le travail.

Gestation: de 63 à 70 jours.

### aggravée, épine sous la patte

Le chat souffre rarement de cette affection. L'animal peut difficilement poser la patte, soit à cause d'une longue marche sur graviers ou cailloux – le traumatisme s'appelle alors aggravée –, ou à cause d'une épine ou d'une écharde entre les doigts, ou encore d'épillet, appelé *espigau* en Provence.

Dans les deux cas, appliquez un cataplasme d'argile jusqu'à amélioration et élimination du corps intrus (voir « Les grands soins »). Alternez le cataplasme avec une composition d'huile de millepertuis et d'huile essentielle de lavande cicatrisante (ou compo clé b).

## alimentation du chat d'appartement

- les souris, s'il en trouve : il faut le laisser chasser
- les poissons et viandes
- des petits morceaux de fromage
- du lait qu'il affectionne lorsqu'il est petit
- du riz (pour l'apport des glucides), légumes
- on ajoutera à son alimentation croquettes et autres plats préparés, de la levure alimentaire, excellent complément de vitamines du groupe B, qu'il affectionne tout particulièrement
- on se souviendra qu'en ne le nourrissant que de boîtes, on ne lui donne pas une alimentation de santé : si on donnait à un être humain uniquement des boîtes de conserve, il se laisserait et déperirait, il en est de même pour le chat, même civilisé.

54

JE SOIGNE  
MON ANIMAL

## empoisonnements

Le chat peut avoir mangé une souris qui, elle, a mangé de la mort aux rats (en général le chat de campagne sait encore faire la différence, le chat d'appartement, à l'instinct émoussé, n'est plus aussi averti!).

Appelez le vétérinaire, et donnez au chat un vomitif le plus rapidement possible.

- donnez 1 goutte d'huile essentielle de menthe ou une cuillerée à café d'hydrosol de menthe
- administrez un lavement anal avec une petite poire à lavement d'oreille par exemple
- faites-lui prendre immédiatement 1 cuillerée à soupe de la solution suivante : 20 g de chlorure de magnésium (ou de sel de Nigari) dans 1 litre d'eau, puis une deuxième cuillerée une heure après, suivie d'une infusion de boldo ou d'une cuillerée à café d'huile de ricin qui peuvent être très utiles pour le faire vomir et éliminer
- le vétérinaire administrera un contrepoison spécifique.

## fractures

Le vétérinaire plâtre, met une attelle ou une broche pour quelques semaines. Dès que le plâtre est enlevé, on peut accélérer la reconstitution du membre cassé avec des cataplasmes d'argile.

Préparation du cataplasme d'argile :

Prendre de l'argile en tube, prête à l'emploi, ou dissoudre de la poudre d'argile dans un peu d'eau jusqu'à obtenir une consistance de « pâte à pain ».

Appliquez un bon centimètre d'argile sur une double gaze et posez sur le membre abîmé : la

gaze permet d'enlever l'argile sans arracher tous les poils.

Le cataplasme est maintenu de 1 à 3 heures le matin et le soir, pendant 1 semaine environ.

Pour faire la pâte d'argile, utilisez un plat en verre ou en terre (pas de plastique ni de métal) et malaxez avec une cuillerée en bois (pas de métal).

Pour dynamiser l'argile, la placer au soleil quelques heures avant son utilisation.

Pendant cette période, on ajoute à l'alimentation du chat une 1/2 cuillerée à café par jour d'huile de germes de blé (vitamines E naturelles) et 1 cuillerée à soupe par jour de levure alimentaire (vitamines B).

La solidification du membre cassé sera grandement accélérée avec l'argile, tout comme elle l'est pour l'être humain avec ces mêmes cataplasmes.

## odeurs de chat

Le moyen idéal d'éliminer les odeurs de chat est d'utiliser un diffuseur d'arômes avec des huiles essentielles assainissantes à odeur forte et fraîche. De toutes les compositions aromatiques essayées, la suivante – appelée Fresh'misterioso – satisfait le plus grand nombre d'utilisateurs et ne déplaît pas aux chats, voire leur plaît!

Pour éliminer les odeurs de pipi de chat:

Fresh'misterioso

HE lavandin .....30 ml

HE menthe douce ou poivrée.....5 ml

HE citron .....10 ml

HE térébenthine ou pin sylvestre .....15 ml

À utiliser nature dans le diffuseur.

On peut également fabriquer la composition suivante :

HE pin noir ou sylvestre.....50 ml

HE menthe douce ou poivrée.....10 ml

Ou encore utiliser lavande et menthe ou térébenthine, pin et menthe.

L'huile essentielle d'eucalyptus ne couvre pas l'odeur du pipi de chat.

L'huile essentielle de verveine exotique repousse les chats, cependant toutes les huiles essentielles douces (orange, mandarine, citron, bois de rose, géranium...) ne font pas bon ménage avec les odeurs de chat.

Les huiles essentielles respiratoires diminuent significativement les odeurs de chat.

Voici les odeurs résorbées avec les huiles essentielles qui, rappelons-le, sont toutes aseptisantes.

## puces

La puce est un des ennemis du chat comme elle l'est pour le chien. Seulement, le chat n'apprécie pas du tout les huiles essentielles, et sa peau particulièrement sensible ne les supporte pas. Une bonne formule est de recouvrir sa litière de feuilles de menthe ou de grains de lavande que les puces fuient. Par ailleurs, l'utilisation de la composition Fresh'misterioso en diffusion dans l'atmosphère assure l'aseptisation du lieu.

56

JE SOIGNE  
MON ANIMAL

### Composition Fresh'misteriso

HE lavandin .....	30 ml
HE menthe douce ou poivrée.....	5 ml
HE citron .....	10 ml
HE térébenthine ou pin sylvestre .....	15 ml

À utiliser nature dans le diffuseur.

## toux, emphysème

En général, la toux survient chez le chat surnourri ou mal nourri. D'instinct, le chat ne mange plus et cherche uniquement à boire. Le traitement est relativement simple :

- on le mettra 1 à 2 jours à la diète à l'eau ;
- on lui administrera un vermifuge ;
- on fera fonctionner un diffuseur d'arômes avec des huiles essentielles respiratoires dans la pièce où il vit.

Dans des conditions spéciales, chez le vétérinaire par exemple, on met le chat dans une cage avec des huiles essentielles respiratoires, 1 à 2 fois par jour, pendant 15 minutes.

Si la cage n'est pas grillagée, mais fermée, on place le diffuseur pendant 5 minutes, et on laisse le chat 5 minutes, ceci 4 à 5 fois par jour.

ON NE FRICTIONNE JAMAIS UN CHAT AVEC DES HUILES ESSENTIELLES ! IL PEUT SEULEMENT LES RESPIRER OU ENCORE LES ABSORBER.

### Composition d'huiles essentielles respiratoires pour diffuseur

HE eucalyptus <i>globulus</i> .....	20 ml
HE pin sylvestre .....	10 ml
HE tea tree .....	5 ml
HE thym doux .....	2 ml

À utiliser nature dans le diffuseur d'arômes.

Vous pouvez également choisir l'huile essentielle d'eucalyptus nature, la meilleure des huiles essentielles respiratoires.







# le chien

## prière du chien

*Quand je naîtrai, tu me choisiras, et pour la vie me garderas*

*Et si parfois dans ta maison, je m'oublie, pardonne-moi, je suis encore petit.*

*Tu verras quand je grandirai, propre, très sage deviendrai.*

*Je ne te demanderai presque rien, une caresse et un peu de pain.*

*En échange de tout cela, je veillerai sur tes biens*

*Et ne laisserai personne importuner tous les tiens.*

*Mon amour et ma fidélité grandiront pour toi,  
Tu seras mon univers, mon avenir et ma joie,  
Sans hésiter, je te donnerai ma vie; mais, s'il te plaît, je t'en supplie,*

*Ne m'abandonne pas! Ne m'abandonne pas!*

Ami fidèle de l'homme, compagnon de voyages, de berger, complice des solitudes ou tout simplement compagnon joyeux, le chien court, chasse, fouine, s'amuse : sa réelle liberté est dans la nature. Le chien n'est pas fait pour vivre enfermé dans un appartement : dans ce cas, deux heures de promenade par jour sont absolument nécessaires à son équilibre. Mais attention, les promenades derrière la voiture

sont interdites. Elles font naître en lui la peur de l'abandon, augmentent son stress et l'empoisonnent aux gaz d'échappement.

Le respect qu'on lui doit pourrait se traduire en quelques règles d'or qui, malheureusement, sont parfois oubliées : pas de sévices ni de coups ; pas d'abandon avant les vacances, et même après ! Assistance obligatoire aux chiens abandonnés ou perdus – il faut les aider à retrouver leur maître (SPA, petites annonces...) ; aux propriétaires de chiennes – les chiots acceptés seront donnés ou vendus dès que l'on sait qu'on ne peut les garder ; entretien, soins et nourriture sont quotidiens ; amour, jeux et temps partagés avec l'animal concourent à sa joie de vivre. Nos grands-pères préparaient la soupe des chiens avec tous les restes de nourriture du repas, cru et cuit, mélangés à de l'eau, du riz brisé ou des pâtes pour chiens (provenant de céréales complètes)... et les chiens n'étaient pas sur-nourris !

Le chien se purge de lui-même s'il vit dehors et à la campagne : lors de ses promenades, il choisit avec soin les herbes spécifiques dont il a besoin. Lorsque le chien est « civilisé », il perd cet instinct et il faut le purger plus souvent. (attention : quelques précautions préalables !)

Le chien vivant à la campagne aime aussi manger les fruits sur les arbres, pommes, poires, cerises et même les mûres et les

framboises dans les buissons. Si le chien a eu l'habitude de croquer des carottes lorsqu'il était jeune, il peut continuer à apprécier les carottes crues !

Bien sûr, le chien est chasseur et il n'est pas improbable que vous le voyiez revenir un jour, triomphant, avec une poule, un canard qu'il apportera à sa toute jeune progéniture : la chienne montre et sert aux petits chiots la nourriture qui leur convient. C'est donc à nous, propriétaires de chiens, de donner à l'animal ce qui lui convient afin d'éviter les dégâts dans les poulaillers voisins !

Le chien super civilisé, qui vit en appartement, sera plus sujet aux maladies en général, sa résistance étant moindre.

## abattement

Repos, calme et diète pendant 24 à 48 heures avec eau à volonté. D'instinct, il cherchera à se purger avec quelques herbes s'il est à la campagne. Lors de la reprise de l'alimentation, coupez la portion journalière en 2 ou 3 prises. Ajoutez dans l'eau de boisson 1 à 3 gouttes d'huile essentielle d'orange ou de carvi pendant 48 heures et selon le poids de l'animal; puis 1 à 3 gouttes d'huile essentielle de romarin pendant une semaine.

Suite à un exercice physique intense, notre ami chien est épuisé : c'est normal, le chien

recupère rapidement ! Mais il ne faut pas confondre cette fatigue physique avec l'abattement.

## abcès

1. Il est bon de faire mûrir l'abcès, à l'aide d'un cataplasme de feuilles de chou dont on a écrasé les grosses côtes, ou d'un cataplasme d'argile (voir chapitre « les grands soins ») jusqu'à ouverture de l'abcès.

2. Nettoyez et videz l'abcès. S'il y a un corps étranger, il sera extirpé et sortira aisément avec un cataplasme d'argile. Ajoutez quelques gouttes d'huile essentielle de lavande sur les compresses de nettoyage ou un spray aseptisant aromatique.

3. Continuez à alterner les cataplasmes d'argile et les compresses à l'huile essentielle de lavande mélangée à l'huile de millepertuis jusqu'à cicatrisation complète ou utilisez la compo clé b

huile de millepertuis.....	30 ml
huile d'olive.....	30 ml
huile de tournesol.....	30 ml
HE de lavande ou lavandin .....	15 ml
HE de géranium bourbon .....	5 ml
HE de romarin .....	5 ml
HE d'eucalyptus <i>globulus</i> .....	15 ml

**USAGE EXTERNE:** appliquez délicatement sur la plaie 1 à 2 fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.

### accouchement

Quelques jours avant le travail, la chienne est fébrile, surexcitée ou exténuée. Si elle vit à la campagne, elle cherche un endroit propice. Préparez-lui un grand panier avec journaux et couvertures, de l'eau à profusion (1 à 2 cuillères à soupe d'hydrosol de sauge dans son eau pendant trois à quatre jours avant le travail), ou de l'infusion de verveine dans son eau. Si elle est surexcitée, ajoutez 3 à 4 gouttes d'huile essentielle de lavande ou d'orange (voir alimentation pendant la grossesse).

Gestation: de 57 à 63 jours.

### *grossesse*

On ajoute à l'alimentation classique de l'huile de germes de blé (vitamine E) à raison d'une 1/2 cuillerée à café par jour et par tranche de 20 kg de poids.

De plus, la future « maman » aura quelques faveurs, davantage de viandes crues, d'os, de croûtes de fromages et d'œufs, de l'huile d'olive.

La levure alimentaire lui est bien sûr recommandée, sachant qu'elle doit déjà faire partie de l'alimentation quotidienne.

### *allaitement*

Il est bon de donner plus d'eau qu'habituellement, un peu de lait, un à deux œufs crus par jour, du jus de fenouil, de l'huile de germes de blé, de l'huile d'olive, de la levure alimentaire, et surtout de doubler la nourriture. La purée d'amande redonne à la chienne qui allaite tous les éléments nutritifs qu'elle a justement donnés à son bébé.

Pendant la période d'allaitement, il est bon d'ajouter des purées de carottes crues, ou des jus de légumes frais dans sa nourriture et deux repas par jour seront bienvenus, sans pour autant l'engraisser outre mesure: elle doit être svelte et alerte dans cette période de sur-fatigue. Du calcium naturellement assimilable (oligo-éléments) et des compléments alimentaires lui sont très profitables pendant la grossesse.

Dès la fin de l'allaitement, on revient progressivement à une alimentation normale. Il sera bienvenu de donner une purge (si possible) et une vermifugation à la fin de l'allaitement, afin de nettoyer l'organisme.

*alimentation du chiot*

Comme pour un bébé, l'alimentation sera progressive en fonction de l'allaitement : le lait de la mère reste le premier aliment ou bien un lait de substitution si la mère n'en a pas ou se trouve séparée du chiot.

Le chiot est généralement sevré vers deux à trois mois.

Il recevra 3 à 4 repas par jour les deuxième et troisième mois, puis 2 repas par jour de 4 à 6 mois.

Nos grands-mères donnaient, en guise de lait amélioré du « lait de poule » ou « lait de chienne reconstitué » (œuf, miel et lait de vache).

On ajoutera au lait conseillé ou amélioré de la levure alimentaire et, bien sûr, c'est le moment pour commencer à donner progressivement les morceaux de viande crue (hachée au début, et en fonction de la taille du chien).

Dès ce moment, on peut également ajouter un jus de carottes crues (ou carottes râpées), ou les résidus de jus de carottes de façon à habituer le chiot à l'alimentation crue, plus saine et vitalisante. L'huile de germes de blé s'ajoutera à la ration alimentaire : c'est un excellent complément de vitamines E, bonnes pour la croissance, l'ossification et l'équilibre nerveux.

La bouillie de céréales pour bébé 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> âge est couramment ajoutée au lait. Je préfère conseiller le lait plus la levure alimentaire.

– Le fameux repas « lait de poule » que donnaient nos grands-mères est toujours d'actualité : lait, œuf cru et miel

– Les carottes crues (ou pulpe de carottes de la centrifugeuse) auxquelles on ajoute de la levure alimentaire et le lait conseillé. Progressivement, on complète par des céréales et de la viande crue

– Les friandises du chiot : des os de veau crus à ronger, qui sont ses jeux et sa nourriture préférés.

Le chien « domestiqué » reçoit son plan nutritionnel (laits spéciaux pour chiots) auquel on peut ajouter les éléments précédemment indiqués.

*aggravée, corps étranger, épine*

L'animal peut difficilement poser la patte, soit à cause d'une longue marche sur graviers ou cailloux – le traumatisme s'appelle alors aggravée –, ou à cause d'une épine ou d'une écharde entre les doigts, ou encore épillet.

Dans les deux cas, le cataplasme d'argile jusqu'à amélioration et élimination du corps étranger est le bienvenu. Alternez le cataplasme (voir « les grands soins ») avec une composition faite d'huile de millepertuis et d'huile essentielle de lavande à part égales.

Épine sous la patte : appliquez immédiatement un cataplasme d'argile. Il fera sortir rapidement l'épine. Puis utilisez la compo clé b.

En cas de gelure, ou engelure des coussinets : huile essentielle de citron en alternance avec cataplasme d'argile.

En cas de brûlures : alternez huile essentielle de lavande ou compo clé b avec cataplasme d'argile.

USAGE EXTERNE : appliquez délicatement sur la plaie 1 à 2 fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.

Compo clé b :

huile de millepertuis.....	30 ml
huile d'olive.....	30 ml
huile de tournesol.....	30 ml
HE de lavande ou lavandin .....	15 ml
HE de géranium bourbon .....	5 ml
HE de romarin .....	5 ml
HE d'eucalyptus <i>globulus</i> .....	15 ml

## alimentation

Grand ou petit, ami de chaque jour, le chien est toujours attentionné. En juste retour, surveillons particulièrement son alimentation. Dans les grands principes, de nombreuses nourritures toutes prêtes existent sur le mar-

ché ; cependant, il conviendra de leur ajouter quelques suppléments alimentaires de qualité.

– Levure alimentaire : vitamines naturelles du groupe B, elle embellit le poil, augmente l'énergie, évite en grande partie les dermatoses. De plus, la levure alimentaire a un goût voisin de celui du fromage et nos chers amis l'adorent.

– Huile de germes de blé : vitamine D naturelle, elle est excellente pour l'ossification et le système nerveux. On l'utilise en cure de 3 semaines périodiquement pour les chiots, jusqu'à 3 mois pour les animaux âgés ou affaiblis.

– Os crus de bœuf ou de veau (jamais d'os de lapin) et de la viande crue sont nécessaires au chien, tant pour jouer que pour sa santé : ce sont ses meilleures friandises, contrairement au sucre, véritable poison pour lui.

– Légumes crus et/ou cuits doivent également enrichir sa nourriture habituelle : si vous préparez des jus de légumes ou de carottes pour votre consommation personnelle, les résidus de carottes dans la centrifugeuse se mélangent avec de la levure alimentaire dans la pâtée. Si le chien est habitué aux légumes cuits, ajoutez tout de même un peu de cru dans le cuit.

– Nos amis chiens adorent les huiles végétales, restes de sauce de salades, à condition qu'il n'y ait ni vinaigre ni citron.

– N'oublions pas que la plupart de nos chiens de campagne peuvent aimer les fruits et les baies qu'ils vont volontiers manger sur les arbres ou dans les buissons lors de leurs promenades. Ils apprécient également les noix et les fruits secs!

On surveille le poids de son chien comme on le fait pour soi: il convient de ne pas le suralimenter. Un chien trop gros ou gras sera plus vulnérable aux maladies, aux infections.

Le chien âgé et le chien mal nourri peuvent se paralyser.

Les produits laitiers, sucre, friandises et gâteries du dimanche matin ne leur sont pas bénéfiques.

Le chien est omnivore et non carnivore. L'idéal pour son alimentation est de répartir à parts égales un tiers de céréales, un tiers de légumes et un tiers de viande.

### *en résumé*

Le chien a besoin d'une nourriture la plus naturelle possible: viandes, os, légumes ou boulettes toutes prêtes lorsqu'on ne peut faire autrement, dans laquelle on ajoute chaque jour:

– de la levure alimentaire, pour 1/10<sup>e</sup> de sa ration journalière

– des germes de blé ou de l'huile de germes de blé, huile de cameline ou vitamine E naturelle en cure de 3 semaines 3 ou 4 fois par an.

Ces principes simples d'alimentation lui permettront d'avoir une meilleure résistance à la maladie et un meilleur équilibre physique autant que mental.

Si vous n'avez pas la possibilité de préparer vous-même la nourriture, demandez au vétérinaire un aliment diététique spécifique et adapté auquel vous ajouterez les compléments alimentaires cités. (Anifit est une marque qui fournit des aliments de qualité pour les animaux, exclusivement produite en Suisse, quelques marques d'aliments pour chiens proposent des aliments certifiés bio de qualité...) Est-il nécessaire de rappeler qu'un chien bien nourri et bien soigné, avec des aliments de qualité tels que nous les avons déjà définis, des huiles essentielles et des compléments alimentaires, aura une résistance à la maladie beaucoup plus importante? Pasteur et/ou Claude Bernard aurait dit: « Le microbe n'est rien, le terrain est tout. » Ces conclusions remettent en cause une vie de travail et de recherches. Tout comme chez l'être humain, le terrain et sa résistance dépendent en premier lieu de l'alimentation.



## amaigrissement, anémie, anorexie

L'anorexie ou « perte d'appétit » pendant plus de 4 à 5 jours requiert une consultation. Ajoutez une goutte d'huile essentielle d'origan (anti-infectieux) et une de carvi (digestif) dans l'eau additionnée de levure alimentaire pendant 10 jours.

En cas d'amaigrissement, il se passe quelque chose d'anormal si l'animal est triste: dans ce cas, cela peut être de l'anémie. Vérifiez les muqueuses de la bouche et des yeux. En cas d'anémie, elles seront blanches: consultez le vétérinaire.

## dépression, tristesse pathologique

Beaucoup de chiens « chéris » manifestent dépression ou déprime, angoisses ou anxiétés, on les dit « tristes »: leur remède, de l'amour et de l'attention et la composition détente en friction externe.

USAGE EXTERNE: versez une cuillerée à soupe de la composition suivante dans la main et appliquez sur le poitrail et le ventre au moins 2 fois par jour.

friction détente

HE lavandin .....	10 ml
HE marjolaine.....	10 ml
HE basilic.....	5 ml
HE petit-grain .....	10 ml
HE néroli .....	5 ml
HE rose .....	1 goutte

À mélanger dans 50 ml d'huiles de sésame et de fleurs de millepertuis à parts égales.

Ou encore le mélange suivant en traitement interne: 1 goutte d'huile essentielle de basilic et 1 goutte de marjolaine dans une 1/2 cuillerée à café d'huile de millepertuis.

On donne 5 gouttes du mélange pour les petits chiens, 10 gouttes pour les moyens et 15 gouttes pour les gros chiens 2 fois par jour.

*nota bene*

L'huile de fleurs de millepertuis est un anti-dépresseur connu depuis plus de deux siècles!

## empoisonnements

En urgence, appelez le vétérinaire, puis en fonction des conseils du praticien, administrez un vomitif, un lavement ou autre.

Dans tous les cas: 1 goutte d'huile essentielle de menthe chaque heure pendant 5 à 6 heures. Pour les empoisonnements « chimiques », le contrepoison est nécessaire: consultez le vétérinaire immédiatement.

Commencez une cure de chlorure de magnésium ou sel de Nigari (voir rubrique « grands soins ») après le traitement d'urgence conseillé.

## fatigue

Les huiles essentielles seront d'un grand secours à un chien triste et fatigué: en l'espace de quelques jours, la bonne forme est retrouvée. D'ores et déjà, on ajoute une cure de chlorure de magnésium ou de sel de Nigari (voir « Les grands soins »).

Composition d'huiles essentielles contre la fatigue du chien

HE romarin.....	10 ml
HE géranium .....	5 ml
HE cannelle .....	2 ml
HE coriandre.....	3 ml

USAGE INTERNE: une goutte de ce mélange par 10 kg de poids, sur la langue 2 fois par jour.

USAGE EXTERNE: appliquez une vingtaine de gouttes du même mélange dilué dans 1 cuillerée à soupe d'huile végétale, sur le poitrail et le ventre, 2 fois par jour.

## fractures

Le vétérinaire met une broche, une attelle ou un plâtre selon la gravité de la fracture.

Pour conforter ce traitement, on peut ajouter un cataplasme d'argile qui accélère la restructuration osseuse. Il en sera de même si le vétérinaire ne peut être consulté rapidement.

Comment faire un cataplasme d'argile?

On prend de l'argile en morceaux que l'on fait dissoudre dans de l'eau, dans un plat en verre ou en terre, avec une cuillerée en bois: on ne met pas en contact l'argile avec le métal ou le plastique. Lorsque la pâte est onctueuse, on pose dans une gaze deux bons centimètres d'argile et on trouve un moyen pour la faire tenir avec bandes, torchons ou bandes adhésives spéciales animaux. On peut appliquer directement l'argile sur la peau; le seul inconvénient est que l'on arrache beaucoup de poils pour enlever le cataplasme.

Le cataplasme d'argile est conservé au moins 3 heures 1 à 2 fois par jour pendant deux à trois semaines, temps approximatif de réparation de la cassure.

Pendant cette période, donnez au chien une alimentation avec plus de « crus »: viandes et légumes, pas de sucreries ni de fromages, ajoutez de la levure alimentaire (deux grosses cuillerées à soupe par jour par 10 kg de poids)

et de l'huile de germes de blé (1 cuillerée à café par jour). Faites faire une cure de chlorure de magnésium ou sel de Nigari (20 g par litre d'eau): 1/2 verre 2 fois par jour dans l'eau ou la pâtée (le chlorure de magnésium est très salé). Une poignée de graines germées est recommandée (sels minéraux et oligoéléments, naturellement assimilables).

Pour dynamiser l'argile, l'exposer au soleil quelques heures avant son utilisation.

## maladies bactériennes ou infectieuses

Quelles qu'elles soient, elles relèvent du même traitement: les huiles essentielles de l'aromatogramme ou la formule idéale correspondant à la composition APHôm :

HE de romarin .....	25 ml
HE de lavande .....	25 ml
HE d'ylang-ylang .....	15 ml
HE de muscade .....	14 ml
HE de coriandre .....	5 ml
HE de sarriette .....	5 ml
HE d'origan .....	2 ml
HE de géranium bourbon .....	5 ml
HE de cannelle (écorces) .....	2 ml
HE de girofle .....	1 ml
HE de rose .....	1 ml

USAGE INTERNE: donnez 1 à 2 gouttes du mélange 3 fois par jour par 10 kg de poids.

USAGE EXTERNE: appliquez une vingtaine de gouttes de la même composition diluée dans 1 cuillerée à soupe d'huile végétale sur le poitrail et le ventre.

Il est bon d'ajouter une cure de 3 semaines de chlorure de magnésium ou sel de Nigari à raison de 20 g par litre d'eau: donnez 1 cuillerée à soupe pour un petit chien, 2 cuillerées à soupe pour un chien moyen et 3 cuillerées à soupe pour un gros chien, 2 fois par jour: chez l'animal, le chlorure de magnésium renforce l'immunité naturelle et augmente la résistance à la maladie.

EN DIFFUSION : un diffuseur d'arômes fonctionne en permanence avec la composition aseptisante suivante :

Pour 100 ml	
HE lavandin .....	40 ml
HE thym thymol (rouge) .....	10 ml
HE origan .....	10 ml
HE eucalyptus <i>globulus</i> .....	20 ml
HE menthe poivrée .....	5 ml
HE cannelle de Ceylan .....	5 ml
HE romarin .....	10 ml

## pelades, maladies de poils et de peau

Le remède souverain est toujours le chlorure de magnésium ou sel de Nigari: 20 g par litre d'eau. Donnez un 1/2 verre 2 fois par jour.

*Je récupère un jour un vieux chien pouilleux et intouchable! Je ne pouvais rien faire d'autre pour lui dans l'immédiat que d'ajouter du chlorure de magnésium dans son eau de boisson. Le lendemain, alimentation à base d'eau et de levure alimentaire, repos et compo clé b sur tout le corps: une semaine après ce chien était méconnaissable!*

68

JE SOIGNE  
MON ANIMAL

Le second remède consiste à ajouter de la levure alimentaire dans les pâtées, ce qui devrait devenir une pratique habituelle.

Un troisième remède possible consiste à appliquer 2 fois par jour les compositions suivantes:

- 1- Eaux aromatiques de cèdre thym et lavande (pour nettoyer en spray ou en compresse).
- 2- Composition bye grat et compo clé b en alternance.

### Composition bye grat

HE carvi.....	5 ml
HE thym.....	5 ml
HE orange.....	5 ml
HE lavandin.....	5 ml
HE cyprès.....	5 ml
HE sauge officinale.....	3 ml
HE bergamote.....	3 ml
HE coriandre.....	3 ml
HE eucalyptus.....	3 ml
HE géranium.....	3 ml
HE marjolaine.....	3 ml
HE sapin blanc.....	3 ml
HE sauge <i>lavandulifolia</i> .....	3 ml
HE thuy.....	2 ml
HE patchouli.....	2 ml
HE myrte.....	2 ml
HE rose.....	1 goutte

Dans 50 ml d'un mélange à parts égales d'huiles de sésame, d'olive, de noyau d'abricot et de fleurs de millepertuis.

USAGE EXTERNE: appliquez généreusement sur les endroits à traiter 2 à 5 fois par jour.

### Compo clé b

huile de millepertuis.....	30 ml
huile d'olive.....	30 ml
huile de tournesol.....	30 ml
HE de lavande ou lavandin.....	15 ml
HE de géranium bourbon.....	5 ml
HE de romarin.....	5 ml
HE d'eucalyptus <i>globulus</i> .....	15 ml

**USAGE EXTERNE :** appliquez délicatement sur la plaie 1 à 2 fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.

Appliquez régulièrement ces compositions jusqu'à amélioration totale. Ce traitement fonctionne également en cas de perte de poils, d'eczéma, et pour la plupart des dermatoses. Dans le cas d'eczéma, rappelons qu'il faut impérativement éliminer les suceries, ces douceurs que l'on a pris la mauvaise habitude de donner au chien comme gâteries et qui lui sont un poison !

### pour avoir un beau poil

Le chien a besoin de compléments vitaminiques du groupe B et il les trouve dans les levures alimentaires qui sont ajoutées régulièrement dans sa pâtée.

Les frictions du poil à l'huile essentielle de térébenthine (de bonne qualité, pas celle que l'on utilise pour les peintures ou les nettoyages) améliorent la brillance du poil, en l'assainissant.

Ou encore mieux la composition beau poil :

**USAGE EXTERNE :** appliquez chaque matin une cuillerée à soupe directement sur le poil.

C'est le produit de beauté du poil de nos amis à quatre pattes !

HE eucalyptus.....30 ml  
HE tea tree.....15 ml  
HE romarin.....15 ml  
HE pin .....15 ml  
HE géranium .....5 ml

Dans 40 ml d'huile de sésame.

### pour éviter l'odeur fétide de l'haleine

Les huiles essentielles de carvi, de cumin et de coriandre ou la friction digestive seront ajoutées chaque jour à raison de 2 à 4 gouttes du mélange dans la nourriture ou posez-les d'abord sur votre doigt et appliquez-les ensuite sur la langue du chien.

friction digestive

**USAGE EXTERNE :** 1 cuillerée à soupe à appliquer sur le poitrail et le ventre du chien.

HE muscade.....10 ml  
HE carvi.....8 ml  
HE lavandin .....8 ml  
HE marjolaine.....8 ml  
HE basilic.....8 ml  
HE coriandre.....4 ml  
HE romarin.....4 ml  
HE cumin .....2 ml  
HE rose .....1 goutte

Dans 50 ml d'huiles de sésame et de fleurs de millepertuis.

L'huile essentielle de menthe peut être également utilisée à raison de 1 goutte 1 à 3 fois par jour: dans ce cas, posez la goutte sur la langue de votre chien, certains l'apprécient !

Par ailleurs, il est conseillé de faire régulièrement détartre les dents de votre chien chez le vétérinaire.

Un chien nourri sainement a bonne haleine.

## puces

Un des ennemis numéro un du chien est la puce. Insidieuse, elle se cache dans le poil, mais aussi dans les tapis, les sols et les vieux parquets.

*Voici quelques formules aromatiques:*

Formule n°1

HE térébenthine .....30 ml  
HE menthe douce ou poivrée.....20 ml  
huile d'olive ou alcool à 90° .....50 ml

Formule n°2

HE menthe douce ou poivrée.....50 ml  
alcool à 90° .....50 ml (en spray)

Formule n°3

– Litière de feuilles de menthe (les puces fuient la menthe).

Formule n°4

– HE lemongrass (surtout en pays tropicaux):  
en spray

La puce peut entraîner une « pulicose », sorte d'eczéma, avec chute de poils et prurit parfois infecté. Il est nécessaire de prévenir plutôt que de guérir.

Par ailleurs, l'utilisation de la composition Fresh'misterioso en diffusion assure l'aseptisation du lieu.

Composition Fresh'misterioso

HE lavandin .....30 ml  
HE menthe .....5 ml  
HE citron .....10 ml  
HE térébenthine .....15 ml  
À utiliser nature dans le diffuseur d'arômes.

## purges

Dans les vermifuges allopathiques traditionnels, il y avait souvent un purgatif.

Pourquoi peu ou pas de purge pour les chats et chiens? Juste une question de pratique, ils éliminent partout et sans crier gare, dit le gardien!

Cependant, juste pour info: 2 à 3 cuillerées d'huile de ricin, de magnésie San Pellegrino

ou de Chloromagène sont d'excellents purgatifs (généralement avant les périodes de vermifugation, dans les cas d'embonpoint, de douleurs articulaires, de certains empoisonnements ou encombrements) bienvenus et efficaces!

## rhumatismes

Avec l'âge, tout comme les humains, beaucoup de chiens souffrent de rhumatismes et autres paralysies.

L'ensemble des rhumatismes et arthroses est bien souvent le résultat d'une suralimentation, d'un manque d'exercices et/ou d'erreurs de sélection génétique. Il est nécessaire d'intervenir rapidement avant l'ankylose, voire la paralysie partielle ou totale du chien, principalement du train arrière dans un premier temps.

La deuxième cause possible de rhumatismes peut être une restriction vertébrale, que l'ostéopathe résout aisément.

### Que faire?

- diminuez la nourriture quotidienne habituelle s'il y a surpoids;
- ajoutez des légumes crus et cuits: purée de pulpes de carottes, ou carottes râpées ou jus de carotte mélangés à de la levure alimentaire pendant environ une semaine;

- donnez bien sûr de l'eau en quantité suffisante, le chien aura tendance à boire beaucoup plus. Ajoutez de l'eau aromatique de genièvre ou de sureau à son eau de boisson (5 cuillerées à soupe dans 1 litre d'eau).

En aromathérapie, on ajoute dans la pâtée journalière 1 goutte d'huile essentielle de genièvre et 1 goutte d'huile essentielle de gaulthérie par 10 kg de poids.

En traitement local, on a recours à une friction matin et soir avec une des compositions suivantes:

Composition d'huiles essentielles pour frictions antirhumatismales:

Faites un mélange avec:

HE pin .....	10 ml
HE thym .....	10 ml
HE romarin.....	10 ml
HE gaulthérie.....	10 ml
HE genièvre .....	10 ml

À mélanger dans 60 ml d'huile de millepertuis.

friction souple

HE gaulthérie.....	8 ml
HE genévrier.....	8 ml
HE pin .....	8 ml
HE romarin.....	8 ml
HE lavandin .....	8 ml

HE cyprès .....8 ml  
 HE marjolaine.....8 ml  
 HE santal .....8 ml  
 HE rose .....1 goutte  
 À mélanger dans 50 ml d'huiles de sésame et de fleurs de millepertuis.

USAGE EXTERNE: 1 cuillerée à soupe 2 fois par jour sur les articulations, le dos, l'arrière-train et sur le ventre.

Cure de 3 semaines minimum, à renouveler jusqu'à l'amélioration souhaitée.

#### *nota bene*

En cas de douleurs vives sur une articulation, un cataplasme d'argile sera toujours le bienvenu (voir mode d'emploi dans « Les grands soins ») suivi d'une friction souple.

Pensez à consulter le vétérinaire et surtout l'ostéopathe!

## paralysies

En début de crise: laissez le chien à la diète 2 à 3 jours avec eau à profusion dans laquelle on ajoute 2 cuillerées à soupe d'hydrosol de genièvre ou de sureau par litre.

Purgez le chien avec de l'huile de ricin (1 à 3 cuillerées à soupe): c'est souvent magique! Cependant l'animal doit être impérativement dehors pour éviter les conséquences des éliminations intempestives dans la maison.

Les compositions suivantes s'appliquent sur l'arrière-train ou la partie paralysée au moins 2 fois par jour, avec conscience et amour!

USAGE EXTERNE: 1 cuillerée à soupe 2 fois par jour sur les articulations, le dos, l'arrière-train et le ventre.

Cure de 3 semaines minimum, à renouveler jusqu'à l'amélioration souhaitée.

Faites un mélange avec:

HE pin .....10 ml  
 HE thym .....10 ml  
 HE romarin.....10 ml  
 HE térébenthine .....10 ml  
 HE bouleau ou gaulthérie .....10 ml  
 HE genièvre .....10 ml  
 À mélanger dans 60 ml d'huile de millepertuis.

Ou friction souple

HE gaulthérie.....8 ml  
 HE genévrier.....8 ml  
 HE pin .....8 ml  
 HE romarin.....8 ml  
 HE lavandin .....8 ml  
 HE cyprès .....8 ml  
 HE marjolaine.....8 ml  
 HE santal .....8 ml  
 HE rose .....1 goutte  
 À mélanger dans 50 ml d'huile de sésame et de fleurs de millepertuis.



Les cataplasmes d'argile peuvent compléter ce traitement.

## tiques et petits « plombs »

Chacun sait comment les extirper entièrement, corps et tête. Pensez à les brûler, sinon chats et chiens les récupèrent facilement. Veillez également à nettoyer litières, coussins, chenils ou maison – eh oui ! elles peuvent aussi, plus rarement, se promener sur les murs !

Composition aromatique antitique pour 1 litre  
HE tea tree .....250 ml  
HE pin noir ou térébenthine .....250 ml  
HE lavande ou lavandin .....250 ml  
huile de millepertuis ou olive .....250 ml  
Appliquez sur la tique : elle tombera dans les quelques minutes qui suivent.

En prévention, surtout en été, frictionnez le ventre, l'aine, le cou et derrière les oreilles avant chaque promenade.

Et la composition beau poil est un excellent préventif

HE eucalyptus .....30 ml  
HE tea tree .....15 ml  
HE romarin .....15 ml  
HE pin .....15 ml  
HE géranium .....5 ml  
Dans 40 ml d'huile de sésame.

*Les bûcherons dans les forêts suisses utilisent le tea tree avant chaque promenade ou du spray qu'ils se vaporisent sur le corps et les vêtements.*

## vaccinations

Pour ou contre ? Chacun est libre de choisir. Votre vétérinaire biothérapeute saura vous conseiller.

Si votre chien voyage avec vous, le vaccin contre la rage est obligatoire dans certaines régions ; renseignez-vous auprès du vétérinaire.

Pour information, il existe des vaccins homéopathiques pour chiens (qui ne sont toujours pas reconnus et ne donnent pas tous droit à la vignette sur le carnet de vaccination).

Il existe aussi des vétérinaires qui, en plus du vaccin, donneront des remèdes homéopathiques complémentaires pour neutraliser les éventuels effets nocifs d'une vaccination classique.

### *nota bene*

Pour drainer le vaccin, en spagyrie et en homéopathie, on donne du thuya.

## vermifugation

Chaque mois chez les chiots jusqu'à un an, puis 1 à 2 fois par an ensuite au printemps et à l'automne, les vermifuges font partie des soins élémentaires que vous devez donner à votre chien.

Vous avez le choix entre le vermifuge traditionnel conseillé par le vétérinaire ou la composition suivante, à faire préparer en capsule si votre chien est délicat, ou à lui ajouter dans l'alimentation. Dans tous les cas, les huiles essentielles vermifuges ou vermifuges aromatiques agissent sur le terrain vermifuge. Les vermifuges classiques seront dès lors espacés, voire supprimés. Chez les chiens élevés sainement depuis la naissance et habitués aux traitements aromatiques, les vermifuges sont d'autant plus efficaces.

USAGE INTERNE: 2 fois par jour pendant 3 à 5 jours, donnez 5 gouttes pour un petit chien, 10 gouttes pour un chien de moyenne taille et 15 gouttes pour un grand sujet (ajoutez dans sa pâtée ou sur un morceau de viande).

Vermifuge aromatique naturel: composition

bye vers

Pour 100 ml

HE tanaïsie .....	20 ml
HE bergamote.....	20 ml
HE sauge <i>lavandulifolia</i> .....	20 ml
HE carvi.....	20 ml
HE origan .....	15 ml
HE cannelle (écorce).....	5 ml
HE rose .....	1 goutte

En complément: cure de chlorure de magnésium ou sel de Nigari.

Préparation: 20 g par litre d'eau; préparez 1 litre de cette composition.

Donnez 1 cuillerée à soupe par jour pour un petit chien, 2 cuillerées à soupe pour un chien moyen et 3 pour un gros chien, en cure d'au moins 10 jours par mois.

EN CAS DE PARASITES, le chlorure de magnésium renforçant l'immunité naturelle, le vermifuge est plus efficace.

SPÉCIAL TÉNIA: l'huile essentielle d'ail est un excellent vermifuge à raison de 1 goutte 2 fois par jour pour un chien de 20 kilos. Cependant, cette l'huile est d'un emploi extrêmement difficile à cause de son odeur épouvantablement forte et repoussante. On peut donner au chien de l'ail cru, tout comme on le fait pour le cheval.

#### *nota bene*

Depuis ces dernières décennies, on observe une résistance des vers aux vermifuges allopathiques.

## en résumé

Pour nos amis chiennes et chiens, de petite ou de grande taille, nous avons vu que l'alimentation joue un rôle important dans la santé physique et mentale.

En plus de leur alimentation équilibrée, les vermifugations et les compléments alimentaires sont nécessaires.

Faire faire de l'exercice et des sorties quotidiennes, donner des os à ronger, perdre l'habitude de donner des sucreries sont autant de principes qu'il est bon de respecter.

Enfin, objet de ce livre sur l'aromathérapie, les huiles essentielles sont utilisées, comme chez l'être humain, en prévention et en soin chaque fois que cela s'avère nécessaire (en diffusion, en friction et en ajout dans l'alimentation).

On pense à l'utilisation du diffuseur d'arômes avec ses compositions aseptisantes, respiratoires et balsamiques pour les problèmes infectieux et respiratoires.

La rapidité d'action et l'efficacité des huiles essentielles s'ajoutent aux compléments de traitement: homéopathie, ostéopathie, spagyrie, fleurs de Bach... en assurant dans tous les cas de figure une élimination des toxines et une revitalisation de l'organisme.

En médecine naturelle, on pense toujours à faire éliminer les toxines, et non à faire rentrer le mal: huiles essentielles, argile, purges sont des traitements de choc faciles et efficaces.



# le cheval

## prière du cheval

*Je te soumets, maître, ma prière.*

*Nourris-moi, calme ma soif et, après la journée de travail, donne-moi une écurie propre et saine.*

*Parle-moi, la voix est plus efficace que le fouet; apprends-moi à travailler avec bonne volonté et veille à me comprendre sans me maltraiter.*

*Regarde si le fer ne blesse pas mon pied, si je parais dédaigner le fourrage, examine mes dents. Ne coupe pas ma crinière ni ma queue, car elles sont ma seule défense contre les mouches.*

*Mon cher maître, lorsque l'âge m'aura rendu faible ou invalide, épargne-moi la souffrance et juge-moi.*

*Enfin pardonne-moi de venir à toi avec cette humble prière au nom de celui qui est né lui aussi dans une étable.*

Compagnon de promenades, de loisirs ou de sport, le cheval requiert une attention toute particulière tant pour sa nourriture que pour son entretien.

La propreté et l'assainissement du box et des écuries, la spécificité de son alimentation en fonction de l'effort physique à fournir, la brillance de son poil, la bonne santé de ses pieds, demandent des soins quotidiens.

Les principaux problèmes rencontrés dans les écuries par les vétérinaires et les éleveurs sont

les suivants: abcès, boiteries hautes ou basses, os ou tissus mous, problèmes cardio-vasculaires, pathologies pulmonaires (toux, emphysème...), parasitisme, stress, dermatoses et problèmes d'aplomb.

Dans tous ces cas, les huiles essentielles améliorent la résistance à la maladie, en augmentant la vitalité de l'animal, et en permettant l'élimination des toxines.

Les huiles essentielles s'utilisent :

- en traitement interne
- en application externe
- en diffusion dans le box

## en traitement interne

Doses: en règle générale 10 gouttes d'huile essentielle 2 à 3 fois par jour, de 3 à 7 jours en période de crise.

## MODE D'EMPLOI

– Les huiles essentielles sont ajoutées dans l'alimentation, dans le grain par exemple; les chevaux refusent rarement une ration de grain, même s'il est odorant.

– Pour les chevaux plus sensibles qui refuseraient de toucher leur repas en cas de présence d'huiles essentielles, nous devons les mettre

directement dans la bouche à l'aide d'une pipette à hauteur de la commissure de la bouche, là où il n'y a pas de dents. (Attention à la pipette en verre, elle peut se casser et le cheval peut l'ingérer.) Préférer une pipette en plastique.

– Pour les chevaux qui n'ont pas peur, on peut utiliser le spray au même endroit ou encore poser les gouttes d'huiles essentielles sur la main et la main sur la langue du cheval. Beaucoup d'entre eux apprécient et manifestent leur satisfaction à l'approche des huiles essentielles!

– On peut aussi mettre les huiles essentielles sur un bouchon (friandise) ou les mélanger à du miel, mélange que l'on badigeonne sur une carotte ou sur une pomme.

– On peut aussi les mettre dans l'eau. Dans une bassine, on met d'abord les huiles essentielles et on remplit d'eau en dynamisant. L'eau se chargera ainsi de la mémoire des huiles. Inconvénient : les huiles restent à la surface de l'eau et une partie se colle aux parois. Mélangées à l'eau, on en utilise plus en quantité pour un résultat identique.

Il faut trouver la façon de faire qui convient à chaque animal et faire en sorte qu'il n'associe pas les huiles essentielles à une grande frayeur,

mais à quelque chose d'agréable en vue d'une ingestion ultérieure. La plupart des chevaux apprécient les huiles essentielles.

### en application externe ou en diffusion dans le box

Pour le cheval trop sensible qui refuse le contact des huiles essentielles avec sa bouche (ce qui est très rare, la plupart des chevaux « adorent » les huiles essentielles et le manifestent), on les diffuse dans l'atmosphère avec un diffuseur d'arômes placé hors de portée du cheval à l'extérieur du box. Pour ceux qui vivent dehors, nous faisons une friction :

- au niveau du garrot
- au niveau du plexus : ligne médiane du ventre (1/3 médian)
- au niveau du sacrum : pointe de la croupe jusqu'à la base de la queue
- au niveau des pieds postérieurs : le pied du cheval est très absorbant et quelques gouttes suffisent et se diffusent rapidement.

Les huiles essentielles peuvent s'utiliser en complément du traitement vétérinaire, de l'ostéopathie, de l'homéopathie, de la spagyrie, des fleurs de Bach ou de la lithothérapie.

## abcès

Un abcès est une plaie profonde et une excellente hygiène est recommandée ainsi que le rasage autour de l'abcès.

La plupart des abcès mal soignés provoquent des boiteries, qui peuvent être rédhitoires. C'est une raison supplémentaire, et non des moindres, de traiter les abcès rapidement et avec des méthodes naturelles.

Il est bon de faire mûrir l'abcès: appliquez un cataplasme de feuilles de chou dont on a écrasé les grosses côtes, ou un cataplasme d'argile (voir « Les grands soins ») jusqu'à ouverture de l'abcès.

Nettoyez et videz l'abcès (souvent un corps étranger est extirpé; il sort aisément avec un cataplasme d'argile). Ajoutez quelques gouttes d'huile essentielle de lavande sur les compresses de nettoyage.

Continuez à alterner les cataplasmes d'argile et les compresses à l'huile essentielle de lavande mélangée à l'huile de millepertuis jusqu'à cicatrisation complète ou encore la compo clé b

USAGE EXTERNE: appliquez délicatement sur la plaie 1 à 2 fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.

huile de millepertuis.....	30 ml
huile d'olive.....	30 ml
huile de tournesol.....	30 ml
HE de lavande ou lavandin .....	15 ml
HE de géranium bourbon .....	5 ml
HE de romarin .....	5 ml
HE d'eucalyptus <i>globulus</i> .....	15 ml

*pour un abcès dentaire*

Huile essentielle de girofle et argile en cataplasme.

*pour un prurit des oreilles*

Utilisez la composition bye champ.

USAGE EXTERNE: appliquez délicatement ou vaporisez 2 fois par jour sur les endroits à traiter jusqu'à l'obtention du résultat.

HE tea tree.....	20 ml
HE lavandin.....	10 ml
HE sauge officinale .....	15 ml
HE thym .....	7 ml
HE cyprès .....	7 ml
HE pin .....	7 ml
HE sauge <i>lavandulifolia</i> .....	5 ml
HE cannelle .....	3 ml

HE ylang-ylang .....	3 ml
HE géranium .....	3 ml
HE santoline .....	3 ml
Dans 25 ml d'huile de fleurs de millepertuis.	

## affections diverses

*Allergies, anémie, coliques, gourme, kystes, plaies de selles, tics aerophagiques et tics à l'ours.*

### *allergies*

Friction HARôm

USAGE EXTERNE : 10 gouttes à diluer dans 1 cuillerée à soupe d'huile végétale sur le cou, le poitrail et les naseaux 2 fois par jour

HE de cèdre .....	30 ml
HE de lavande .....	30 ml
HE de camomille romaine .....	5 ml
HE de camomille sauvage .....	5 ml
HE de bois de rose .....	30 ml
HE de santal .....	2 ml
HE de rose .....	1 ml

### *anémie*

Ajoutez du fer dans l'alimentation (type Floradix du laboratoire Salus).

### *coliques*

Massez le nombril du cheval en le tirant vers l'extérieur avec trois doigts et les deux mains avec la friction DIGôm .

USAGE EXTERNE : 10 gouttes à diluer dans 1 cuillerée à soupe d'huile végétale sur le poitrail et le ventre, 2 fois par jour.

HE de carvi .....	22 ml
HE de muscade .....	40 ml
HE de lavandin .....	10 ml
HE de coriandre .....	5 ml
HE de marjolaine sylvestre .....	10 ml
HE de basilic .....	5 ml
HE de romarin .....	5 ml
HE de cumin .....	2 ml
HE de rose .....	1 ml

Consultez l'ostéopathe.

### *gourme*

C'est une maladie immune très contagieuse due à un streptocoque : utilisez des huiles essentielles bactéricides en diffusion et appliquez la friction APHôm.

USAGE EXTERNE : 10 à 40 gouttes diluées dans 1 cuillerée à soupe 2 fois par jour sur le cou, le poitrail et le ventre.

HE de romarin .....	25 ml
HE de lavande .....	25 ml
HE d'ylang-ylang .....	15 ml
HE de muscade .....	14 ml
HE de coriandre .....	5 ml
HE de sarriette .....	5 ml



HE d'origan .....	2 ml
HE de géranium bourbon .....	5 ml
HE de cannelle (écorces).....	2 ml
HE de girofle .....	1 ml
HE de rose .....	1 ml

*nota bene*

Pour modifier (diminuer...) la capacité olfactive des étalons (un étalon sent une jument à un kilomètre): appliquez quelques gouttes d'huile essentielle de lavande dans les naseaux.

*kystes*

Cataplasme d'argile, chlorure de magnésium et huile essentielle de lavande.

*plaies de selles*

*(dues à la pression des sangles)*

Huile essentielle de lavande et compo clé b:  
USAGE EXTERNE: appliquez délicatement sur la plaie 1 à 2 fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.

huile de millepertuis.....	30 ml
huile d'olive.....	30 ml
huile de tournesol.....	30 ml
HE lavande ou lavandin .....	15 ml
HE géranium bourbon .....	5 ml
HE romarin.....	5 ml
HE eucalyptus <i>globulus</i> .....	15 ml

*tics aerophagiques et tics à l'ours*

L'ennui et trop peu de coups de mâchoires en sont souvent la cause!

Mettre le cheval au pâturage avec foin à volonté.

USAGE EXTERNE: 1 cuillerée à soupe dans la main. Appliquez sur le poitrail et le ventre au moins 2 fois par jour.

friction HARÔM

HE de cèdre .....	30 ml
HE de lavande.....	30 ml
HE de camomille romaine .....	5 ml
HE de camomille sauvage .....	5 ml
HE de bois de rose .....	30 ml
HE de santal.....	2 ml
HE de rose .....	1 ml

ou

friction détente

HE lavandin .....	10 ml
HE marjolaine.....	10 ml
HE basilic.....	5 ml
HE petit-grain .....	10 ml
HE néroli .....	5 ml
HE rose .....	1 goutte

À mélanger dans 50 ml d'huile de sésame et de fleurs de millepertuis.

## alimentation

Le cheval mange dix-sept heures par jour: les intestins doivent être pleins en permanence. Un apport alimentaire fractionné, comme il est coutume de faire, est néfaste pour les équidés. La digestion dure entre 10 à 30 heures, la capacité de l'estomac est de 10 à 15 litres.

Un grand nombre de coups de mâchoires journalier est primordial à une bonne santé mentale.

– Donnez du foin à volonté, on n'en donne jamais assez! Le grain est donné pour autant que le cheval travaille. Pour respecter le transit intestinal, attendre une heure après l'eau et le foin pour lui donner le grain.

L'avoine chauffe, le maïs fait grossir, l'orge est riche et le blé est toxique. Rappelons que le grain écrasé perd une grande partie de ses qualités nutritives en séchant.

– Les graines germées apparaissent comme un fait de mode et sont devenues une panacée alimentaire pour les chevaux: un grand bien! En effet, les graines germées, aliment vivant remarquable, sont particulièrement riches en oligo-éléments, sels minéraux, vitamines A et E. Pour leur préparation: Faire tremper les graines durant 4 à 12 heures, puis les faire germer 1 à 3 jours selon les graines. Les graines germées sont un remarquable complément alimentaire à utiliser régulièrement.

– Les sels minéraux sous forme de pierre à lécher sont donnés en tout temps: complètement indispensable qui compense la pauvreté de l'herbage de nos prairies (le sélénium est absent des prairies en Europe). Un cheval qui manque de sels minéraux aura tendance à manger des crottins (c'est la coprophagie) ou de la terre, du sable (c'est le pica). Le poulain peut manger des crottins sans que cela soit pathologique: ceux de sa mère par exemple pour enrichir sa flore intestinale!

– donnez des carottes et des pommes, beaucoup d'eau et des compléments alimentaires chaque jour.

– huile de germes de blé (vitamines E): 1 cuillerée à soupe.

– levure alimentaire (vitamines B): 5 à 10 cuillerées à soupe.

– huiles de première pression à froid: olive, tournesol, sésame, carthame.

– ail, oignon, chou, betterave rouge, pommes de terre, soja...

– graines germées

– jamais de sucre!

### *nota bene*

La paille fait gonfler les chevaux, car la cellulose qu'elle contient produit trop de gaz; c'est donc le premier élément à supprimer lors d'un embonpoint.

Le préfané est à bannir totalement ! Trop acide, il peut avoir une incidence négative sur le comportement. Par ailleurs, il peut contenir de la toxine botulique, une toxine secrétée par les cadavres de rongeurs présents dans les balles enrubannées. Les bovins ont la capacité de digérer cette toxine, tandis que les chevaux meurent du botulisme.

### *problèmes de poids*

Pendant une semaine par mois : cure de chlorure de magnésium (ou sel de Nigari) avec 20 g par litre d'eau et un verre à eau par jour à diluer dans l'eau de boisson.

Le chlorure de magnésium (ou sel de Nigari) améliore la résistance aux maladies en augmentant les défenses immunitaires et en diminuant les effets du stress (en traitement de crise, 1 litre par jour).

Pendant 10 jours par mois : une cure de calcium sous forme de carbonate de calcium (3 à 4 cuillerées à soupe bombées dans l'eau de boisson).

Stoppez la paille et le grain, ajoutez pierre à sel et foin à volonté.

USAGE INTERNE : utilisez les frictions MINôm et DIGôm en alternance dans l'alimentation à raison de 10 gouttes 2 fois par jour.

friction MINôm

HE de romarin .....	30 ml
HE d'eucalyptus .....	10 ml
HE de cyprès .....	15 ml
HE de gaulthérie .....	9 ml
HE de géranium bourbon .....	15 ml
HE de carvi .....	8 ml
HE de genévrier .....	10 ml
HE de sauge <i>lanvandifolia</i> .....	2 ml
HE de rose .....	1 ml

friction digestive : DIGôm

HE de carvi .....	22 ml
HE de muscade .....	40 ml
HE de lavandin .....	10 ml
HE de coriandre .....	5 ml
HE de marjolaine sylvestre .....	10 ml
HE de basilic .....	5 ml
HE de romarin .....	5 ml
HE de cumin .....	2 ml
HE de rose .....	1 ml

### *nota bene*

Tout changement de régime doit se faire en 8 jours de façon progressive pour le respect de la microflore.

Jeunes herbes, graines de lin, huile de soja, huiles de poisson sont autant de sources d'oméga 3 ; huile de maïs, tournesol, pépins de raisin sont des sources d'oméga 6.

## beau poil, beau crin

Après toutes atteintes, coups, morsures, suites de dermatoses, plaies... et pour la brillance du poil et la beauté de la crinière, les huiles essentielles suivantes s'utilisent en friction circulaire sur les parties à traiter 1 à 2 fois par jour jusqu'à rééquilibrer complètement le poil. On mélange les huiles essentielles à de l'huile de millepertuis, particulièrement décongestionnante et cicatrisante, et on ajoute de la levure alimentaire (10 cuillerées à soupe) dans l'alimentation quotidienne.

84

JE SOIGNE  
MON ANIMAL

USAGE EXTERNE : appliquez chaque matin 1 cuillerée à soupe directement sur le poil. C'est LE produit de beauté du poil!

### Composition beau poil

HE eucalyptus.....	30 ml
HE tea tree.....	15 ml
HE romarin.....	15 ml
HE pin.....	15 ml
HE géranium.....	5 ml

Dans 40 ml d'huile de sésame.

– Contre l'alopecie (chute de poils): utilisez cette même composition.

### *nota bene*

Pour la beauté du poil, il est important de savoir que tous les démêlants du commerce ont

tendance à diminuer le corps énergétique des chevaux... À éviter. Utilisez plutôt une composition d'huiles essentielles de sauge, cèdre, thym, ylang-ylang lavande à 5 % dans une huile végétale fine type macadamia, noisette, germes de blé, sésame, tournesol, olive (compo big sur sur le site [www.biossentiel.com](http://www.biossentiel.com)).

## dermatoses

Le cheval est souvent affecté par des dermatoses (dermites, eczémas, prurit, pelade, etc.). D'origine nerveuse ou conséquence d'une alimentation non équilibrée ou trop riche, ou bien encore à la suite d'une médication chimique... les causes des dermatoses sont nombreuses. Dans tous les cas de dermatoses la cure de chlorure de magnésium/sel de Nigari est vivement recommandée.

Voici un traitement aromatique étonnant!

USAGE EXTERNE : on utilise les deux compositions suivantes en alternance 2 fois par jour, en prenant soin au préalable de penser au spray d'hydrosol de cèdre. Dans les trois jours maximum, la démangeaison cesse.

Appliquez généreusement sur les endroits à traiter 2 à 5 fois par jour.

Composition bye grat

HE carvi.....	5 ml
HE thym .....	5 ml
HE orange.....	5 ml
HE lavandin .....	5 ml
HE cyprès .....	5 ml
HE sauge officinale .....	3 ml
HE bergamote.....	3 ml
HE coriandre.....	3 ml
HE eucalyptus.....	3 ml
HE géranium .....	3 ml
HE marjolaine.....	3 ml
HE sapin blanc.....	3 ml
HE sauge <i>lavandulifolia</i> .....	3 ml
HE thuya.....	2 ml
HE patchouli.....	2 ml
HE myrte .....	2 ml
HE rose .....	1 goutte

Dans 50 ml d'un mélange à parts égales d'huiles de sésame, d'olive, de noyau d'abricot et d'une macération de fleurs de millepertuis.

Appliquez délicatement sur la plaie 1 à 2 fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.

Compo clé b:

huile de millepertuis.....	30 ml
huile d'olive.....	30 ml
huile de tournesol.....	30 ml
HE de lavande ou lavandin .....	15 ml
HE de géranium bourbon .....	5 ml
HE de romarin .....	5 ml
HE d'eucalyptus <i>globulus</i> .....	15 ml

## douleurs articulaires, rhumatismes et boiteries froides

Les huiles essentielles suivantes calment la douleur, sans résoudre le problème de fond: elles soulagent l'animal momentanément. Une douleur ou une boiterie non soignée peut engendrer une fracture. Souvent incurable chez le cheval, l'euthanasie hélas est souvent le seul recours. D'où l'importance extrême de soigner boiteries et douleurs!

Pendant cette période, surveillez l'alimentation: diminuez les grains échauffants et ajoutez plus de légumes crus et de graines germées (biogéniques). Un ajout de compléments alimentaires type métaux ionisés directement assimilables est nécessaire (voir votre vétérinaire). Une cure de sel de Nigari (chlorure de magnésium) est la bienvenue. Beaucoup de soins, d'amour et d'attention... Ceci faisant partie intégrante du traitement de fond tout comme le recours au communicateur et à l'ostéopathe.

### IMPORTANT

Pour faciliter le sommeil et la meilleure récupération pendant le repos, il vaut mieux administrer les huiles essentielles la nuit. Le jour, il est préférable de laisser la douleur qui, dans ce cas, est une protection contre l'exercice intempestif: un cheval souffrant d'un pied ou

d'une boiterie dont on soulage complètement la douleur aura tendance à bouger sans ménagement puisqu'il ne sent plus la douleur, et le repos obligatoire sera alors transgressé, et le rétablissement plus long!

USAGE EXTERNE: ces compositions s'utilisent en friction circulaire sur les endroits à traiter: 1 cuillerée à café 2 fois par jour pendant 3 semaines, puis en cure 3 à 4 fois par an.

Composition aromatique « douleurs articulaires » n° 1

HE gaulthérie.....	20 ml
HE genièvre .....	20 ml
HE marjolaine.....	10 ml
HE pin sylvestre .....	10 ml
HE romarin.....	20 ml
HE pin noir.....	10 ml
HE lavande ou lavandin .....	10 ml

Dans 100 ml d'huile de millepertuis, ajoutez 100 ml de ce mélange d'huiles essentielles.

friction souple – antidouleur:

HE gaulthérie.....	8 ml
HE genévrier.....	8 ml
HE pin .....	8 ml
HE romarin.....	8 ml
HE lavandin .....	8 ml
HE cyprès .....	8 ml
HE marjolaine.....	8 ml
HE santal .....	8 ml
HE rose .....	1 goutte

Dans 50 ml d'huile de sésame et d'une macération de fleurs de millepertuis.

USAGE INTERNE: en plus du traitement externe, on ajoute en traitement interne la composition suivante: 10 gouttes du mélange 2 fois par jour en cure de 3 semaines (ou 1 cuillerée à soupe si elle est diluée), à mélanger dans l'alimentation, progressivement, de façon à ce que le cheval s'habitue à l'odeur.

L'idéal est de mélanger cette composition dans 10 fois son volume d'huile de germes de blé, d'olive, de carthame ou de sésame.

Composition aromatique « douleurs articulaires » n° 2

HE pin sylvestre.....	5 ml
HE thym doux .....	5 ml
HE romarin.....	10 ml
HE pin noir.....	10 ml
HE gaulthérie.....	15 ml
HE genièvre .....	15 ml

L'idéal est de mélanger cette composition dans 10 fois son volume d'huiles de germes de blé, d'olive, de carthame ou de sésame.

## douleurs dorsales, courbatures, rhumatismes, arthrose, arthrite, éparvin du jarret

Utilisez l'argile, le chlorure de magnésium (sel de Nigari : 20 g par litre d'eau, 1 décilitre 2 fois par jour) et la friction souple.

USAGE EXTERNE : appliquez 1 cuillerée à soupe de la composition 1 à 2 fois par jour sur les parties à traiter.

USAGE INTERNE :

En entretien : 10 gouttes 2 fois par jour

En état de crise, pour éliminer l'acide lactique après une compétition ou un effort intense : 20 gouttes de la friction souple.

friction souple

HE gaulthérie.....8 ml

HE genévrier.....8 ml

HE pin.....8 ml

HE romarin.....8 ml

HE lavandin.....8 ml

HE cyprès.....8 ml

HE marjolaine.....8 ml

HE santal.....8 ml

HE rose.....1 goutte

Dans 50 ml d'huiles de sésame et d'une macération de fleurs de millepertuis.

## douleurs musculaires et courbatures, élimination d'acide lactique

Les huiles essentielles facilitent l'échauffement et améliorent les facteurs de récupération après l'effort : elles préviennent les courbatures et l'échauffement des tendons.

Les huiles essentielles s'utilisent en friction avant une promenade, un entraînement ou une course.

USAGE EXTERNE : appliquez 1 cuillerée à soupe de la composition choisie 1 à 2 fois par jour sur les parties à traiter.

USAGE INTERNE : pour des douleurs musculaires et courbatures, 10 gouttes 2 fois par jour

En crise (acide lactique) : 20 gouttes 2 fois par jour.

On ajoute le sel de Nigari (20 g par litre d'eau) : 1 litre 2 fois par jour à ajouter dans l'eau de la bassine.

Composition d'huiles essentielles « douleurs musculaires »

HE de cannelle de Ceylan.....5 ml

HE de coriandre.....10 ml

HE de noix de muscade.....10 ml

HE de romarin.....20 ml

HE de lavande.....10 ml

HE de pin maritime ou sylvestre.....10 ml

HE de pin noir .....20 ml  
 HE de gaulthérie .....10,5 ml  
 HE de rose .....0,5 ml  
 Dans 200 ml d'une macération huileuse de fleurs de millepertuis.

#### friction souplesse

HE gaulthérie.....8 ml  
 HE genévrier.....8 ml  
 HE pin .....8 ml  
 HE romarin.....8 ml  
 HE lavandin.....8 ml  
 HE cyprès .....8 ml  
 HE marjolaine.....8 ml  
 HE santal .....8 ml  
 HE rose .....1 goutte

Dans 50 ml d'huiles de sésame et d'une macération de fleurs de millepertuis.

En cas de douleurs musculaires réitérées, les huiles essentielles s'utiliseront 2 fois par jour jusqu'à disparition du problème.

En cas de claquage musculaire ou de tendinite ou en cas de sciatique: vérifiez l'acidose et utilisez la composition « souplesse » et le cataplasme d'argile.

#### *nota bene*

Par temps froid, le liquide synovial met 20 minutes à se réchauffer: le cheval doit donc marcher au moins 20 minutes avant un travail appuyé.

## l'effort de la course

Avant l'effort ou avant une course, appliquez la composition APHôm, composition dynamisante et antistress.

Après l'effort, ajoutez la friction détente pour une bonne récupération.

USAGE INTERNE: donnez 5 gouttes du mélange 3 fois par jour.

USAGE EXTERNE: appliquez 40 gouttes de la même composition diluée dans 1 cuillerée à soupe d'huile végétale sur le cou, le poitrail et le ventre.

#### friction APHôm (dynamisante et antistress)

HE de romarin .....25 ml  
 HE de lavande.....25 ml  
 HE d'ylang-ylang .....15 ml  
 HE de muscade .....14 ml  
 HE de coriandre.....5 ml  
 HE de sarriette.....5 ml  
 HE d'origan .....2 ml  
 HE de géranium bourbon .....5 ml  
 HE de cannelle (écorces).....2 ml  
 HE de girofle .....1 ml  
 HE de rose .....1 ml

#### friction détente

HE lavandin .....10 ml  
 HE marjolaine.....10 ml



HE basilic.....	5 ml
HE petit-grain .....	10 ml
HE néroli .....	5 ml
HE rose .....	1 goutte

À mélanger dans 50 ml d'huiles de sésame et de fleurs de millepertuis.

EN DIFFUSION, à utiliser tel quel dans le diffuseur et dans le box :

Composition d'huiles essentielles « antistress »

HE lavande .....	30 ml
HE marjolaine.....	20 ml
HE petit-grain .....	20 ml
HE pin sylvestre.....	29 ml
HE rose .....	0,1 ml
HE néroli .....	0,9 ml

Le stress du cheval est souvent dû à d'inadéquates conditions de vie. Comme tout autre animal de compagnie ou de service, le cheval a besoin d'amour, de liberté et de vivre avec ses congénères. Le cheval solitaire s'ennuie.

## hygroma, engorgements, molettes, mauvaise circulation et récupération après l'effort

Les huiles essentielles suivantes améliorent la circulation sanguine, évitent les contusions, molettes et engorgements.

Elles s'appliquent après le travail sur la partie engorgée des membres. La friction se fait en remontant. On procède directement à mains nues avec quelques gouttes de la composition spécifique. Employée régulièrement, c'est une composition d'huiles essentielles « de confort ». L'idéal est d'utiliser cette composition aromatique après la douche fraîche des membres (toujours en remontant). Pour un cheval qui travaille très peu ou irrégulièrement, cette composition aide à la récupération consécutive à une promenade ou à un travail.

Composition d'huiles essentielles spéciale « engorgements »

USAGE EXTERNE : appliquez 1 cuillerée à soupe 1 à 2 fois par jour sur les parties à traiter.

HE géranium bourbon .....	10 ml
HE gaulthérie.....	15 ml
HE cyprès vert .....	30 ml
HE lavande ou lavandin .....	10 ml
HE menthe douce .....	5 ml
HE sauge officinale .....	5 ml
HE sauge sclarée .....	5 ml

À mélanger dans 200 ml d'huile de millepertuis.

La friction souplesse traite efficacement les molettes et autres épanchements synoviaux.

USAGE EXTERNE : appliquez 1 cuillerée à soupe 1 à 2 fois par jour sur les parties à traiter.

friction souplesse

HE gaulthérie.....	8 ml
HE genévrier.....	8 ml
HE pin.....	8 ml
HE romarin.....	8 ml
HE lavandin.....	8 ml
HE cyprès.....	8 ml
HE marjolaine.....	8 ml
HE santal.....	8 ml
HE rose.....	1 goutte

Dans 50 ml d'huiles de sésame et d'une macération de fleurs de millepertuis.

*nota bene*

Dans les cas d'hygroma, gonflement, engorgement des membres : pensez également à vérifier l'état du bassin (consulter l'ostéopathe)

## maladies de peau, infections fongiques, dartres, gale et teignes

composition bye champ

USAGE EXTERNE : appliquez généreusement sur les endroits à traiter 2 à 5 fois par jour

HE tea tree.....	20 ml
HE lavandin.....	10 ml
HE sauge officinale.....	15 ml
HE thym.....	7 ml
HE cyprès.....	7 ml
HE pin.....	7 ml
HE sauge <i>lavandulifolia</i> .....	5 ml
HE cannelle.....	3 ml
HE ylang-ylang.....	3 ml
HE géranium.....	3 ml
HE santolin.....	3 ml

Dans 25 ml d'une macération de fleurs de millepertuis.

*verrues (dus souvent à un manque de magnésium), mélanomes, sarcoïdes*

huile essentielle de thuya et thuya en teinture mère:

- à appliquer plusieurs fois par jour sur la verrue et traitement interne avec une goutte d'huile essentielle de thuya deux fois par jour ajoutée à la teinture mère.

- la plante de chélidoine dont on applique le suc jaune sur la verrue plusieurs fois par jour jusqu'à élimination et HE thuya en interne.

## maladies du pied

*Blèmes, seimes, fourmilères, plaies du bourrelet périoplrique, pourriture de fourchette, mycoses, maladies naviculaires ou syndrome podotrochléaire*

Pas de pied, pas de cheval!

*en cas de formes cartilagineuses, formes phalangiennes : argile et friction souplesse*

USAGE EXTERNE : appliquez 1 cuillerée à soupe 1 à 2 fois par jour sur les parties à traiter.

friction souplesse

HE gaulthérie.....	8 ml
HE genévrier.....	8 ml
HE pin.....	8 ml
HE romarin.....	8 ml
HE lavandin.....	8 ml
HE cyprès.....	8 ml
HE marjolaine.....	8 ml
HE santal.....	8 ml
HE rose.....	1 goutte

Dans 50 ml d'huiles de sésame et d'une macération de fleurs de millepertuis.

*en cas de fourbures*

friction CELôm, circulatoire

Appliquez 10 gouttes 2 fois par jour diluées dans 1 cuillerée à soupe d'huile végétale sur les parties à traiter.

HE de lavande fine.....	30 ml
HE de sauge <i>lanvandifolia</i> .....	15 ml
HE de romarin.....	10 ml
HE de pin sylvestre.....	10 ml
HE de menthe poivrée.....	10 ml
HE de cyprès.....	8 ml
HE de gaulthérie.....	5 ml
HE de bois de rose ou géranium.....	5 ml
HE de genévrier.....	5 ml
HE de rose.....	1 ml

*en cas d'ostéite, de prolifération osseuse, de suros*

Compo clé b

USAGE EXTERNE : appliquez délicatement sur la plaie 1 à 2 fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.

huile de millepertuis.....	30 ml
huile d'olive.....	30 ml
huile de tournesol.....	30 ml
HE de lavande ou lavandin.....	15 ml
HE de géranium bourbon.....	5 ml
HE de romarin.....	5 ml
HE d'eucalyptus <i>globulus</i> .....	5 ml

Il faut réagir vite, pratiquer des massages pour assouplir, pratiquer des drainages lymphatiques, utiliser le bandage de repos, l'hydrothérapie froide. Ne pas hésiter à consulter un ostéopathe.

*en cas de molettes*

## Friction RHUôm

Appliquez 20 gouttes 2 fois par jour diluées dans 1 cuillerée à soupe d'huile végétale sur les parties douloureuses.

HE de gaulthérie .....	25 ml
HE de genévrier .....	20 ml
HE de marjolaine sylvestre.....	5 ml
HE de romarin .....	15 ml
HE de lavande fine.....	9 ml
HE de cyprès.....	5 ml
HE de rose .....	1 ml

*en cas de crevasses, gerçures*

## Composition bye champ

Séchez bien le pied et soyez vigilant sur l'hygiène.

USAGE EXTERNE : appliquez délicatement ou vaporisez 2 fois par jour sur les endroits à traiter jusqu'à l'obtention du résultat.

## Compo bye champ

HE tea tree.....	20 ml
HE lavandin .....	10 ml
HE sauge officinale .....	15 ml
HE thym .....	7 ml
HE cyprès .....	7 ml
HE pin .....	7 ml

HE sauge <i>lavandulifolia</i> .....	5 ml
HE cannelle .....	3 ml
HE ylang-ylang.....	3 ml
HE géranium .....	3 ml
HE santoline .....	3 ml

Dans 25 ml d'huile de fleurs de millepertuis.

## mammites

Elles sont fréquentes chez les vaches tout comme chez les juments. Il est indispensable de les traiter rapidement.

Pour les traiter :

- cure de magnésium (ou sel de Nigari 20 g par litre d'eau)
- cataplasmes de feuilles de chou ou d'argile.
- traitez la lombaire correspondante en ostéopathie.

## Composition DIGôm

USAGE INTERNE : 10 gouttes 2 fois par jour à ajouter à l'alimentation.

HE de carvi .....	22 ml
HE de muscade .....	40 ml
HE de lavandin .....	10 ml
HE de coriandre.....	5 ml
HE de marjolaine sylvestre.....	10 ml
HE de basilic.....	5 ml
HE de romarin .....	5 ml
HE de cumin.....	2 ml
HE de rose .....	1 ml

Friction digestive

USAGE EXTERNE : 1 cuillerée à soupe à appliquer sur le poitrail et le ventre.

HE muscade.....	10 ml
HE carvi.....	8 ml
HE lavandin.....	8 ml
HE marjolaine.....	8 ml
HE basilic.....	8 ml
HE coriandre.....	4 ml
HE romarin.....	4 ml
HE cumin.....	2 ml
HE rose.....	1 goutte

Dans 50 ml d'huiles de sésame et d'huile de fleurs de millepertuis.

nettoyage du foie

Les poils et le crin semblent comme brûlés par le soleil et le cheval a les yeux qui coulent: ce sont des symptômes d'un dérèglement du foie.

USAGE INTERNE : 10 gouttes 2 fois par jour à ajouter à l'alimentation de la composition friction MINôm alternée avec DIGôm (ou choisir en kinésiologie ou au pendule ce qui convient le mieux chaque jour). Faites faire une cure de chlorure de magnésium (ou sel de Nigari) ou consultez l'ostéopathe.

– Pour le nettoyage du foie:

friction MINôm	
HE d'eucalyptus.....	10 ml
HE de cyprès.....	15 ml

HE de gaulthérie.....	9 ml
HE de géranium bourbon.....	15 ml
HE de carvi.....	8 ml
HE de genévrier.....	10 ml
HE de sauge <i>lanvandifolia</i> .....	2 ml
HE de rose.....	1 ml

friction DIGôm

HE de carvi.....	22 ml
HE de muscade.....	40 ml
HE de lavandin.....	10 ml
HE de coriandre.....	5 ml
HE de marjolaine sylvestre.....	10 ml
HE de basilic.....	5 ml
HE de romarin.....	5 ml
HE de cumin.....	2 ml
HE de rose.....	1 ml

– Pour les yeux qui coulent: utilisez de l'eau aromatique de bleuet, de lavande ou de sauge pour nettoyer les yeux. (Jamais d'huile essentielle dans les yeux!)

*nota bene*

Les vaches meurent beaucoup de pathologie hépatique.

Chez les chevaux, le foie se surcharge à cause des émotions du cavalier: en médecine chinoise, le foie est l'organe de la colère et nombreux sont les cavaliers qui passent leur colère à cheval!

## les plantes toxiques pour les chevaux

En règle générale, les animaux savent distinguer les plantes qui leur sont nocives.

### arbustes

- ☞ If: 250 g de feuilles fraîches entraînent la mort en quelques heures
- ☞ Buis: purgatif drastique mortel; 750 g de feuilles sèches ou d'écorce suffisent
- ☞ Laurier-cerise: 400 g correspondent à une dose mortelle
- ☞ Laurier-rose: 30 à 60 g peuvent causer la mort
- ☞ Cytise (faux ébénier): l'ingestion de 250 g de baies entraîne la mort
- ☞ Robinier faux acacia: 150 g d'écorce entraînent la mort
- ☞ Rhododendron: toxique mais pas mortel.

### plantes herbacées sauvages

- ☞ Prêle: entraîne des dérèglements nerveux et une coordination désorganisée. Ajoutez de la vitamine B1 et de la levure de bière dans l'alimentation
- ☞ Fougère grand aigle: attention à cette plante car certains chevaux en sont friands. Elle provoque abattement, fièvre, jetage nasal. Elle attaque la muqueuse intestinale et entraîne un état hémorragique. Ingérée pendant plusieurs jours, elle devient mortelle
- ☞ Colchique: pousse en automne. Appelée « tue-chien », elle est très toxique aussi pour le cheval
- ☞ Vérate (« herbe à poux »): haute de 50 cm, elle est toxique à partir de 12 g. Elle devient mortelle pour 1 kilo de plante fraîche ou 150 g feuilles sèches. Elle provoque des troubles digestifs, cardiaques, pulmonaires
- ☞ Digitale: toxique à partir de 25 g. Provoque une salivation abondante, des signes d'épuisement, de tremblements et des troubles cardiaques. Elle est mortelle après quelques jours
- ☞ Millepertuis: c'est une plante vivace, la face inférieure de ses feuilles est constellée de petits trous qui lui donnent son nom. L'hypericine est un pigment rouge fluorescent qui peut provoquer des problèmes de photosensibilisation chez l'humain. Sa macération huileuse donne une huile rouge qui soigne et corrige les dépressions, les cartilages intervertébraux... selon le dr Breuss et Maria Treben

- ☞ Sénéçon de Jacob: entraîne de l'inappétence, une démarche chancelante, des coliques
- ☞ Porcelle enracinée: elle ressemble au pissenlit, atteint le système nerveux et provoque des troubles de la locomotion
- ☞ Consoude: la consoude se trouve dans les prairies, elle peut entraîner de fâcheuses pathologies hépatiques.

### plantes herbacées cultivées

- ☞ Trèfle blanc/hybride/incarnat: l'hybride entraîne une trifoliose et peut provoquer des problèmes de photosensibilisation.

### graines ou fruits toxiques

- ☞ Ivraie enivrante: représente 5 % du fourrage. Elle provoque des mictions douloureuses
- ☞ Lin, datura, nielle, lupin jaune, gesse jarosse (contient des acides animés neurotoxiques), vesce (légumineuse), ricin (attention c'est un laxatif puissant utilisé comme lubrifiant industriel), gland de chêne (peut entraîner la mort par néphrite) sont autant de graines et de fruits toxiques. En cas d'ingestion et apparitions de symptômes anormaux, consultez le vétérinaire.

les aliments moisissés sont dangereux; ils contiennent des mycètes et des mycotoxines qui peuvent provoquer des allergies et des mycoses internes.

- ☞ le foin pas assez séché peut provoquer une aspergillose (infestation parasitaire provoquée par un champignon).

### contaminants alimentaires

- ☞ Toxine botulique: c'est une toxine apparaissant lors de la fermentation. Dans le préfané, foin enrubanné et fermenté il peut y avoir des cadavres de rongeurs; il est possible que le cheval en ingère sans même s'en rendre compte. Ceci entraîne sa mort. La vache en meurt aussi. Il est donc déconseillé de donner du foin préfané, sans compter que sa teneur en acidité est très élevée.

RAPPELEZ-VOUS, QU'EN CAS D'INGESTION ET D'APPARITION DE SYMPTÔMES ANORMAUX, IL FAUT CONSULTER LE VÉTÉRINAIRE.

### stress, anxiété, tics d'origine nerveuse, névrose

Le cheval « pompe » les émotions du cavalier. Le stress du cheval résulte généralement de trop nombreuses participations aux courses, de facteurs héréditaires ou encore d'un manque d'herbe ou de foin (le « manque de pré » entraîne un manque de mastication et le stress arrive au galop!). Trop peu d'exercice et le fait de rester au box sont des facteurs de stress prédominants.

Les huiles essentielles suivantes tendent à lutter contre le stress du cheval et favorisent son équilibre mental et nerveux.

USAGE INTERNE : 10 gouttes 2 fois par jour pendant 3 à 6 semaines. Elles s'ajoutent à l'alimentation d'une manière progressive afin que le cheval ne soit pas rebuté par l'odeur particulière des huiles essentielles, sachant que la plupart des chevaux apprécient les huiles essentielles !

USAGE EXTERNE : appliquez 1 cuillerée à soupe avec la main sur le cou, le poitrail et le ventre, 1 à 2 fois par jour.

#### Compositions d'huiles essentielles antistress

##### Formule n° 1

HE lavande .....15 ml  
 HE marjolaine.....11 ml  
 HE basilic.....5 ml  
 HE rose .....1 goutte  
 À mélanger dans 60 ml d'huiles de germes de blé ou d'huile de millepertuis

##### Formule n° 2

HE lavande .....15 ml  
 HE marjolaine.....5 ml  
 HE petit-grain .....5 ml  
 HE néroli .....1 goutte  
 HE orange.....10 ml  
 HE rose .....1 goutte  
 À mélanger dans 60 ml d'huiles de germes de blé, sésame ou millepertuis

#### friction détente

HE lavandin .....10 ml  
 HE marjolaine.....10 ml  
 HE basilic.....5 ml  
 HE petit-grain .....10 ml  
 HE néroli .....5 ml  
 HE rose .....1 goutte

À mélanger dans 50 ml d'huiles de sésame et de millepertuis.

EN DIFFUSION dans le box : on utilise un diffuseur d'arômes avec les compositions spécifiques (relax, anti-stress, calmante) conçues à cet effet, 1 à 2 fois par jour pendant une heure dans le box et hors de portée du cheval. Ces compositions pour diffuseur sont toutes prêtes ou à préparer selon les formules citées plus haut, sans ajouter les huiles végétales ! Les compositions pour diffuseurs d'arômes sont toujours 100 % huiles essentielles...



## toux et difficultés respiratoires

Le thorax du cheval possède cent quatre-vingt articulations: c'est le coffre-fort de l'animal sur le plan physique et émotionnel. Sa capacité est de 12 litres et sa fréquence respiratoire va de 15/20 cycles par minute à 60/70 cycles après quelques minutes de galop.

Les pathologies respiratoires peuvent avoir une influence sur le comportement de l'animal: fatigue, agitation, angoisse, attitude de rétivité.

Tout problème respiratoire commence par un problème mécanique: traitez le mécanique avec l'ostéopathe en complétant avec l'aromathérapie.

Utilisées en diffusion, en friction et en traitement interne, les huiles essentielles respiratoires favorisent l'expectoration et calment l'irritation consécutive.

USAGE EXTERNE: 1 cuillerée à soupe avec la main sur le cou et le poitrail, 1 à 2 fois par jour en période de crise. En prévention et entretien, une application par jour suffit.

Au choix, utilisez l'une des deux compositions suivantes:

Composition d'huiles essentielles respiratoires pour friction

HE eucalyptus globulus.....	30 ml
HE lavande ou lavandin .....	15 ml
HE pin sylvestre .....	20 ml
HE thym doux .....	5 ml
HE romarin.....	10 ml
HE pin noir.....	15 ml
HE cannelle .....	2 ml
HE origan .....	3 ml

Dans 50 ml d'huiles de sésame ou d'huile végétale de bonne qualité

friction respiratoire

HE pin .....	5 ml
HE eucalyptus.....	10 ml
HE romarin.....	10 ml
HE sapin .....	5 ml
HE thym .....	5 ml
HE lavandin .....	3 ml
HE origan .....	1 ml
HE girofle .....	1 ml
HE rose .....	1 goutte

Dans 50 ml d'huiles de sésame ou d'huile végétale de bonne qualité.

EN DIFFUSION

Branchez un diffuseur électrique 1 à 2 heures par jour dans le box.

En période de crise, on branche le diffuseur toute la journée

En diffusion dans le box, vous pouvez utiliser ces mêmes compositions (pour frictions) – elles doivent être natures (et non diluées dans l'huile végétale) – ou encore utilisez une des compositions respiratoires suivantes spéciales pour diffuseurs d'arômes :

Spéciale respiratoire n° 1 (pour diffusion)

HE pin sylvestre .....	30 ml
HE thym .....	10 ml
HE sapin .....	15 ml
HE tea tree .....	10 ml
HE orange .....	15 ml
HE pin noir .....	30 ml

Spéciale respiratoire n° 2 (pour diffusion)

HE pin sylvestre .....	40 ml
HE eucalyptus .....	40 ml
HE thym .....	10 ml
HE pin noir .....	20 ml

Spéciale respiratoire n° 3 (pour diffusion)

HE eucalyptus (niaouli ou cajeput) .....	40 ml
HE lavandin .....	40 ml
HE pin sylvestre .....	20 ml

*nota bene*

Dans tous les cas de toux, une vermifugation en début de traitement aromatique est recommandée, certaines toux ayant une origine parasitaire.

## vermifugation

Elle se pratique tous les 3 mois, pendant 3 semaines. La régularité du traitement est primordiale. Elle est très spécifique : le vétérinaire homéopathe ou biothérapeute est au courant des pratiques aromathérapeutiques qui renforcent dans tous les cas la lutte contre le terrain vermineux.

USAGE INTERNE : 30 gouttes par cheval et par jour à ajouter dans la bassine d'eau pendant 3 semaines. Lui donner une fois par saison (tous les 3 mois) ou dès que le cheval maigrit anormalement.

Préparation : 60 litres d'eau, 20 g de sel de Nigari (ou de chlorure de magnésium) et 30 gouttes de bye vers ou de vermifugation aromatique. Pour information, le cheval boit 20 à 75 litres d'eau par jour.

### MODE D'EMPLOI

Stoppez l'eau dans l'abreuvoir, préparez les potions dans une bassine d'eau pour vérifier la quantité bue chaque jour.

Si stopper l'abreuvoir n'est pas possible, il est préférable d'ajouter la potion journalière à l'alimentation

Vous pouvez aussi les faire mettre en gélules par votre pharmacien. Faites prendre dans ce cas 3 capsules par jour pendant 3 jours.

### Composition by vers

Pour 100 ml

HE tanaïsie .....	20 ml
HE bergamote.....	20 ml
HE sauge <i>lavandulifolia</i> .....	20 ml
HE carvi.....	20 ml
HE origan .....	15 ml
HE cannelle (écorce).....	5 ml
HE de rose .....	1 goutte

### Composition de vermifugation

aromatique n° 2

HE de bergamote .....	15 ml
HE de carvi .....	15 ml
HE d'origan .....	10 ml
HE de tanaïsie.....	20 ml

#### *nota bene*

Régulièrement ajouté dans la nourriture, l'ail contribue à une vermifugation permanente. Les propriétés « vermifuges » étonnantes de l'ail (légume) ne nécessitent pas de l'employer sous forme d'huile essentielle.

De plus la transpiration suant l'ail tend à éloigner les insectes, mouches, taons et surtout les moustiques.

Un conseil, évitez d'être à cheval entre midi et 2 heures : l'heure des taons !

Immuno-résistance : on note une résistance aux vers après l'utilisation régulière des vermifuges allopathiques.

## en résumé

Pour notre ami le cheval, nous pouvons apprécier l'impact important des huiles essentielles sur sa santé, le maintien de son équilibre, sa joie de vivre et ses compétences à gagner.

Rappelons que toutes les huiles essentielles concourent à l'augmentation de la vitalité et améliorent la résistance à la maladie pour tous les animaux autant que pour les humains !

Dans tous les cas, l'utilisation des huiles essentielles appelée « aromathérapie », une méthode naturelle par excellence, n'exclut pas les consultations chez le médecin ou chez le vétérinaire, la plupart d'entre eux étant ouverts et compétents pour l'utilisation des huiles essentielles à usage thérapeutique.

L'ostéopathe et le vétérinaire sont complémentaires. Pensez à y avoir recours rapidement. Un mal qui dure plus d'un mois a tendance à devenir chronique.

Les bonnes doses, le choix des huiles essentielles appropriées, des huiles essentielles de qualité certifiées bio, et les utilisations intelligentes et à bon escient donnent de bons résultats rapides et solides.

# les oiseaux

*canaris, perruches, mainates...*

Souffrant d'un manque de liberté, l'oiseau en cage est fragile.

À sa nourriture habituelle et aux soins qu'on lui apporte, on peut adjoindre un traitement d'huiles essentielles en diffusion dans les cas suivants :

## problèmes respiratoires

La fonction principale de l'oiseau est la respiration : il pourrait être qualifié de « poumon volant ».

En cas de problèmes respiratoires, on utilise un diffuseur d'arômes électrique, plusieurs fois par jour, à proximité de la cage, par période de cinq minutes.

Composition d'huiles essentielles respiratoires pour diffuseur

HE eucalyptus .....	10 ml
HE pin sylvestre .....	5 ml
HE tea tree .....	2 ml
HE niaouli ou cajepout .....	3 ml

## stress, anxiété, tristesse, procrastination

Les huiles essentielles prévues à cet effet s'utiliseront en diffusion ou en traitement interne, à savoir :

USAGE INTERNE : 1 goutte d'huile essentielle de néroli pour les mainates, 1/2 goutte pour perruches et canaris, 2 fois par jour, pendant 3 à 7 jours sur 10 grains de sa dose journalière.

EN DIFFUSION : 5 minutes près de la cage 4 à 5 fois par jour :

HE lavande .....	10 ml
HE marjolaine .....	4 ml
HE néroli .....	1 ml

*Il m'a été donné de soigner un mainate atteint de procrastination. Sa cage magnifique donnant sur le lac Léman devait avoir une surface de 30 à 40 m<sup>2</sup>. Il avait voyagé, pris l'avion, même le Concorde et consulté des spécialistes à New York... sans résultat! Ma prescription: 1 goutte d'huile essentielle de néroli sur 10 grains de sa dose journalière. En 3 semaines, le magnifique oiseau reprenait son chant et retrouvait sa joie de vivre... sa propriétaire aussi! Il est toujours plus efficace de traiter le gardien ou propriétaire en même temps que l'animal. La dame eut droit elle aussi à un traitement aromatique composé celui-là d'huiles essentielles de basilic, marjolaine et néroli.*

# les élevages de veaux, vaches, porcs, chèvres, moutons...

Pour les élevages, le diffuseur d'arômes dans l'étable est le plus simple moyen d'utiliser les huiles essentielles, en tout cas pour les problèmes infectieux et respiratoires.

Le diffuseur fonctionne en permanence à raison de 2 à 5 ml par heure, 2 heures par jour en prévention, 24/24 heures en traitement d'urgence et de crise.

Les huiles essentielles peuvent également s'utiliser dans la nourriture, à raison de 5 à 10 gouttes par jour. Pensons à une cure de sel de Nigari (voir « Les grands soins »).

Des cures de revitalisation s'effectuent 2 à 3 fois par an en prévention. Se souvenir que toutes les huiles essentielles augmentent la résistance à la maladie, améliorent l'élimination des toxines et des parasites, revitalisent en apportant une nouvelle énergie, et que toutes les huiles essentielles sont antiseptiques.

Composition respiratoire pour diffuseur ou par ingestion (pour 1 litre)

HE eucalyptus *globulus* .....450 ml

HE pin sylvestre .....100 ml  
HE thym officinal .....50 ml  
HE romarin officinal.....50 ml  
HE pin noir.....200 ml  
HE tea tree.....150 ml

Composition anti-infectieuse pour diffuseur ou par ingestion (pour 1 litre)

HE thym rouge fort .....100 ml  
HE origan .....150 ml  
HE lavandin ou lavande .....300 ml  
HE romarin officinal.....300 ml  
HE cannelle (écorce) .....50 ml  
HE basilic.....100 ml

Pour les infections spécifiques, on se reportera au tableau des principales affections et/ou au chapitre cheval.

Toutes les compositions « cheval » sont applicables au bétail.

### *nota bene*

Les doses des médicaments, quelles qu'elles soient, sont multipliées par 8 entre l'humain et le cheval .

# les élevages de poussins, poulets, canards, oies...

À propos des élevages « deux pattes », les problèmes respiratoires et infectieux légers seront résolus par l'utilisation de diffuseurs d'arômes avec des compositions d'huiles essentielles adéquates.

Le volume du hangar de l'élevage définira le temps d'utilisation.

Il faut en diffusion environ 2 ml par heure pour un espace de 50 m<sup>2</sup>, de 3 à 12 heures par jour en traitement de 2 à 3 jours puis, en entretien, 1 à 2 heures par jour pendant 10 jours.

Composition aromatique respiratoire pour diffuseur (pour 1 litre)

HE eucalyptus <i>globulus</i> .....	450 ml
HE pin sylvestre .....	150 ml
HE thym officinal .....	50 ml
HE romarin officinal.....	50 ml
HE pin noir.....	200 ml
HE tea tree.....	100 ml

Pour les affections particulières, en traitement interne: 1 à 3 gouttes par jour et par animal dans l'alimentation ou dans l'eau dynamisée permettent une rapide amélioration et complètent la diffusion.

Composition aromatique anti-infectieuse (pour 1 litre)

HE thym rouge fort .....	100 ml
HE origan .....	150 ml
HE lavandin ou lavande .....	300 ml
HE romarin officinal.....	300 ml
HE cannelle (écorce).....	50 ml
HE basilic.....	100 ml

Les eaux aromatiques ou hydrosols peuvent également s'utiliser dans l'eau de boisson en complément des huiles essentielles et du chlorure de magnésium, elles sont extrêmement faciles à utiliser et tous les animaux les apprécient du fait de leur odeur légère...

– eau aromatique de sarriette et origan: anti infectieuses

– eau aromatique de lavande, marjolaine, néroli: calmantes et anti stress

# quelques trucs pour éloigner...

## ... les mouches

Posez des clous de girofle dans une assiette. Réhumidifiez aussi souvent que nécessaire. On peut également planter des clous de girofle dans une orange en ajoutant quelques gouttes d'huile essentielle de girofle.

Un sac transparent en plastique rempli d'eau, suspendu aux portes et fenêtres, réduit l'invasion des mouches. C'est un truc populaire en Amérique centrale et Amérique du Sud.

## ... les moustiques, aoûtats, arabies, etc.

La citronnelle est efficace en diffusion contre les moustiques. Une composition sans citronnelle à dominante olfactive de cannelle et de vingt-sept autres huiles essentielles s'est révélée particulièrement performante (composition Little Camargue qui est un bon « stop moustique »). C'est une composition anti-inflammatoire, qui calme la douleur de piqûres d'araignées, de moustiques, de four-mis... et de tous les insectes volants.

Faire ingérer de l'ail avec l'alimentation éloigne les taons.

## ... les chats

L'huile essentielle de verveine exotique repousse les chats et leur marquage de territoire: à vaporiser sur le bas des meubles. Elle supprime également les odeurs de pipi de chat.

## où trouver ?

Quelques spécialités vétérinaires aromatiques

Laboratoire biossentiel veto' aromatic  
La Chevêche, 13690 Graveson-en-Provence  
Huiles essentielles aromatiques naturelles et de qualité « biologique », eaux aromatiques, diffuseurs d'arômes, livres d'aromathérapie et spécialités aromatiques de Nelly Grosjean.  
Vente par correspondance.

Livraison sous 48 heures en France, 5 jours à l'étranger.

Tél 04 90 95 81 72 Fax 04 90 95 85 20 mail: info@biossentiel.com

Laboratoire Diétaroma  
BP 4 – 62240 Bourg-de-Thizy  
Produits à base d'huiles essentielles et d'extraits naturels de plantes.  
Vente dans les boutiques diététiques et en pharmacie.

Sylvie Converset, ostéopathe pour animaux  
Les bordes 13 – L'Ancienne Forge 1372 Bavois (Suisse)  
+41 (0)79 503 67 36 sconverset@gmail.com

Docteur vétérinaire Jacques Leguern, DEA biothérapie de la faculté de médecine de Bobigny, France.

## les produits naturels de nelly grosjean

vente à la boutique du musée, par correspondance et internet. sarl LAC les alambics du cèdre  
13690 Graveson-en-Provence  
tel. (0033) 04 90 95 81 55  
www.biossentiel.com www.vetoaromatic.com

### thérapie bio'aromatic

Synergies bio'aromatic – BBS (Bio Body Synergies). Elles sont destinées aux humains, peuvent également convenir aux animaux, selon prescription.

- **APHôm bio'tonic**: dynamisant, équilibre physique et intellectuel, motivation sexuelle, mémoire...
- **CELôm bio'circul**: tonicité profonde, cellulite, désinfiltration des « parties molles »...
- **DIGôm bio'digest**: favorise une bonne digestion, élimine les sensations de « ballonnements » et dyspepsies
- **HARôm bio'harmony**: relaxation, méditation, recentre les trois corps et favorise la créativité, atténue les allergies
- **MINôm bio'elimin**: contrôle du poids, détoxification de l'organisme, soulage les encombrements du foie et de la vésicule biliaire
- **RHUôm bio'soupl**: soulage et diminue les raideurs, décontracte avant et après l'effort physique...



L'hydrosolthérapie utilise les remarquables eaux précieuses aromatiques en boissons de santé à raison de 5 cuillerées à soupe dans un litre ½ d'eau quotidienne; un flacon d'ATW (Aromatic Therapy Water) correspond à une cure de 2 semaines et un changement d'ATW est proposé chaque semaine. L'eau précieuse aromatique est issue d'une distillation faite à l'eau de source avec une plante aromatique bio dont on recueille précieusement et uniquement la première partie de chaque distillation: c'est le « premium » de l'eau florale, l'hydro premium dont l'ATW est la synergie.

## odoration bio'aromatic

respirer des huiles essentielles naturelles, c'est le premier pas vers le bien-être pour les humains comme pour les animaux.

diffusion/spray bio'aromatic

- EN DIFFUSION: synergies 100 % huiles essentielles, pour diffuseurs d'arômes
- EN SPRAY: synergies 20 % huiles essentielles dans alcool bio.

- **harmony'adagietto**

dominante olfactive: verveine/vanille

- **respir'allegretto**

dominante olfactive: eucalyptus/romarin

- **bien-être'exotissimo**

dominante olfactive: verveine exotique

- **fresh'misterioso**

dominante olfactive: orange/menthe

- **relax'passionata**

dominante olfactive: orange/mandarine

- **épicé'staccato**

dominante olfactive: muscade/cannelle

- **zen'pianissimo**

dominante olfactive: mandarine/verveine exotique

- **provence'vivo**

dominante olfactive: lavande/romarin/thym: est utilisé dans les écuries, étables et élevages pour ses propriétés bactéricides.

- **moustic'little camargue (spray)**

dominante: géranium/vanille: peut être utilisé pour les chevaux et chiens

synergies 100 % huiles essentielles bio, à utiliser directement dans nos diffuseurs d'arômes

Les diffuseurs purifient et régénèrent l'air en apportant les propriétés des huiles essentielles naturelles calmantes, toniques ou aseptisantes, qui combattent les effets des pollutions et enrichissent l'air que vous respirez! Ce système de diffusion à froid permet aux huiles essentielles de se disperser dans l'air ambiant en microparticules et ce, en quelques secondes. Les diffuseurs, naturels et silencieux, apportent un nouveau confort olfactif intense! sans chaleur, sans nettoyage, 6 vitesses de diffusion; conçus pour fonctionner 24 heures sur 24! pour une superficie de 30 à 60 m<sup>2</sup>. Diffusion à froid. À utiliser devant le box ou dans les élevages hors de portée des animaux.

## le musée des arômes et du parfum de graveson-en-provence

*des senteurs aux parfums...*

*C'est au cœur de la Provence, entre Alpilles et Montagnette, près des Baux, de Fontvieille et du moulin de Daudet, de Maillane, la patrie de Frédéric Mistral, et de Tarascon que domine le château du fameux Tartarin, que le musée vous propose de faire le plus enivrant des voyages. Les haies de cyprès protègent le jardin expérimental où sont élevées en cultures biologiques lavandes et lavandins, sarriettes, sauges, camomilles, menthes, verveines, origans, marjolaines, bleuets, aunées, millepertuis et achillées millefeuilles, paradis de senteurs et de couleurs nouvelles pour les visiteurs étrangers découvrant les mille et une beautés provençales.*

ancien chemin d'Arles  
13690 Graveson-en-Provence  
Tél 04 90 95 81 72  
Fax 04 90 95 85 20  
[www.museedesaromes.com](http://www.museedesaromes.com)  
[www.espaceecobio.com](http://www.espaceecobio.com)



# bibliographie

BONE K., BURGESS N., MCLEOD D., *How to prescribe herbal medicines, the Mediherb prescriber Reference*, Mediherb edition, 1992.

BONNEFOUS Luce et PEKER (docteur), *Dictionnaire des médecines douces pour chiens et chats*, éditions du Rocher, 1986.

COTARD J.-P. (professeur) et LAFORGE H. (docteur), *Le Guide santé de votre chien*, éditions Atlas, 1986.

GATTEFOSSÉ R. M., *Aromathérapie et antiseptiques essentiels*, Librairie des Sciences Girardot, 1957.

LÉMERY Nicolas, *Pharmacopée universelle*, 1697.

MELCHIZEDEK Drunvalo, *L'Ancien Secret de la fleur de vie* (2 vol.), Éditions Ariane, 2000.

MONNIER Marcel, *Les Graines germées*, éditions Ambre, 2007.

*Perfums and essential oils*, Holmes, Record, 1912

SCHNECK Stephen et NORRIS Nigel (docteur), *Dictionnaire médical du chien*, éditions Marabout, 1981.

SÉVELINGE Louis (docteur), *Travaux aromathérapie vétérinaire*, édité par l'auteur, Bourg-de-Thizy.

*The Journal of Essential Oil Research*, n° 4, juillet-août 1992, Allured Publishing Corporation.

VALNET Jean (docteur), *Docteur nature*, éditions Fayard, et *Aromathérapie, traitement des maladies par les essences de plantes*, éditions Maloine, 1964.

*Les droits d'auteur de ce livre sont intégralement offerts aux fondations Anak (aide aux enfants d'Indonésie), Myanmar (enfants de Birmanie), « fondation Nelly Grosjean « moulins de vies » (enfants, forêts et animaux), et à l'association « Les enfants du soleil » (aide aux enfants d'Haïti).*



