



Maîtriser le pouvoir des huiles essentielles

Une formation inédite pour devenir acteur de votre santé

LA PLUS PRÉCIEUSE DE TOUTES LES HUILES ESSENTIELLES

LA ROSE DE DAMAS

La distillation des pétales de la Rose de Damas est indissociable des origines persanes de l'aromathérapie, où on l'utilise encore aujourd'hui abondamment dans la cuisine (le loukoums) et dans les soins de beauté au hammam notamment. Mais ce qui est utilisée traditionnellement, c'est l'eau de rose (hydrolat), certainement pas l'huile essentielle de rose.

Originnaire d'Asie, la Rose de Damas (*rosa damascena*) est un produit rare et exceptionnel. C'est l'huile essentielle la plus onéreuse. Il existe évidemment des solutions efficaces et bien moins chères pour soigner les rhumes, les douleurs et les infections diverses. Elle coûte environ 1€ la goutte. Cette HE est rare et onéreuse pour plusieurs raisons :

- Pour obtenir 1 litre HE Rose de Damas, il faut distiller 4 tonnes de pétales de rose, autrement dit, dans deux millilitres de HE, il n'y a pas moins de 8 kilogrammes de pétales de rose !
- La cueillette elle-même est une étape très délicate. Elle doit être faite à la main, sur une période très courte : entre 4 à 6 semaines par an pendant la floraison. Par ailleurs, la cueillette doit se faire impérativement avant le lever du soleil car les essences vont alors se « réfugier » dans le bois et ne se trouvent qu'en faible quantité dans les fleurs.
- La très précieuse HE Rose de Damas est obtenue par double distillation.

La double distillation : Les pétales de roses sont d'abord distillés par l'entraînement de la vapeur d'eau. Cette première distillation fournit un très faible rendement en matière d'HE, appelée « huile essentielle directe », et une grande quantité d'hydrolat fortement chargé en molécules aromatiques. Cet hydrolat, contenant beaucoup d'acides, est ensuite distillé pour fournir de l'huile essentielle « indirecte », et encore un hydrolat. Tant que l'hydrolat contient un pourcentage important de molécules aromatiques, on le redistille pour en extraire des molécules aromatiques sous leur forme d'huile essentielle. Les huiles essentielles « directes » et « indirectes » sont mélangées pour constituer l'huile essentielle de rose.

De par cette distillation multiple, l'HE de Rose de Damas contient des traces de molécules aromatiques que l'on trouve habituellement uniquement dans les hydrolats. Ces molécules la rendent plus sensible à l'oxydation que d'autres HE. Par son oxydation naturelle, son parfum s'adoucit en prenant des rondeurs avec le temps.

Par ailleurs, HE Rose est sensible au froid : en dessous de 10°C elle se cristallise. C'est un gage de qualité pour une HE. Elle reprendra sa forme liquide si on la réchauffe en tenant le flacon dans la main.

Le premier travail thérapeutique à faire avec ce véritable trésor est de nature olfactive.



Exercice avec HE Rose de Damas :

- *S'installer confortablement avec du papier et un stylo à proximité.
- *Inhaler le flacon à 3 reprises, profondément.
- *Noter les pensées, sensations, émotions qui émergent. Si son parfum vous incommode, vous pouvez aérer votre HE Rose une fois par mois au lieu de le faire au rythme d'une fois par semaine.
- *Répéter cet exercice une fois par semaine.

Tout au long du programme nous verrons dans quelles synergies elle peut s'avérer efficace.