

# Les Conifère du Québec plantes aromatiques et plantes sacrés amérindiens

Il fort probable que vous êtes déjà promené dans un foret de conifères, un sentiment de paix et de bonheur s'en dégage, on se sent bien, l'air y est oxygénant et ressourçant.

Les autochtones ont été les premiers à faire usage de ces plantes. Elles assureraient la survie, servaient aussi dans un dessein spirituel. Certaine de ses conifère étaient utilisée pour la protection, la purification, les offrandes et les visions.

L'usage des plantes aromatiques permettaient de retrouver l'harmonie l'équilibre la santé. Lorsque qu'une personne était malade, les guérisseurs débutaient par un nettoyage des mauvaises énergies avec l'aide des plantes sacré, des chants, etc., on libérait la personne malade de tous les mauvais sentiments, les pensées négatives ou d'énergies négatives.

## **LE CÈDRE** (thuya occidentaliste)

Pour les indiens d'Amérique du nord cette plante symbolisaient l'équilibre. Ils l'appellent l'arbre de vie, à cause de ses vertus purifiantes et cicatrisantes.

Quatre plantes constituaient des herbes sacrées. Le cèdre ainsi que le foin d'odeur, le tabac, et la sauge blanche. Cette dernière plante pousse plus au sud des État Unis et le cèdre était une plante très importante en Amérique du Nord.

Le Cèdre ou thuya occidental est un excellent purificateur qui prédispose à la prière, au calme et à la Sérénité. Il éloigne les mauvaises énergies et attire les Énergies Bénéfiques.

Il était utilisé avant une cérémonie ou avant de méditer, ou avant de commencer une réunion importante ou une rencontre à caractère spirituel. On s'en servait aussi avant une guérison ou encore pour purifier une nouvelle habitation avant d'y aménager.

Le thuya occidentalise (cèdre du Canada) en aromathérapie est une plante précieuse et aussi dangereuse si mal utiliser. C'est une plante neurotoxique si elle est prise par voie buccale.

On ne doit pas la prendre en interne. Par contre elle est très utile en application sur la peau, elle est cicatrisante performante pour réparer, régénérer la peau, c'est un très bon antiparasitaire cutanée mais aussi elle éloigne et agresse les mites de linge, les punaises de lit etc, Elle est réductrice des gras corporels tel que la cellulite ainsi que le pus d'un furoncle. Vraiment c'est une plante extraordinaire et très utile.

### **L'ÉPINETTE NOIRE** (*Picea mariana*)

Les peuples Autochtones se servaient de la résine comme gomme à mâchée cela leur permettait de garder leur dents blanches. L'écorce au printemps était grattée et consommée fraîche, on la faisait séchée pour consommer cette écorce à n'importe quel moment de l'année.

Les jeunes pousses de l'année (bout des branches d'un vert plus clair) étaient généralement consommées crues, mais parfois cuites. Leur légère saveur acidulée. Les jeunes pousses étaient parfois préparées en décoction pour soigner la toux

En Aromathérapie cette plante est antiseptique aérien, et comme les autres conifère elle anti-mucus, anti-toux. C'est une huile essentielle est très énergisante pour les surrénales et tonifie les poumons

### **LE PIN** (*pinus sylvestrie*)

Chez les Amérindiens croyaient que le Pin aidait à créer une atmosphère de joie et d'inspiration. Le Pin servait aussi à la purification. On soignait diverses affections liées à l'élément de l'air (affections pulmonaire, laryngites, asthmes etc..).

En aromathérapie le pin sylvestre est une huiles essentielles antiseptique respiratoire, anti-mucus et expectorante, de plus elle aide à réduire la toux. C'est une plante qui redonne de l'énergie aux poumons et aux surrénales . Elle est indiqué pour les bronchites en association avec l'eucalyptus radiata et le clou de girofle. Si on l'ajoute avec certaine autres huiles essentielles, elle devient un aide pour réduire les symptômes relié à l'asthme et les allergies.

### **LE SAPIN BAUMIER** (*Abies balsamea*)

Les Amérindiens utilisaient son odeur pour provoquer un sentiment de bonheur tranquille et pour se connecter à la nature. Les Amérindiens connaissent depuis longtemps les avantages que l'on peut tirer de cet arbre. Ils utilisaient sa résine, ses aiguilles et ses bourgeons, et fabriquaient une gomme

En aromathérapie le Sapin baumier est une huile essentielle antiseptique respiratoire, anti-mucus et anti-toux. C'est une plante qui donne de l'énergie. On l'utilise pour les rhumes, gripes, bronchite et grande fatigue

## **LA PRUCHE** (*Tsuga canadensis*)

Cette huile essentielle est une " Huile de passage", elle reconforte, facilite le "lâcher-prise" apaise les personnes en fin de vie et celles qui ont de la difficulté à lâcher prise, par peur ou angoisse. Elle facilite les transitions et les changements difficiles à vivre. De plus elle protège le système énergétique.

En aromathérapie c'est une huile équilibrante nerveuse elle renforce Elle est mucolytique (antimucus), antidépressive. Comme les autres conifères, elle est utile pour soigner les problèmes respiratoires. En diffusion, elle purifie l'atmosphère.

## LES CONIFÈRES DU QUÉBEC

Le sapin baumier (arbre de Noël) le pin, le cèdre du Canada, la pruche et l'épinette noire sont des plantes aromatiques extraordinaires. En huiles essentielles, elles sont toniques elles donnent de l'énergie, elles rechargent les surrénales et tonifient les poumons.

Ici au Québec il y a plusieurs producteurs d'huiles essentielles qui produisent des huiles provenant de ces conifères, ces plantes poussent ici et selon certains guérisseurs si c'est le cas peut-être c'est parce que se sont la réponse à des besoins de santé psychologique et physique. Mais au-delà de cela ces plantes ont des odeurs vraiment très agréables oxygénant, purifiantes et ressourçantes.

**Voici quelques suggestions pour l'utilisation de ces conifères mentionnés ci-dessus**

## Recette (pour adulte)

### **Brume de protection**

H.E. Thuya occidental (cèdre)	( <i>Thuja occidentalis</i> )	2 ml
H.E. Pruche	( <i>Tsuga canadensis</i> )	2 ml
Alcool de grain (94 %) régie alcool		30 ml

Posologie : Voie aérienne

Avoir une bouteille de verre, avec un vaporisateur. Ajoutez-y le mélange

### **Grande fatigue**

H.E. Pin sylvestre	(Pinus sylvestrie)	2 ml
H.E. Épinette noire	(Picea mariana)	4 ml
Huile végétale aux choix		12 ml

#### Posologie : Voie cutanée

En application locale sur les surrénales.

À répéter au besoin.

### **Bronchite, pneumonie, rhume, grippe**

H.E. Eucalyptus radiata	(Eucalyptus officinal)	6 ml
H.E. Pin sylvestre	(Pinus sylvestrie)	2 ml
H.E. Clou de girofle	(Eugenia caryophyllus)	2 ml
Huile végétale aux choix		10 ml

#### Posologie : Voie cutanée

Appliquer le mélange sur le thorax, le dos. S'il y a amélioration des symptômes réduire la posologie. Voir un exemple de posologie ci-dessous

1<sup>er</sup> jour - 4 fois; le 2 -3<sup>iem</sup> jours - 3 fois; le 4-5<sup>iem</sup> jours - 2 fois; le 5-6-7<sup>iem</sup> jours - 1 fois

### **Asthme allergique**

*H.E. Pin sylvestre	(Pinus sylvestrie)	2 ml
*H.E. Khella	(Ammi visnaga)	1 ml
*H.E. Camomille bleu (tanaïsie annuelle)	(Tanacetum annuum)	2 ml
H.E. Estragon	(Artamésia dracunculus)	2 ml
H.E. Menthe poivrée	(Mentha x piperita)	2 ml
Huile végétale aux choix (choix minimal 50 ml)		100 ml

#### Posologie : Voie cutanée

Appliquer le mélange sur le thorax, le dos. S'il y a amélioration des symptômes réduire la posologie.

### **Cicatrisation difficile**

H.E. Thuya occidental (cèdre)	(Thuya occidentaliste)	3 ml
H.E. Palmarosa	(Cymbopogon martini)	2 ml
Huile végétale aux choix		10 ml

#### Posologie : Voie cutanée

Appliquer le mélange sur la région à cicatriser

## Toux

H.E. Eucalyptus radiata	(Eucalyptus officinal)	5 ml
H.E. Sapin baumier	(Abies balsamea)	2 ml
H.E. Lavande vrai	(Lavandula angustifolia)	3 ml
Huile végétale aux choix		10 ml

### Posologie : Voie cutanée

Appliquer le mélange sur le thorax, le dos. S'il y a amélioration des symptômes réduire la posologie. Voir un exemple de posologie ci-dessous

1<sup>er</sup> jour - 4 fois; le 2-3<sup>iem</sup> jours - 3 fois; le 4-5<sup>iem</sup> jours - 2 fois; le 5-6-7<sup>iem</sup> jours - 1 fois

## Mélange aérien antiseptique

H.E. Sapin baumier	(Abies balsamea)	7 ml
H.E. Cannelle de Chine (ram)	(cinnamomum cassia)	1 ml –

Attention la cannelle est dermocaustique, il faut que cette huile soit en minorité

H.E. Sapin baumier	(Abies balsamea)	1 ml
H.E. Eucalyptus radiata	(Eucalyptus officinal)	1 ml

H.E. Thuya occidental (cèdre)	(Thuya occidentalis)	1 ml
H.E. Pruche	(Tsuga canadensis)	1 ml

## Huiles de passage

H.E. Pruche	(Tsuga canadensis)	1 ml
-------------	--------------------	------

### Posologie : Voie cutanée

Appliquer le mélange à l'intérieur de main

## Parasite cutanée

H.E. Thuya occidental (cèdre)	(Thuya occidentalis)	1 ml
H.E. Clou de girofle	(Eugenia caryophyllus)	1 ml

**\*H.E. recette minimal pour réduire les symptômes dans les recettes proposés.**

## Référence

[http://www.lachusky.com/arbre\\_sacre.html](http://www.lachusky.com/arbre_sacre.html)

<http://magia-artemesia.com/?p=139>

[http://translate.googleusercontent.com/translate\\_c?hl=fr&langpair=en%7Cfr&u=http://www.suite101.com/content/first-nations-traditional-healing-a100329&rurl=translate.google.ca&usg=ALkJrhgu9u\\_WWgpJ\\_HXwpSq43VdI\\_T-Vlg#ixzz0xumFJqDn](http://translate.googleusercontent.com/translate_c?hl=fr&langpair=en%7Cfr&u=http://www.suite101.com/content/first-nations-traditional-healing-a100329&rurl=translate.google.ca&usg=ALkJrhgu9u_WWgpJ_HXwpSq43VdI_T-Vlg#ixzz0xumFJqDn)

[www.asunam.com/smudge\\_ceremony.html](http://www.asunam.com/smudge_ceremony.html)

[www.crystalinks.com/smudging.html](http://www.crystalinks.com/smudging.html)

