



L'aromatique émotionnelle - Protocole de soins : une approche subtile et globale en soins de santé et de bien-être

Emotional aromatics – Health protocol: a subtle and comprehensive approach to healthcare and wellness

Sylvie Muffat (aromacologue), Jean-Louis Garillon (bioquanticien)

sylvie.muffat@gmail.com

Résumé

Le pouvoir embaumant des fragrances potentialise la complémentarité des approches de santé. *L'aromatique émotionnelle* ouvre des horizons sur une nouvelle intelligence du corps-esprit par un accès à une écoute intérieure et oriente sur une dynamisation sensible et énergétique de l'individu pour une action soit préventive, soit curative, soit d'optimisation de sa santé. Voici un protocole innovant qui associe 3 niveaux d'action : limbique, nerveux central et nerveux périphérique grâce à des principes aromatiques permettant d'accompagner tous les soins classiques dans la dimension globale du mieux-être et de la santé.

Mots-clés

Aromatique émotionnelle ; Mémoire olfactive ; Système limbique ; Emotions ; Ecoute intérieure ; Huiles essentielles aromatiques ; Aromathérapie ; Aromacologie ; Réflexothérapie transcutanée ; Modelage zonal ; Libération psycho-corporelle ; Protocoles

Abstract

The embalming power of the scented fragrances potentiates the complementarity of different approaches to health. Emotional aromatics widens the horizon towards a new intelligence of the body-mind enabling an access to an inner listening, and leading to a sensitive and energetic dynamic process for the individual to obtain further preventive, curative or optimizing actions in regards to his/her health. Here is an innovative protocol that combines three levels of action: on the limbic, central nerve and peripheral nerve system thanks to aromatic principles which allow completing any conventional care in a global dimension of well-being and health.

Keywords

Emotional aromatics; Olfactory memory; Limbic system; Emotions; Inner listening; Aromatic essential oils; Aromatherapy; Aromachology; Transcutaneous reflexology; Zonal modeling; Psycho-physical release; Protocols

Introduction

Dans la mémoire de l'humanité, toutes les traditions médicales s'accordent pour affirmer que les différents plans de l'individu sont interdépendants et inter-communicants !

Or la vision mécaniste et matérialiste de la médecine moderne s'est focalisée sur la structure des organes et sur l'altération des fonctions dans la pathologie, sans se préoccuper ni de la partie saine, ni des facteurs invisibles qui déterminent les dysfonctionnements dans le corps et dans l'esprit humain.

Depuis le début de ce 21^e siècle, les médecines complémentaires prennent une place croissante dans le choix des patients avec une validation progressive par la médecine conventionnelle qui peut en observer



l'intérêt par les résultats obtenus, outre la compréhension intellectuelle et scientifique qui se fait jour. Par exemple, chacun connaît désormais les mécanismes ondulatoires d'information du vivant tels que démontrés par les travaux de Luc Montagnier [1] qui a lui-même repris ceux de Jacques Benneveniste, bannis antérieurement au sujet de la « mémoire de l'eau » et de toutes les applications possibles en matière d'homéopathie !

Cela vient donc démontrer que la matière vivante, à quelque degré de constitution que ce soit, est réceptive à des influences subtiles et invisibles qui sont capables de modifier ses fonctions et, à terme, ses propres structures. Nul n'ignore désormais l'avancée étonnante de l'*épigénétique* [2] qui porte un regard révolutionnaire sur la génétique en quittant le déterminisme de la structure biochimique.

Il en est de même pour l'*aromatique émotionnelle* [3], cette nouvelle branche de l'*aromathérapie* qui ne considère pas l'aspect biochimique des molécules volatiles des huiles essentielles aromatiques, mais qui met en œuvre des mécanismes de biorésonance dans le système limbique du cerveau, en relation avec des événements émotionnels vécus par le patient, lesquels déterminent des troubles fonctionnels ou comportementaux qui ne peuvent être conscientisés.

Étude de cas

Prenons le cas de Léa, une étudiante de 19 ans, fragile nerveusement et qui manifeste une dépression avérée depuis 3 mois avec troubles phobiques (peurs de l'environnement et agoraphobie). Elle est suivie par un médecin psychiatre avec lequel elle reconnaît avoir une bonne relation et lui porter une confiance certaine.

Le traitement prescrit (Sertraline : 100 mg/jour et Oxazepam : 10 mg/jour) est suivi avec rigueur.

Cependant, elle vient en consultation pour un soin complémentaire en *aromatique émotionnelle* à la demande de ses parents. Elle présente un « regard perdu dans le vide » et manifeste une certaine désorientation avec une incapacité à se percevoir et à se projeter. Elle communique bien et reconnaît son état d'être : elle voudrait se libérer de cette sérieuse entrave qui lui empoisonne la vie pour retrouver dynamisme et joie de vivre car, malgré l'analyse en cours et le traitement chimique appliqué, elle ne s'en sort pas.

Protocole aromacologique mis en œuvre pour Léa :

Phase d'installation

Confortablement allongée sur la table, Léa commence ses exercices respiratoires qui contribuent au « lâcher-prise » du mental afin de se mettre dans un état de relaxation profonde proche de l'endormissement, mais sans sombrer pour autant dans le sommeil de sorte qu'elle se perçoive totalement détendue, sans pensées parasites, entièrement à l'écoute de son corps et de ses sensations physiques, psychiques et émotionnelles.

Évaluation des points de blocage énergétiques

Dans le cas de Léa, tous les centres énergétiques sont bloqués depuis le creux épigastrique (plexus solaire, aussi appelé troisième chakra, selon la nomenclature indienne qui définit sept points de jonction des canaux d'énergie) jusqu'aux pieds. Cette première évaluation permet de comprendre grossièrement l'origine ou la nature des préoccupations psycho-émotionnelles du sujet. Pour Léa, le blocage du ventre peut se traduire par une problématique d'identité.

Choix de la 1^e fréquence aromatique : une essence spécifique en syntonie

La perception olfactive de la senteur spécifique en correspondance avec le blocage énergétique du patient fait que le système nerveux réagit de différentes manières : soit le corps ne somatise pas directement de façon évidente, mais discrète telle que la modification du rythme respiratoire ou la manifestation



d'une mimique du visage, traduisant la réception d'un souvenir ou d'une image que le patient sera invité à exprimer, soit la réaction est plus forte en relation avec un fait émotionnel et dans ce cas, le patient manifeste une réaction physique qu'il ne peut réfréner, tels des spasmes musculaires, viscéraux, contractures, céphalées, douleurs focales.

De même, la question : « Cette odeur vous est-elle agréable ou pas ? » est généralement l'invitation à se mettre à l'écoute des souvenirs engrammés dans le système limbique.

Ainsi, Léa ressent une certaine douceur ainsi qu'une force qui l'emmène à ses propres racines par l'olfaction de l'arôme de Girofle (*Eugenia caryophyllus* H.E.) qui lui a été donné de respirer.

Elle exprime rapidement : « Ça me fait penser à mon enfance ! ».

Et le dialogue s'installe entre l'aromacologue (Arom.) et Léa :

Arom. : « Entrez dans la sensation et accueillez cette enfant qui vient à vous. Comment est-elle ? Quel est son âge ? »

Léa : « Elle a 5 ou 6 ans, elle est joyeuse, heureuse de vivre et insouciantes ... »

Arom. : « Que s'est-il passé ? Que ressentez-vous à son contact ? »

Léa : ... silence ..., mais son rythme respiratoire s'accélère et elle manifeste des tensions musculaires dans son corps ..., son visage se crispe et l'angoisse arrive !

Arom. : « On dévide le fil... Où se situent le plus grand poids, la plus grosse oppression ? »

Léa : « ... le creux de l'estomac ! » sa respiration se bloque et devient saccadée.

Arom. : « On descend dans ce point douloureux et on respire ... profondément ! ... A présent que voyez-vous ? »

Léa : « C'est tout moi, ... j'ai peur, ... j'angoisse ! »

Arom. : « De quoi proviennent ces peurs et que racontent-elles ? »

Léa : « J'ai peur ... des gens, j'ai peur ... de la vie, j'ai peur ... »

Arom. : « Regardez cette petite fille joyeuse. Qu'est-ce qu'elle vous dit ? »

Un sourire se dessine sur le visage de Léa qui manifeste comme une retrouvaille, un instant de tendresse...

« Elle me répond : Lâche ta tête ! Respire ! Mets de la lumière dans ton cœur ! »

A la suite de cette première étape où les niveaux d'informations et d'énergie ont évolué, le choix d'une seconde essence aromatique s'impose. Cette deuxième olfaction sert généralement à renforcer le résultat obtenu et à stabiliser l'équilibre retrouvé.

Choix de la 2^e fréquence aromatique en syntonie

La Pruche du Canada (*Tsuga canadensis* H.E.)

Léa inspire profondément et s'imprègne de cette nouvelle senteur..

Léa spontanément : « Je me vois dans une belle forêt avec du ciel bleu au-dessus des arbres ! »

Arom. : « Que faites-vous dans cette forêt ? »

Léa : « Je me promène et je me sens bien. »



Arom : « Une couleur vous interpelle. Laquelle ? »

Léa : « Le bleu, le bleu du ciel ! »

Arom. : « Imaginez que vous respirez cette lumière bleue : c'est le calme, l'espace, la guérison ! »

Léa : (elle respire profondément et ...) « Mon point douloureux de l'estomac ... disparaît ! »

Arom : « Qu'est-ce que vous comprenez à travers cette expérience vécue ? »

Léa fait alors cette prise de conscience que son identité (moi profond) est cette petite fille qui n'était plus reliée à elle-même. Par conséquent, elle n'avait plus la possibilité de comprendre que ses angoisses et ses phobies n'étaient que la conséquence d'une rupture en elle. Léa n'est pas la concrétisation de ses angoisses, mais elle est devenue la résultante de ses émotions négatives qui l'ont complètement envahie pour la posséder. A présent, Léa a donc pu clarifier ses émotions et mieux appréhender ses sensations pour les libérer.

L'étiologie des mécanismes de peur de Léa

Blocage total des centres nerveux avec une profonde coupure dans sa conscience d'être, enfermement dans sa tête et fermeture au monde et à la vie, ce qui entraîne angoisses et phobies.

Analyse des propriétés aromatiques des huiles essentielles respirées par Léa

Grâce aux études biochimiques, l'activité pharmacologique et pharmacocinétique des molécules aromatiques a permis de comprendre les propriétés et de classer les huiles essentielles selon les remarquables travaux de Michel Faucon [4] et de P. Franchomme avec D. Pénéol [5], mais à présent, on doit envisager d'autres niveaux d'action à travers la vision caractérologique ou énergétique et quantique avec les publications de Philippe Mailhebiau [6], Lydia Bosson [7], Gilles Fournil [8].

- ▶ Girofle : réchauffante, neurotonique, antalgique, dynamisant cérébral [6] - p. 429-437.
- ▶ Pruche : calmante de l'angoisse, facilite le lâcher-prise, équilibrante du système nerveux végétatif, favorise l'inspiration.

Vers une Aromatique intégrée : présentation du travail et protocole

A travers ce qui se présente au début d'une séance en relation avec la problématique du patient, l'objectif essentiel de la démarche en « *aromatique émotionnelle* » est de lui permettre d'accéder à une écoute intérieure qui ne soit en rien mentale, afin de favoriser la description de ses sensations (perception primaire de soi) associées aux préoccupations du moment qui sont réellement les mobiles de la consultation.

Le but du soin est de *connecter le patient à lui-même* [9], à ses sensations, à sa respiration, laquelle constitue le lien subtil entre le monde extérieur et intérieur, et enfin à sa propre énergie.

C'est ainsi que le patient peut trouver par lui-même la réponse à ses interrogations et à ses besoins, en libérant ses points de blocages émotionnels, mais à la condition de lâcher le contrôle mental et surtout le « contrôle de soi » qui inhibe les potentialités d'évolution personnelle du fait des limitations (par les expériences négatives vécues) et des conditionnements (éducatifs, familiaux, environnementaux, médiatiques, psycho-sociaux et professionnels) des champs de conscience.

En préliminaire, il est fondamental d'allonger confortablement le patient sur une table d'examen assez large pour que les bras puissent se poser légèrement écartés du corps, sans aucune gêne vestimentaire et les pieds nus (éventuellement chauffés à distance par une lampe infrarouge), dans un cadre dépouillé et bien aéré, doucement éclairé par une lumière tamisée, la pièce étant suffisamment chauffée ou le corps couvert pour ne pas se refroidir pendant la séance qui peut durer entre 20 et 40 minutes.



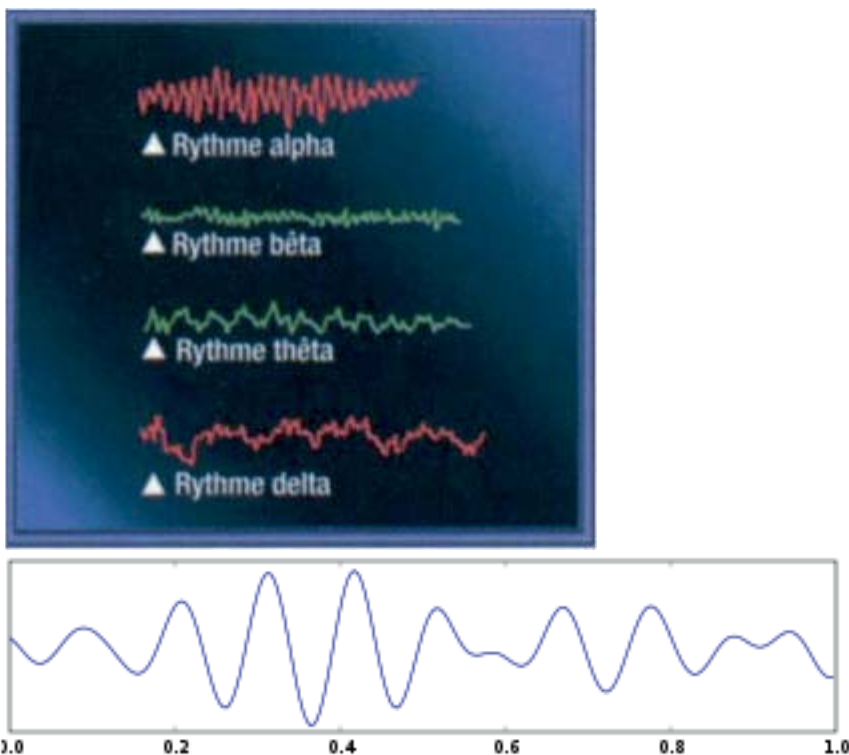
La première étape sera la prise de conscience de son environnement et de sa position (intégration du schéma corporel) afin de développer rapidement une perception consciente de sa sécurité, à savoir de satisfaire au second niveau dans la « pyramide des besoins » (1943) d'Abraham Maslow [10] liée à la « théorie de la motivation » [11].

Pyramide de Maslow



Source : www.leader-blogueur.com/la-pyramide-de-maslow/

La seconde étape consiste à mettre le patient dans un état de relaxation particulier, encore appelé « quatrième état » par Wallace et Benson, ou « état sophronique » par Caycedo, ou « état d'éveil paradoxal » par Auriol et Roustang, ou encore de « rêve éveillé » par Freud, Desoille, Garfield et Van Ecden, c'est-à-dire un état modifié de conscience (EMC) de sorte que le cerveau émet en rythme d'ondes alpha [12], certaines musiques de relaxation pouvant y contribuer, et en phase de synchronisation des deux hémisphères cérébraux [13].



Ondes alpha: entre 8 Hz et 13 Hz [12]



Après l'application d'un complexe d'huiles essentielles sur la plante des pieds, le praticien amène le patient à entrer en relation avec lui-même par une prise de conscience de sa respiration qui va se ralentir, entraînant une sensation de calme profond, ce qui lui permet de prendre contact avec ses tensions musculaires dans lesquelles il ira respirer jusqu'à ce que tout son corps devienne lourd et pesant.

C'est dans cet état de détente profonde que le travail de libération du système limbique peut commencer car la relation intime du patient à lui-même est établie, de sorte que certaines manifestations physiques (douleurs, brûlures, spasmes, modifications respiratoires) ou des perceptions d'images visuelles ou sonores vont pouvoir se manifester en phase entre le présent et le passé émotionnel qui a été engrammé.

Le protocole de *l'aromatique émotionnelle* comporte trois niveaux d'action qui sont tous d'ordre réflexogène ou réactogène. Si le bulbe olfactif est directement lié au système limbique du cerveau, on considère la peau comme le 3^e cerveau puisque cette interface fonctionnelle est très innervée : on estime en effet, que le nombre de neurones cutanés serait équivalent au 1/4 de ceux de l'encéphale, alors que l'intestin (2^e cerveau) en posséderait la moitié !

De sorte que le praticien agira avec des spécialités aromatiques complémentaires à l'olfaction sur deux zones cutanées distinctes, à savoir les aires de projection des organes ou viscères et certains points réflexes énergétiques tels que décrits dans la tradition chinoise. Pour faire simple :

- ▶ Sphère émotionnelle : olfaction aromatique ;
- ▶ Sphère fonctionnelle (énergétique) : frictions aromatiques de points réflexes spécifiques ;
- ▶ Sphère sensorielle : modelage corporel aromatique zonal ou global.

L'expression des émotions et des sensations s'effectue chez le patient par des images, des sons, des odeurs (induites par celles inhalées), des contacts avec un ou des personnages, des souvenirs ou encore des situations dans l'imaginaire, mais dans une cohérence évidente avec le vécu et avec le présent. On assiste donc à une sorte de communication entre la réalité des sentiments dans l'instant présent et une émotion qui est enfermée dans le corps, le cœur et/ou la tête.

Grâce aux émotions manifestées, le praticien et le patient peuvent observer quelle partie du corps s'est chargée plus spécifiquement de cette énergie émotionnelle. Cette approche peut ramener aux travaux américains de Wilhelm Reich (1897-1957) [14], mais sans aucune connotation sexuelle ou psychanalytique et à ceux d'Alexander Lowen (1910-2008) avec sa vision originale de la « bioénergétique » reprise par Anne-Marie Filliozat et Gérard Guasch dans la « Psychosomatique en action » [15].

Qu'est-ce qu'une émotion ?

Le mot « émotion » (ou s'émouvoir) provient du latin *emovere* dont le *e-* (ou *ex-* en latin) signifie « hors de » et *movere* « remuer, ébranler ». Ce qui revient à dire que l'émotion tire le sujet hors de lui-même et le perturbe profondément.

« L'émotion est une expérience psychophysiologique complexe de l'état d'esprit d'un individu lorsqu'il réagit aux influences biochimiques et environnementales. Chez les humains, l'émotion inclut fondamentalement « un comportement physiologique, des comportements expressifs et une conscience » [16]. L'émotion est associée à l'humeur, au tempérament, à la personnalité et à la disposition et à la motivation », selon Wikipedia.

Dans la dimension qui nous intéresse, une émotion est un *blocage énergétique* provoqué par des structures affectives et qui se cristallise dans le corps, en relation avec une situation vécue par le patient (certains cas ont montré que l'émotion pouvait remonter à la vie fœtale intra-utérine à travers le vécu maternel). S'il n'est pas évacué, ce noyau d'énergie peut engendrer des troubles psychologiques ou comportementaux, voire une somatisation progressive ou brutale selon l'intensité du choc perçu et engrammé, mais non conscientisé.



Aromacologie versus Psychologie

La psychologie [17] comporte de nombreuses branches dans l'étude des faits psychiques, des comportements et des processus mentaux. Elle permet de comprendre la situation d'un individu (ou d'un groupe) et les événements de sa vie à travers des mécanismes logiques par une démarche intellectuelle selon des règles paradigmatiques (comportementalisme ou behaviorisme, cognitivisme ou informationnelle, psychodynamique, psychologie de la forme ou Gestalt-thérapie, introspective, etc.) dans le but d'établir une relation juste entre la conscience claire et la maîtrise totale du comportement.

L'aromacologie est un moyen d'accéder aux émotions qui sont gravées dans le système limbique du cerveau (avec la mémoire afférente à ce système indépendant du cortex) et qui n'est ni logique, ni nécessairement cohérent dans le comportement mais qui répond à un instinct de survie face à une situation inattendue ou imprévue. L'aromacologie s'accorde donc à une sensibilité du sujet à travers une démarche de libération d'une charge émotionnelle qui n'est pas prise en relai par le cortex pour une conscientisation négative, à savoir par une mentalisation progressive et son émancipation, voire son absorption dans le vécu.

Conclusion

Si les émotions colorent notre vie au quotidien, nous ne percevons pas à quel point elles peuvent interférer sur notre comportement et sur notre santé.

En effet, elles sont engrammées pour une très grande part dans notre système limbique, lequel détermine notre capacité à réagir et à structurer notre équilibre mental, moral, affectif, psychologique, et surtout physique !

De plus, les émotions maintiennent un équilibre essentiel dans le corps, particulièrement sur le plan informationnel, de sorte que si cet équilibre est rompu, il s'ensuit des facteurs de désordre.

Bon nombre d'altérations fonctionnelles peuvent découler d'émotions négatives qui n'ont pas pu être évacuées. C'est donc pourquoi l'*aromatique émotionnelle* trouve une place de choix dans la complémentarité aux mécanismes de guérison mis en œuvre par la médecine conventionnelle, particulièrement dans les pathologies chroniques et dégénératives.

La formation en aromacologie revêt une grande importance car le praticien doit absolument rester dans une totale neutralité envers son patient ; de même, il devra obtenir son parfait consentement pour entrer dans son intimité à tous les stades de la démarche pour cette libération émotionnelle.

Il importe enfin de dire que les thérapeutes devraient eux-mêmes passer régulièrement par ce type de soin afin d'évacuer toute la charge émotionnelle qu'ils accumulent durant l'exercice de leur mission.

Le monde des parfums [18] est destiné à ré-enchanter notre vie à travers nos sentiments et nos émotions. Donnons-nous le moyen de le faire dans un monde où la conscience ne demande qu'à s'élever et à se relier aux processus sensoriels dont l'olfaction est incontestablement le premier !

Références

1. <http://www.france5.fr/et-vous/France-5-et-vous/Les-programmes/LE-MAG-N-28-2014/articles/p-20549-On-a-re-trouve-la-memoire-de-l-eau.htm> et : https://www.youtube.com/watch?v=a_2_Qap3G1s.
2. Lipton BH. Biologie des croyances, éd. Ariane, 2006 et Lipton BH, Bhaerman S. Evolution Spontanée. Ed. Ariane, 2011.
3. Muffat S, Garillon JL. L'aromatique émotionnelle : une nouvelle dimension de la fonction olfactive, HEGEL 2014;4:287-95.
4. Faucon M. Traité d'aromathérapie scientifique et médicale - Fondements & aide à la prescription. Sang de la Terre & Médial, Paris, 2012.
5. Franchomme P, Pénéol D. L'aromathérapie exactement - fondements, démonstration, illustrations et applications d'une science médicale naturelle. Ed. Roger Jollois, Limoges, 1990.



6. Mailhebiau Ph. La nouvelle aromathérapie – Caractérologie des essences et tempéraments humains. Ed. Jakin, 2^e édition, 2011. (Eugenia caryophyllata : p. 423 & suite)
 7. Bosson L, Dietz G. L'aromathérapie énergétique – Guérir avec l'âme des plantes. Ed. Amyris, Bruxelles, 2004.
 8. <http://www.olfactotherapie.com/infos-huiles-odeurs-etc-revue-de-presse/vibration-des-odeurs-et-olfaction-quantique/>
 9. Janssen Th. La solution intérieure - Vers une nouvelle médecine du corps et de l'esprit. Ed. Fayard, 2006.
 10. Maslow A. Devenir le meilleur de soi-même : Besoins fondamentaux, motivation et personnalité. Ed. Eyrolles, 2013.
 11. Maslow A. L'accomplissement de soi : de la motivation à la plénitude. Ed. Eyrolles, 2013.
 12. <https://sommeil.univ-lyon1.fr/articles/savenir/3type/print.php>.
 13. Lee I. La synchronisation des ondes cérébrales : Retrouvez le rythme d'une vie saine et heureuse, éd. Un monde différent, 2009.
- Et www.passeportsante.net//fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=synchrotherapie_th
14. Baker EF. Précis de biopsychiatrie organomique. Les rapports entre les blocages énergétiques et la structure caractérielle selon la théorie de Wilhelm Reich. Ed. Sedifor, Nice, 1993.
 15. Filliozat AM, Guasch G. Aide-toi, ton corps t'aidera. Ed. Albin Michel, Paris, 2006.
- Et http://lecerclepsychosom.free.fr/biblio_aide-toi.html.
16. Myers DG. Theories of Emotion. *Psychology: Seventh Edition*, New York, NY: Worth Publishers, 2004 p. 500.
 17. Cash A. La psychologie pour les nuls. Ed. First, 2004.
 18. Proust B. Petite géométrie des parfums. Ed. Points, coll. Sciences, 2013.

Liens d'intérêt : aucun

A nos lecteurs,

Vous vous en êtes certainement rendu compte, HEGEL – « Penser par soi-même » accorde une place toujours plus importante aux thérapies complémentaires et aux pratiques innovantes.

L'article publié dans ce numéro page 379-382, essaie d'expliquer les raisons de cette démarche.

Les 27, 28 et 29 mai 2016, en collaboration avec la Société Française d'Ethnopharmacologie, nous organiserons à Nancy, un colloque européen dédié à ce sujet.

Afin de mieux vous satisfaire, il nous serait agréable de connaître vos attentes en matière de contenu éditorial et de thèmes à privilégier pour ce congrès.

Merci d'adresser vos courriels à aln.editions@gmail.com

Dans l'attente de votre participation et avec nos remerciements,

Très cordialement.