



AROMATHÉRAPIE

AROMATHÉRAPIE & MTC

DU 05 AU 06 AVRIL 2022

LEILI AZARI

Les huiles essentielles font partie des substances les plus subtiles et les plus efficaces que la nature peut nous offrir. Considérées par les civilisations antérieures comme « **l'âme et l'esprit des plantes** », elles les percevaient comme éminemment précieuses.

Aujourd'hui l'effet thérapeutique des huiles essentielles n'est plus un secret et nous cherchons sans cesse les synergies les plus efficaces en les associant. Mais n'oublions pas que chaque essence, comme tout élément actif thérapeutique, a ses vertus mais aussi ses possibles effets secondaires. Leur manipulation éclairée impose donc d'en avoir une très bonne connaissance.

Nous allons voir ensemble, par exemple, comment deux huiles essentielles portant le même nom « thym » possèdent deux chémotypes (race chimique) différentes (Thujanol et Thymol). Elles peuvent donc avoir des effets thérapeutiques et secondaires très différents. La première, très sûre à l'emploi est presque dépourvue d'effets secondaires, la seconde, hépatotoxique et dermo-caustique, est à utiliser avec prudence. Il en est de même pour la grande famille des lavandes ou des menthes.

Nous aborderons aussi leurs modalités d'usage, et les façons les plus efficaces et les plus appropriées de les utiliser convenablement et en toute sécurité.

Si l'approche de la médecine chinoise a un angle de vision qui lui est propre, elle est tout à fait compatible avec l'utilisation des huiles essentielles. En aromathérapie, nous pouvons également suivre les théories fondamentales de la médecine chinoise et son mode de pensée et d'analyse. Ainsi chaque huile essentielle a sa propre saveur, nature et tropisme, termes empruntés à la médecine chinoise.

C'est ainsi que par exemple une huile essentielle comme la cannelle de Ceylan, hautement bactéricide du point de vue biochimique, est considérée comme une huile essentielle à la saveur piquante et la nature chaude pour traiter les atteintes par le « Vent Froid ».

Enfin, nous pourrons aussi apprendre à « sentir » les huiles essentielles avec le cœur et introduire cette nouvelle faculté dans des pratiques comme la méditation ou le Qi Gong pour atteindre une pratique d'aromathérapie holistique. Celle-ci exige davantage de sensibilité et de créativité que l'analyse purement intellectuelle de ses composants chimiques.

Programme du week-end

Ce module a pour objectif de vous apporter les connaissances nécessaires à une meilleure compréhension des huiles essentielles et approfondir 9 huiles essentielles aux propriétés majeures. Celles-ci sont utiles dans toute trousse d'urgence pour la maison.

Contenu principal

- Prise de terre olfactive exercices de détente en début de séminaire
- Histoire des soins par des plantes aromatiques de l'Égypte jusqu'en Chine
- Principe d'extraction des essences et des huiles essentielles
- Savoir reconnaître les grandes familles biochimiques des huiles essentielles
- Approfondir 9 huiles essentielles aux propriétés majeures selon le double regard de la tradition occidentale et de la médecine chinoise
- Savoir créer des synergies non seulement pour renforcer leurs actions mais aussi pour amoindrir les effets secondaires ou la toxicité de certaines familles d'huiles essentielles
- Connaître les voies d'administration des huiles essentielles mais aussi connaître la limite entre une utilisation familiale et une utilisation thérapeutique à l'aide des conseils d'un spécialiste
- Apprendre comment utiliser les huiles essentielles comme soutien à la pratique de la méditation ou du Qi Gong/Yoga (accord huile essentielle/chakra ou dan tian)

Ce module est ouvert à tous et aucun prérequis n'est nécessaire. Il sert néanmoins de base à tous les modules d'approfondissement qui suivront.

Leili Azari

Après une carrière dans le domaine médical (ancienne sage-femme), Leili a choisi d'orienter son parcours professionnel vers les médecines naturelles depuis 2008.

Elle est Naturopathe certifiée FENHAMAN (Fédération Française des Ecoles de Naturopathie), diplômée du Collège Européen de Naturopathie à Paris (CENATHO) et Praticienne de Médecine Traditionnelle Chinoise, diplômée de l'école Ling, Paris et membre de la Fédération Nationale de Médecine Traditionnelle Chinoise.

L'enseignement est l'un des piliers de son travail aussi bien en rdv avec ses patients que lors des conférences ou des ateliers qu'elle anime sur différents thèmes de l'alimentation, de l'aromathérapie ou de la médecine chinoise. Son objectif dans l'art de prendre soin est de rendre autonomes ses patients et les thérapeutes qu'elle forme.