

Huile essentielle Patchouli

Pogostemon cablin

Cette plante de petite taille est originaire d'Asie ; sa fragrance caractéristique et relativement forte en fait une note de fond bien connue des parfumeurs.
Cette huile essentielle sera d'autant appréciée pour ses propriétés physiologiques.

Dénomination française : Patchouli

Famille botanique : Labiacées

Origine : Indonésie , Inde, Birmanie, Malaisie, Sri Lanka

Molécules aromatiques : Sesquiterpènes, Sesquiterpénols, Monoterpènes

Partie distillée : Plante entière

Propriétés principales :

- Décongestionnante veineuse, lymphatique et prostatique.
- Anti inflammatoire
- Cicatrisante
- Anti fongique

Indications thérapeutiques traditionnelles :

- Jambes lourdes +++
- Varices, hémorroïdes +++
- Congestion du petit bassin +++
- Adénome prostatique et prostatite +++
- Dermatoses inflammatoires +++

+ = petite action ++ = belle action +++ = très bonne action

L'huile essentielle de Patchouli se range dans la catégorie biochimique des sesquiterpénols.

Elle est donc à utiliser avec précautions chez les personnes qui ont (ou ont eu) un cancer hormonal dépendant. Les sesquiterpénols sont des HE oestrogen-like.

Remarques :

- L'HE de Patchouli (*Pogostemon cablin*) est issue de la feuille (de la plante entière). Cette plante tropicale provient d'Inde, d'Indonésie, de Birmanie, de Malaisie ou du Sri Lanka.
- De toutes les molécules issues de la famille biochimique des sesquiterpénols, comme par exemple le scaréol, le nérolidol ou le viridiflorol, le patchoulool (*contenu à grande majorité dans l'huile essentielle de Patchouli 30 % ≈*) est LA molécule de cette famille biochimique qui ne porte pas à controverse.
- Attention à ne pas déranger avec cette huile essentielle, sa fragrance est forte. Elle peut déranger les autres autour de vous.

Précaution : HE déconseillée dans les 3 premiers mois de la grossesse (principe de précaution).

Elle est recommandée par voie externe, diluée dans un peu d'huile végétale, pour les hémorroïdes de la femme enceinte, le dernier mois de grossesse.

Par le Dr Baudoux :

Posologie conseillée :

- Voie interne :** 2 gouttes HE matin et soir dans du miel, de l'huile d'olive ou sur un sucre de canne, sous la langue, pour tous les problèmes de congestion (lymphe, veines, hémorroïdes, prostate) 3 fois par jour.
- Voie externe :** 3 gouttes HE et 3 gouttes HV sur les zones de stase veineuse (varice) ou lymphatique, à répéter 3 fois par jour.

Les propriétés et indications thérapeutiques : Selon le « Traité d'aromathérapie scientifique et médicale » de Michel Faucon, édité en 2012 :

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES

- **Phlébotonique et lymphotonique ++**
 - Favorise le retour veineux
- **Décongestionnant veineux et lymphatique +++**
 - Diminue la turgescence vasculaire, comme *Cymbopogon martinii* et *Cedrus atlantica*
 - (Hémorroïdes, jambes lourdes, varices)
- **Dermato:** cicatrisant et régénérant tissulaire
 - Sphère cutanée en usage local, antiseptique cutané +++ (acné ++).
 - (Gatti et Cayola en 1922 montrent une activité sur le streptocoque et sur le staphylocoque pyogène).
 - **Dermatoses cicatricielles, allergiques ou inflammatoires**
- Stomachique et carminative

CONTRE-INDICATIONS : aucune connue aux doses physiologiques.

Patchouli

(*Pogostemon patchouli*)

Description

C'est l'huile essentielle la plus puissante issue du règne végétal. Elle est extraite d'une plante ressemblant à la Sauge, mais pouvant mesurer jusqu'à un mètre de haut, cultivée en Indonésie et à Madagascar.

Principaux constituants

L'huile essentielle de Patchouli est riche en terpènes antiseptiques : patchoulène, pinène, limonène et cadinène, en patchoulol, guaiacol, pogostol, ainsi qu'en aldéhydes cinnamiques.

Propriétés physiques connues

- Anti-inflammatoire cutané - Cicatrisant antiseptique

L'huile essentielle de Patchouli soigne les lésions irritées, eczématisées, fissurées, et les dermites séborrhéiques.

- Antiseptique

Elle a une activité antimicrobienne intéressante sur les bacilles streptococcique et staphylococcique.

- Décongestionnant veineux

Elle aide à limiter les congestions veineuses et peut être utilisée en cas de dermite de stase veineuse et d'eczéma variqueux.

- **Tonique**

Elle est modérément tonique, mais son odeur lui donne des vertus stimulantes.

Pathologies

- **Fissures anales - Hémorroïdes**

Elle est tonique pour les veines hémorroïdaires et aide à cicatriser et désinfecter les fissures anales.

Propriétés psychiques

L'huile essentielle de Patchouli a une odeur pénétrante et persistante utilisée en parfumerie pour fixer les autres parfums qui lui sont associés. Elle a la faculté de donner du courage, du tonus et de la joie aux personnes faibles, tristes et mélancoliques.

Modalités d'utilisation

Pour obtenir un effet tonique, prendre 1 à 2 gouttes pures, 2 à 3 fois par jour.

Diluée dans de l'huile d'Amande douce ou de Millepertuis, elle peut être appliquée sur les dermites fissurées ou séborrhéiques, les eczéma variqueux et les fissures anales.

En brumisation dans l'atmosphère, elle peut servir à détruire les germes et créer une ambiance tonique.

Toxicité

Cette huile n'est pas toxique aux doses habituelles.

Selon le « Traité d'aromathérapie scientifique et médicale » de Michel Faucon, édité en 2012 :

AUTRES INFORMATIONS

Notes historiques: en Malaisie, en Chine et au Japon, HE patchouli était réputée contre les morsures de serpents et les piqûres d'insectes venimeux.

Dans les pays arabes, elle préservait des fièvres et des épidémies... Elle y est encore beaucoup utilisée en parfumerie, comme antiseptique et insecticide.

Notes de caractérologie: « s'affirmer » C'est la notion qui caractérise cette plante.

Notes diverses: ingrédient « phare », « lourd » des années 1960, HE de patchouli est plus utilisée en parfumerie qu'en thérapeutique aromatique, bien que très intéressante pour ses vertus circulatoires!

C'est le parfum des hippies, âcre et terreux, avec une odeur de mousse à senteur de bois fumé, très puissant, persistant, employé comme fixateur dans de nombreux parfums orientaux.

Rappelons les compositions de parfumeurs célèbres comme : « Shocking » de Schiaparelli, « Poison » d'Yves Saint-Laurent...

PATCHOULI

Pogostemon cablin – Labiées

Transformations

Clé : Enracine et Renforce la Volonté de Vivre. Le développement d'une attitude respectueuse envers le Sacré de la vie permet d'apprécier les leçons des défis de la vie et renforce notre lien avec l'Esprit. En remettant en question les croyances établies, nous élargissons notre conscience et affirmons le désir de changer et de mûrir.

Développement et résultats de la guérison

Si nous n'avons pas une connexion solide avec la Terre, cela crée des altérations dans l'énergie du chakra racine et empêche les forces de guérison de la nature de nous nourrir. En nous enracinant dans le physique et en vivant dans l'instant, la dépression et les pensées de suicide s'apaisent.

Influences énergétiques sur les corps et les chakras

En débloquent les problèmes sexuels des chakras racine et sacré, leur énergie pourra s'aligner sur le chakra du cœur. Nous pourrions résoudre les peurs liées à la survie en augmentant notre foi dans l'Esprit. Le fait de s'enraciner dans la matière produit l'énergie nécessaire pour entrer en action.

Énergétique de l'huile

L'énergie du Patchouli entre en affinité avec les battements de cœur de Mère Nature. Elle incarne la sensation d'être bercé dans ses bras et immergé dans l'essence de la Terre. Le Patchouli possède une capacité de profond enracinement.

D'un point de vue énergétique, l'huile de Patchouli élève la vénération envers la vie, attitude qui rend hommage à la valeur de toutes les expériences de la vie et de toutes les

formes de vie et qui reconnaît qu'une étincelle du sacré existe dans toute matière. La vénération n'est pas la même chose que le respect qui est un jugement des qualités que nous admirons, mais c'est la perception de la vie en tant qu'école pour le développement spirituel. Lorsque nous manquons de vénération, nous percevons les expériences avec nos jugements. En nous efforçant d'atteindre cet état de vénération nous devenons protecteurs de toute vie et nous alignons sur l'énergie de l'Âme.

L'huile de Patchouli chasse le cafard. Elle ouvre le chakrac racine pour nous aider à nous enraciner dans l'instant présent et à nous abandonner au simple fait d'être. Elle nous permet de ressentir davantage de joie dans notre forme matérielle et de faire face à nos responsabilités. L'huile de Patchouli élargit la force de vie vers l'extérieur, ce qui permet à l'Esprit de s'ancrer davantage dans la matière. D'un point de vue énergétique, c'est une huile puissante pour surmonter les tendances suicidaires. Son énergie accroît la volonté de vivre.

L'huile essentielle de Patchouli déverrouille l'énergie sensuelle du chakra sacré et transforme la frigidité en sensualité. Elle permet de mieux comprendre nos relations intimes avec les autres. C'est une énergie spirituelle aussi bien que sexuelle – le Patchouli aligne les chakras racine et sacré avec l'énergie du chakra du cœur.

Le Patchouli était très populaire dans les années soixante, époque à laquelle on s'était éveillé à une grande conscience expérimentale et où l'on remettait en question les croyances établies. Ces pensées « New Age » complètement nouvelles ont permis d'explorer de nombreux passages vers la réalité. La marijuana était utilisée comme moyen pour stimuler l'attention. La montée de popularité de l'huile de Patchouli était due à un désir inconscient d'enraciner les effets de la marijuana. Dans de nombreuses cultures à travers l'histoire et

encore de nos jours, les drogues sont des outils sacrés utilisés pour ouvrir les portes de la perception.

Patchouli

Vivre son individualité



Le patchouli a toujours fait partie intégrante du système médicinal traditionnel dans tout le monde asiatique pour ses multiples vertus, anti-inflammatoires, antiseptiques, aphrodisiaques, etc. En Inde, les épouses des brahmanes, la caste supérieure hindoue, étaient identifiées par les fins tracés qu'elles se dessinaient au patchouli sur les bras et sur le 3ème œil. La peinture rituelle au patchouli signifiait aussi que les femmes étaient prêtes à enfanter. Au 19ème siècle, on l'employait sur les tissus et les châles indiens pour éloigner les insectes. Dans la Chine ancienne, on utilisait le patchouli pour établir l'équilibre entre le corps et l'esprit. Aujourd'hui, les Indiens continuent à se masser les pieds avec du patchouli pour protéger des mycoses et des morsures d'insectes et de serpents ainsi que le cuir chevelu pour stimuler la pousse des cheveux. Sa popularité est toutefois surtout associée au « flower-power-baba-cool » des années 1960. Réputé pour stimuler le désir de dépasser ses limites intérieures et extérieures, le patchouli était l'accessoire indispensable de cette génération. À l'heure actuelle encore, on l'adore ou on le déteste mais il ne laisse jamais indifférent et ne s'oublie pas.



Description botanique

Les feuilles séchées de cette labiacée produisent une huile essentielle foncée et épaisse. Son essence ambrée et musquée était autrefois utilisée comme fixatif pour les parfums.

Dénomination latine	<i>Pogostemon cablin</i>
Appellation anglophone	Patchouli
Famille botanique	Labiacées
Partie distillée	Plante entière
Pays de production	Inde, Indonésie, Birmanie, Malaisie

Principes biochimiques

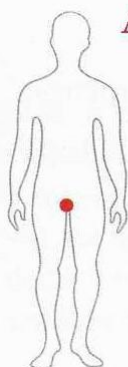
Sesquiterpènes, Sesquiterpénols, Monoterpènes

Indications thérapeutiques traditionnelles

- problèmes cutanés (également d'origine allergique), eczéma, dermatoses inflammatoires, escarres, crevasses, parasitoses, mycoses, impétigo, perte de cheveux, rides, dermatites, peau sèche et asphyxiée, cicatrices : anti-inflammatoire, régénérateur cutané, virucide, fongicide, antiseptique
- infections intestinales : virucide, fongicide, antiseptique, stimulant digestif
- problèmes circulatoires, hémorroïdes, varices, cellulite, rétention d'eau : anti-inflammatoire, décongestionnant veineux et lymphatique majeur
- frigidité, impuissance : aphrodisiaque
- épuisement : tonique si pris à petites doses

Propriétés et indications énergétiques

- permet d'accepter son individualité et de rester fidèle à ses convictions
- nous réconcilie avec nos origines
- donne le courage d'exprimer ses émotions calmement
- combat les peurs, l'incertitude, le manque de confiance en soi, véhicule stabilité et enracinement
- ouvre l'esprit pour affronter l'avenir sereinement, transmet le courage de choisir des chemins exceptionnels, stimule le désir de dépasser ses limites aussi bien intérieures qu'extérieures
- stimule la force physique et psychique lors d'épuisement nerveux, stress et agitation mentale
- réveille notre sensualité et notre fantaisie, dissout les tensions, favorise le laisser-aller



Aromathérapie énergétique

Associé au chakra des racines
Couleur : rouge écarlate

Contre-indication
Aucune

Le patchouli est un parfum que l'on aime ou que l'on déteste car il fait ressortir notre personnalité, notre individualité. Ce n'est pas un hasard si les brahmanes voulaient conserver cette essence précieuse pour eux-mêmes. En Inde, l'utilisation de patchouli par les castes inférieures était d'ailleurs interdite.

- Le patchouli est un composant idéal des huiles de massage qui travaillent sur le premier chakra. Il attire la matière (argent, force physique, capacité de concrétisation).
- Il fait partie des meilleurs composants destinés à combattre la cellulite et la peau flasque, ainsi que les varices et les capillaires éclatés.
- Si vous vous sentez souvent déstabilisés, que vous avez « honte » de vos idées et que vous n'osez pas défendre votre « originalité » :

Issu de l'ouvrage : 22 huiles essentielles énergétiques (paru en mars 2023)

Depuis toujours, l'Asie a utilisé les feuilles du Patchouli pour ses vertus médicinales traditionnelles.

Cette plante a été introduite en France et en Angleterre au 18^{ème} siècle grâce à la route de la soie avec l'importation de châles en cachemire.

Pour protéger ces châles des mites et autres insectes lors de leurs voyages en bateau, les tissus étaient enveloppés dans des feuilles de patchouli.

Ces châles étaient ensuite vendus dans des boutiques de beaux quartiers et certains avaient plus de succès que d'autres. Les femmes ne choisissaient pas ces châles seulement pour leurs motifs ou leur tissu mais aussi pour la fragrance qu'ils dégagent car ceux qui étaient imprégnés de l'odeur de patchouli avaient plus de succès que les autres.

C'est ainsi que le patchouli est rentré dans le milieu de la parfumerie. Il a d'abord été utilisé comme fixateur grâce à son pouvoir de stabilité puis a inspiré les créateurs avec ses notes caractéristiques et particulières.

Dans les années 1960 le patchouli est devenu l'emblème de la génération hippie, de cette jeunesse contestataire qui prônait la liberté et la paix. Cet esprit de rébellion s'harmonisait bien avec les notes fortes et exotiques du patchouli, venu d'ailleurs.



Après des années difficiles, le patchouli fait son grand retour dans les années 90 avec des parfums très connus et très appréciés. A ce moment-là la fragrance du patchouli dégage autre chose dans l'inconscient collectif, certainement une fragrance signifiant un tempérament bien distinct et/ou atypique.

La signature de l'huile essentielle de **Patchouli** (*Pogostemon cablin*) est : La légitimité d'exister ; La légitimité à ETRE ; La légitimité à exister dans sa spécificité (*dans son individualité*).

Énergétiquement :

L'huile essentielle de Patchouli est une huile d'ancrage qu'elle favorise. Sa particularité, à elle, c'est de ressentir la légitimité à être, à exister.

A exister dans la matière, à exister grâce à la matière, à exister pour le simple fait d'exister (*sans avoir à trouver des raisons particulières*), à exister tout simplement.

Il y a dans l'huile de Patchouli cette notion très importante d'incarnation.

Parfois certaines personnes refusent le fait d'être incarnées dans un corps physique. Comme si la conscience était là mais pas dans ce corps de chair.

Il y a des personnes qui refusent cette incarnation. Cela crée une distorsion importante dans l'existence car on peut se sentir là sans être là ; on peut vouloir ne pas être là et s'y trouver quand même.

Dans tous les cas, l'âme a fait le choix de cette incarnation (*sauf erreur d'aiguillage, ce qui est rare*), il y a donc dans ces sensations désagréables des conflits entre le corps et l'esprit.

Énergétiquement, l'huile essentielle va arrondir ces angles en faisant vraiment ressentir l'incarnation ET la légitimité à Etre !

Le deuxième point fort énergétique de cette huile essentielle se trouve dans le fait de ressentir notre spécificité, notre fantaisie personnelle, notre singularité d'être.

En effet, l'huile essentielle de Patchouli agit sur notre particularité propre, sur l'originalité de notre essence propre, sur ce petit quelque chose en plus qui fait que nous sommes ce que nous sommes.

Cette huile essentielle incite à développer notre fantaisie personnelle, nos particularités de personnalité.

L'huile de Patchouli favorise également notre sensualité. Elle éveille le caractère sensuel qui existe au fond de chacun d'entre nous, que nous soyons homme ou femme.

Vivre sa Vie c'est la goûter, la savourer !

Énergétiquement, cette huile essentielle nous invite à nous affirmer, à affirmer qui l'on est.

La légitimité à exister dans la matière :

Utiliser l'huile essentielle de Patchouli au niveau énergétique c'est accepter et certainement conscientiser que notre corps physique est notre véhicule d'incarnation sur ce plan de conscience.

Notre véhicule qu'est notre corps est notre « box » en quelque sorte ; c'est bien notre corps qui ressent, qui fait le lien entre l'extérieur et l'intérieur de soi.

Notre corps sait. Notre corps comprend.

Notre corps a une conscience spécifique : il trouve des solutions, s'adapte, nous envoie des signaux, des informations.

Lise BOURBEAU, auteure de nombreux ouvrages dont « Écoute ton corps, ton plus grand ami sur la Terre » édité en 1987 explique bien que tout ce qui se passe dans notre corps est un reflet de notre esprit. Par ses ouvrages, elle nous fait réaliser l'importance d'être davantage conscients de ce qu'il se passe en nous, à travers notre corps de chair.

Sans notre corps de chair, nous ne pouvons exister sur ce plan de conscience.

Nous sommes des êtres divins (ou infinis) venus faire une expérience terrestre, concrète.

La spécificité de notre singularité :

Il y a en chacun de nous des envies, des ressources et des originalités qui nous sont spécifiques.

Des envies qui arrivent d'on ne sait où, de nulle part et pourtant c'est nous qui les abritons, c'est à travers nous qu'elles circulent ; des originalités, des excentricités qui nous sont propres et qui nous traversent parfois.

Conseils d'utilisation pour le côté énergétique et subtil :

Dans une crème de douche :

Déposez 2 gouttes d'huile essentielle de Patchouli dans le creux de la main avec la dose de gel douche ou un peu de mousse de savon : lavez-vous avec.

Ou

Déposez quelques gouttes d'huile essentielle de Patchouli dans un flacon de crème lavante (sans parfum bien entendu). A titre d'exemple : 10 gouttes d'huile essentielle dans 150 ml de gel douche.

Respirez directement du flacon :

Selon vos envies et/ou ressentis et/ou intuition, respirez directement du flacon en prenant une longue et profonde respiration.

Dans un lait démaquillant ou corporel :

Déposez 2 gouttes d'huile essentielle dans un peu de démaquillant.

Attention ce démaquillant doit être utilisé sur la peau du visage et pas sur les yeux.

Déposez 2 gouttes d'huile essentielle dans le creux de la main puis rajouter la dose de lait corporel que vous allez appliquer sur la peau.

Attention la fragrance est forte, elle peut incommoder votre entourage

Ou déposez directement quelques gouttes d'huile essentielle dans un flacon de lait corporel. Mélangez bien avant chaque utilisation.

Dans les chaussures : Un ami dépose parfois 1 à 2 gouttes d'huile essentielle de Patchouli au fond de ses chaussures. Il mandate ainsi l'huile essentielle à agir sur l'ancrage, sur « son » ancrage. Pourquoi pas ?

Dans un bain : Mélangez 8 à 10 gouttes d'HE de Patchouli dans un peu de base lavante (*gel douche ou shampoing par exemple*) ou dans un peu de dispersant, ou dans un jaune d'œuf ou dans un peu de miel.

Car les huiles essentielles ne sont pas miscibles dans l'eau. Il convient de les mélanger, au préalable, avec un « ingrédient » (ou un *dispenseur*), qui va permettre leur totale solubilisation dans toute l'eau.

Prenez un bain aromatique par semaine ou de temps en temps.
Restez dans ce bain au moins 15 minutes

J'ai personnellement ressenti toute l'énergie de l'HE de Patchouli en agissant ainsi.

Si vous n'avez pas de baignoire, prenez un bain de pied :

Nous avons oublié tous les bienfaits des bains de pieds, il me semble.

Prendre 10 minutes, le soir, de temps à autre, pour délasser les pieds qui supportent le poids de notre corps toute la journée est une excellente idée !

Dans la bassine, rajoutez dans « l'ingrédient disperser » : 5 à 6 gouttes d'HE de Patchouli puis déposez le tout dans la bassine avant d'y tremper les pieds.

Attention à ce que l'eau ne soit pas froide. Maintenez une température chaude ou tiède de l'eau. Attention à ne pas prendre froid, surtout l'hiver !

Impressions personnelles :

J'ai longtemps pensé que l'huile essentielle de Patchouli se plaisait seule, c'est-à-dire qu'elle avait du mal à se mélanger à d'autres, sauf quand on élabore des synergies pour une action à visée décongestive (*pour la prostate par exemple*).

Or, récemment, une participante intéressée par le côté subtil et vibratoire des huiles essentielles, me disait que dans un gel douche (*neutre - sans parfum*) elle dépose 10 gouttes d'huile essentielle de Patchouli et 6 gouttes d'huile essentielle d'Ylang ylang (*Cananga odorata*).

Cette gentille dame utilise ce gel douche aromatique régulièrement, ainsi que toute sa petite famille. Quand pendant quelques jours le flacon est vide, toute sa famille lui en redemande tellement il leur fait du bien. Effectivement, pour avoir suivi son conseil : ce gel douche aromatique fait beaucoup de bien !

Si l'huile essentielle de Patchouli (*Pogostemon cablin*) pouvait parler, que nous dirait-elle ?

Je suis le coup de « peps » qui vient réveiller ton être pour t'accomplir sur le plan de l'être.

Si tu en as besoin, je viens te rappeler énergétiquement que tu es, en tant qu'être humain, aussi légitime d'exister sur cette terre que n'importe quel autre être vivant : plante, animal, végétal, minéral, humain.

Je suis le lien entre la terre et ton être. Je suis issue d'une plante pas haute ni grande mais qui dégage une fragrance qui possède beaucoup d'aura et se propage loin.

Je fais le lien entre ton corps de chair et ta conscience. Je viens te rappeler qu'en tant qu'être humain tu as une conscience qui habite ta chair.

Tu es un être unique : personne d'autre que toi ne possède ton essence ; personne d'autre ne te ressemble et personne d'autre que toi ne pourra jamais être habitée de cette énergie.

Cette énergie, elle t'est spécifique, personne d'autre que toi ne peut l'incarner de cette façon. Cette lumière qui t'habite va s'exprimer d'une façon qui t'est très personnelle.

Je suis le lien entre ton corps et ta lumière.

Appelle-moi si tu en ressens le besoin et je viendrai t'insuffler ta (tes) spécificité(s) afin que tu puisses ressentir la joie d'exister dans la matière.

La matière est indissociable de la conscience. Elle permet de concrétiser ce que la conscience porte.

Ton corps de chair permet d'accompagner ta conscience à s'exprimer, il est le véhicule qui va concrétiser ton œuvre.

Sans la matière, tu n'existerais pas sur ce plan de conscience.

Ton corps est animé par la conscience.

Ta conscience anime la matière.

Je suis l'étincelle invisible qui vient animer ta matière par la joie ressentie de l'habiter le temps de ton incarnation.

Je suis l'étincelle qui vient réveiller ce feu de la Vie qui demande à s'exprimer par ton être.

Abréviations : HE = Huile essentielle HV = Huile végétale
AB = Antibactérien AV= Antiviral AF = Antifongique AP = Antiparasitaire
CI =Contre-indication