

Huile essentielle Basilic

Ocimum basilicum ssp basilicum

Description botanique :

Originaire d'Inde, le basilic au parfum très prononcé porte des fleurs blanches à l'extrémité des axes supérieurs.

Histoire - Origine :

Le Basilic (la plante) est originaire d'Asie du Sud Est. Il s'est répandu depuis ces régions tropicales en passant par l'Europe.

Ce long voyage a valu la création d'une soixantaine de variétés de Basilic dont le parfum, la taille, la forme et la couleur diffèrent.

Le Basilic est maintenant cultivé principalement sur le pourtour méditerranéen, surtout en France et en Italie mais aussi en Europe centrale.

Le Basilic commun est largement employé dans la cuisine méditerranéenne, notamment dans la cuisine italienne (nous connaissons tous le *pesto*).

D'autres variétés de Basilic sont utilisées dans d'autres cuisines dont la cuisine asiatique.

Il n'y a pratiquement pas de limites à l'utilisation du Basilic. Il est utilisé dans des plats froids, mais aussi pour aromatiser des plats chauds de légumes, de pâtes, de viande, de soupes, de sauces. Le Basilic accompagne parfaitement les tomates mûres.

Le genre *Ocimum* comprend plusieurs genres :

- *Ocimum canum* : le Basilic citron
- *Ocimum gratissimum* : le Basilic de Ceylan
- *Ocimum sanctum* : le Basilic sacré

L'huile essentielle décrite ici provient du Basilic commun.

Lequel a plusieurs autres noms : Basilic commun, Basilic exotique, Basilic aux sauces, Basilic romain, Herbe royale, Grand basilic, Oranger des savetiers.

Famille botanique : Lamiacées (ou Labiées)

Situation géographique : Vietnam

Molécules aromatiques : Chavicol Méthyl Ether

Partie distillée : Plante (partie aérienne)

Autres appellations : Basilic français, Basilic exotique, Grand basilic, Basilic romain.

Propriétés principales :

- Anti-bactérienne moyenne
- Anti-spasmodique puissante
- Tonique digestive et hépatobiliaire
- Antalgique
- Anti-inflammatoire

Indications thérapeutiques traditionnelles :

- Arthrite, tendinite, rhumatisme +++
- Crampes, contractions musculaires +++
- Nausées, aérophagie, flatulence, spasmes digestifs +++
- Céphalées ++++
- Dysménorrhées ++++
- Spasmophilie, anxiété, insomnie +++
- Hépatites virales et congestions hépatiques ++++

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

L'huile essentielle de Basilic (*Ocimum basilicum*) se range dans la catégorie bio chimique des éthers (ou phénols méthyl-éthers). Cette famille bio chimique n'est pas à confondre avec les esters. Le pourcentage de Chavicol Méthyl Ether (CME), également appelé Estragole, étant très important dans cette huile essentielle (entre 72 % ≈ et 85 % ≈ parfois)

Scan issu du « Traité d'aromathérapie scientifique et médicale » de Michel Faucon, édité en 2012 :

Ocimum basilicum* L. var. *basilicum



CARACTÉRISTIQUES

Dénomination française : basilic, basilic exotique. Grand basilic, basilic romain.

Origine : Égypte, Vietnam, Inde.

Pays producteurs : Inde, Turquie, Maroc, Espagne, Italie, Hollande, Hongrie...

Famille botanique : Lamiaceae.

Éléments de systématique : il existe plus d'une centaine de variétés de basilic souvent difficiles à différencier, l'espèce étant très hétérogène.

Parmi les plus courantes, on notera :

- *O. basilicum* var. « feuilles de laitue »
- *O. basilicum* var. « grand vert » = pistou des Provençaux
- *O. basilicum* var. *minimum* = « petit basilic »
- *O. basilicum* var. *difforme* BENTH
- *O. basilicum* var. *glabratum* BENTH
- *O. basilicum* var. *majus* BENTH
- *O. basilicum* var. *purpurescens* BENTH

Seule la variété *basilicum* (basilic tropical) sera considérée ici, pour ses vertus thérapeutiques.

Particularités botaniques : sous un climat tropical, le basilic est une plante vivace. C'est également une plante annuelle des régions tempérées, qui craint le gel, aime les climats chauds.

PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES

- **Antispasmodique musculotrope puissant +++**
 - **Hépatique** (cholagogue et décongestionnant hépatique)
 - Spasme **gastro-intestinal** (facilite la digestion), apaise la douleur gastrique et les ulcères : c'est l'HE des « personnes mangeant vite et mâchant mal, hommes d'affaires pressés et stressés ». Cette activité spasmolytique a été mise en évidence sur l'intestin isolé du cobaye
 - **Aérophagie, colite spasmodique**
 - Apaise, calme et détend = « **antistress** » par excellence
 - **Spasmophilie**
 - **Mal des transports, nausées, vomissements**
- Anti-inflammatoire dans la polyarthrite rhumatoïde +++
- Décongestionnant (stases veineuses des membres inférieurs) +
- **Antalgique** (applications topiques en cas de rhumatismes, douleurs articulaires, élongations musculaires), cette utilisation étant jugée négativement par la Commission européenne allemande, ainsi que par le Comité scientifique des produits cosmétiques auprès de la C.E. à Bruxelles. Faute de preuves scientifiques ? Et pourtant l'expérience clinique montre bien que HE *O. basilicum* soulage bien des patients...
- Antiallergique
- Anti-infectieux (loi du tout ou rien)
- Antivirale (hépatites virales +++)
- Anthelminthique, insecticide
- Action sur le SNA: $p\Sigma$ – « **le N° 1 du spasme** »
- À noter que **HE provenant des graines** de basilic tropical possède des propriétés anti-inflammatoires et antiulcéreuses.

Attention à ne pas confondre :

- L'huile essentielle de Basilic exotique (ou basilic tropical) : c'est de celui-ci dont il s'agit ici : *Ocimum basilicum ssp basilicum*

- Avec l'huile essentielle de **Basilic doux à linalol** : *Ocimum basilicum ssp basilicum linalol*
- Ou avec l'huile essentielle de *Basilic indien* ou l'huile essentielle de *Basilic saint* ou *Basilic sacré* : ***Basilicum sanctum*** (*beaucoup moins connu*)

L'huile essentielle de Basilic sacré (*Basilicum sanctum*) est très utilisée en Inde. Son usage est réservé, traditionnellement, à la méditation. Il est l'équivalent de l'huile essentielle d'Encens (*Boswellia carterii*) chez nous ; ces deux huiles essentielles (*Basilicum sanctum* et *Boswellia carterii*) ouvrent le chakra coronal, permettent aux énergies « d'en haut » de s'installer plus facilement.

- L'huile essentielle de Basilic (*Ocimum basilicum*) avec l'huile essentielle d'Estragon (*Artemisia dracunculus*).

Ces deux huiles essentielles sont proches, biochimiquement. Leurs indications thérapeutiques sont proches mais leur énergie est différente.

Ocimum basilicum ssp basilicum

Dénomination française :	Basilic exotique
Origine :	Vietnam
Famille botanique :	Lamiacées
Partie distillée :	Sommité fleurie
Principes actifs :	Voir ci-joint

Propriétés thérapeutiques :

- Antibactérienne moyenne **
- Antispasmodique puissante ****
- Tonique digestive et hépatobiliaire ***
- Antalgique ***
- Anti-inflammatoire **
- Antivirale **

Indications principales :

- Dysménorrhée ++++
- Hépatites virales et congestions hépatiques +++
- Crampes et contractions musculaires +++
- Arthrite, tendinite, rhumatisme +++
- Spasmophilie, anxiété, insomnie +++
- Nausées, aérophagie, flatulence, spasmes digestifs +++
- Céphalées ++++

Contre-indications :

- Voie externe possible en dilution dans une huile végétale de sésame, de noisette...
- Déconseillé dans les 3 premiers mois de la grossesse.
- Irritation cutanée (dermocaustique) possible à l'état pur.

Pathologies du formulaire utilisant le Basilic exotique :

- Abscesses mammaires
- Céphalées
- Cystites
- Maux de tête
- Migraines

Tableau de résultats de Ocimum basilicum ssp basilicum :

PICS	TEMPS DE RÉTENTION	CONSTITUANTS	%
1	10,4	ethanol	0,46
2	15,2	α-pinene	0,30
3	18,0	camphene	0,07
4	21,0	β-pinene	0,47
5	22,0	sabinene	0,24
6	25,1	β-myrcene	0,37
7	27,9	limonene	0,32
8	28,7	1,8-cineole	3,61
9	30,5	cis-β-ocimene	0,11
10	31,8	trans-β-ocimene	1,80
11	34,4	terpinolene	0,09
12	43,4	fenchone	0,17
13	48,3	acetate de fenchyle	0,23
14	52,2	camphre	0,44
15	53,0	linalol	0,93
16	55,9	fenchol	0,14
17	56,3	α-trans-bergamotene	2,49
18	56,8	β-elemene	0,19
19	56,9	α-guaiene	0,09
20	57,4	terpinene-4-ol	0,06
21	57,6	β-caryophyllene	0,15
22	59,7	menthol	0,15
23	61,4	e-β-farnesene	0,07
24	62,4	methylchavicol	84,30
25	62,6	α-humulene	0,10
26	62,8	cis-4,5-muroladiene	0,15
27	63,1	z-β-farnesene	0,20
28	63,5	α-terpineol	0,35
29	63,9	borneol	0,05
30	65,0	germacrene d	0,14
31	65,2	α-bulnesene	0,08
32	65,5	β-bisabolene	0,04
33	66,6	bicyclgermacrene	0,04
34	68,1	γ-cadinene	0,41
35	68,3	β-sesquiphellandrene	0,11
36	82,3	methyleugenol	0,43
37	85,4	cubebol isomere	0,09
38	91,1	t-cadinol	0,50
39	110,5	3-methoxy-cinnamaldehyde	0,06
Total			100,00

L'huile essentielle de Basilic dans la cuisine :

- L'huile essentielle est difficile à utiliser dans la cuisine car peu de gouttes envahissent facilement le plat préparé. Néanmoins, voici quelques suggestions qui, dans mon entourage ont été appréciées favorablement :

- 2 gouttes d'huile essentielle dans l'eau de cuisson des pâtes leur donne un goût agréable.
- 2 gouttes dans 150 ml d'huile d'olive (puis mélanger) : rendent cette huile végétale aromatisée agréable à utiliser dans des salades ou en assaisonnement des tomates.

- Il existe dans plusieurs boutiques d'alimentation des cristaux d'huiles essentielles.

Vous trouverez ces cristaux dans de petites boites dans lesquelles on trouve un flacon ressemblant à une salière. Les cristaux sont de la poudre d'agave sur laquelle est imprégnée de l'huile essentielle. Je parfume en salant comme je le ferai avec du sel, une tasse de Gaspacho. Cette soupe froide andalouse est vraiment excellente aromatisée ainsi.

L'huile essentielle de Basilic efficace pour soulager l'arthrite :

L'huile essentielle de Basilic est considérée comme une anti inflammatoire, elle est efficace pour soulager l'arthrite.

Ci-dessous des propositions de synergies :

Ces propositions sont issues du guide pratique :

« Pourquoi pas l'aromathérapie !

Apprendre à soulager vos douleurs musculaires et articulaires ».



Propositions de synergies :

Synergies concentrées à 5 % d'huiles essentielles à utiliser plutôt le jour

- HE Immortelle *Helichrysum italicum* : 15 gouttes
- HE Basilic *Ocimum basilicum* : 15 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 10 gouttes
- HE Menthe des champs *Mentha arvensis* : 5 gouttes

Soit 45 gouttes HE au total dans **QSP 30 ml** Huile végétale d'Arnica
OU

- HE Immortelle *Helichrysum italicum* : 20 gouttes
- HE Basilic *Ocimum basilicum* : 20 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 20 gouttes
- HE Menthe des champs *Mentha arvensis* : 15 gouttes

Soit 75 gouttes HE au total dans **QSP 50 ml** Huile végétale d'Arnica

-
- HE Basilic *Ocimum basilicum* : 15 gouttes
 - HE Katrafay *Cedrolopsis grevei* : 15 gouttes
 - HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 10 gouttes
 - HE Menthe des champs *Mentha arvensis* : 5 gouttes

Soit 45 gouttes HE au total dans **QSP 30 ml** Huile végétale d'Arnica
OU

- HE Basilic *Ocimum basilicum* : 20 gouttes
- HE Katrafay *Cedrolopsis grevei* : 20 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 20 gouttes
- HE Menthe des champs *Mentha arvensis* : 15 gouttes

Soit 75 gouttes HE au total dans **QSP 50 ml** Huile végétale d'Arnica

-
- HE Basilic *Ocimum basilicum* : 13 gouttes
 - HE Katrafay *Cedrolopsis grevei* : 12 gouttes
 - HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 10 gouttes
 - HE Menthe des champs *Mentha arvensis* : 5 gouttes
 - HE Ylang ylang *Cananga odorata* : 5 gouttes

Soit 45 gouttes HE au total dans **QSP 30 ml** Huile végétale d'Arnica
OU

- HE Basilic *Ocimum basilicum* : 20 gouttes
- HE Katrafay *Cedrolopsis grevei* : 20 gouttes
- HE Laurier noble *Laurus nobilis* : 20 gouttes
- HE Menthe des champs *Mentha arvensis* : 8 gouttes
- HE Ylang ylang *Cananga odorata* : 7 gouttes

Soit 75 gouttes HE au total dans **QSP 50 ml Huile végétale** d'Arnica

Exemples d'utilisation de l'huile essentielle de Basilic :

Exemples issus de « L'aromathérapie- Se soigner par les huiles essentielles » de Mr Dominique BAUDOUX Editions Amyris.

Haleine fétide : RDM p. 46
 H.E. Menthe poivrée 2 gttes p. 178
 H.E. Basilic exotique 1 gtte p. 100
 Ess. Citron (zeste) 2 gttes p. 118
Conseil d'utilisation : 2 gouttes du mélange 3 fois par jour avant les repas sur 1/4 de morceau de sucre de canne à sucer ou dans une cuillère à café d'huile d'olive.

Indigestion : RDM p. 46
 H.E. Menthe poivrée 3 gttes p. 178
 H.E. Basilic exotique 2 gttes p. 100
 H.E. Combawa 1 gtte p. 122
 Ess. Citron (zeste) 1 gtte p. 118
Conseil d'utilisation : 3 gouttes du mélange sur 1/4 de morceau de sucre de canne à sucer ou dans une cuillère à café d'huile d'olive 3 fois par jour avant les repas pendant 1 à 2 jours.

Haleine fétide = haleine qui a une odeur forte et désagréable.

Indigestion = troubles digestifs gastriques sans rapport avec une lésion de celui-ci.

Précision : les numéros de pages citées correspondent aux pages du même ouvrage.

Mal de transport : RDM p. 47
 H.E. Menthe poivrée 2 gttes p. 178
 H.E. Basilic exotique 1 gtte p. 100
 Ess. Mandarine 2 gttes p. 172
Conseil d'utilisation : 3 gouttes du mélange sur 1/4 de morceau de sucre de canne à sucer ou dans une cuillère à café d'huile d'olive à répéter selon les besoins.

Spasmophilie : RDM p. 50
 H.E. Estragon 2 gttes p. 132
 H.E. Marjolaine des jardins 2 gttes p. 174
 H.E. Basilic exotique 2 gttes p. 100
Conseil d'utilisation : 2 gouttes du mélange sur le plexus solaire et la face interne des poignets et en cas de crise, 8 gouttes le long de la colonne vertébrale.

Mal de transport = ensemble de troubles observés (nausées, vertiges, acouphènes,..) sur le passager d'un véhicule en mouvement.

Spasmophilie = hyperexcitabilité neuromusculaire se manifestant par des crampes, des fourmillements, des crises d'agitation et des malaises.

Précision : les numéros de pages citées correspondent aux pages du même ouvrage.

La dépression automnale

L'huile essentielle de Basilic est souvent recommandée pour les dépressions automnales c'est-à-dire ces baisses de moral importantes quand les jours raccourcissent, en automne.

Voilà des propositions de synergies pouvant être utiles pour vivre mieux cette période :

Proposition 1 :

HE Basilic (*Ocimum basilicum*) : 7 gouttes
HE Litsée citronnée (*Litsea citrata*) : 4 gouttes
Ess Orange douce : 4 gouttes

→ les gouttes sont à déposer dans un flacon QSP 10 ml HV

Proposition 2 :

HE Basilic (*Ocimum basilicum*) : 7 gouttes
HE Litsée citronnée (*Litsea citrata*) : 4 gouttes
HE Lavande vraie (*Lavandula officinalis*) : 4 gouttes

→ les gouttes sont à déposer dans un flacon QSP 10 ml HV

Concentration à 5 % soit 15 gouttes (en tout HE) pour QSP 10 ml HV

OU 45 gouttes (1,5 ml) pour QSP 30 ml

Huile végétale Sésame par exemple : non grasse, peu onéreuse

Appliquez quelques gouttes de l'une ou de l'autre de ces synergies sur la face interne des poignets et/ou sur le plexus solaire matin midi et soir pendant 5 jours / 7 pendant 3 semaines (21 jours consécutifs)

HE BASILIC *Ocimum basilicum*

Scan issu du « Traité d'aromathérapie scientifique et médicale » de Michel Faucon, édité en 2012 :

AUTRES INFORMATIONS

Notes de caractérologie : *Ocimum* : « je sens » et *basilikos* : « royal », d'où le nom d'herbe royale.

Celui qui « rumine ».

Les anthroposophes expliquent que le basilic exotique, plante sacrée en Inde, est très lié à la spiritualité de l'amour. Basilic a, dit-on « la tête dans les nuages » ; « elle plane au-dessus des contingences matérielles ».

Basilic serait plutôt féminin, alors qu'Estragon serait plutôt masculin... en caractérologie.

Différences avec HE Estragon :

HE Basilic Ocimum basilicum	HE Estragon Artemisia dracunculus
Anti inflammatoire Anti spasmodique Utile en cas de spasmophilie HE des colites	Anti inflammatoire Anti spasmodique Utile en cas de spasmophilie HE des colites
Plutôt utilisée pour les douleurs des menstruations.	HE du hoquet : efficace même en olfaction
HE utile pour la mémoire (pertes de mémoire ponctuelle ou mémoire à avoir au maximum avant un examen)	HE des repas contrariés (pris dans de mauvaises conditions ou dans une mauvaise ambiance)
HE des maux de ventre chroniques HE des maux de ventre quand il y a une difficulté d'adaptation à vivre	HE des maux de ventre plus violents, davantage ponctuels
HE qui aide à la digestion : tonique digestive, stimulante hépatique et hépatobiliaire.	HE des toux spastiques
HE indiquée pour l'arthrite, les tendinites, les rhumatismes	HE des crampes, contractures musculaires
	HE indiquée pour les allergies (pour traiter le terrain !)

Par Danielle Festy (dans l'ouvrage : *Ma bible des huiles essentielles* »)

Au niveau psy :

HE Basilic est stimulante mais sans causer d'excitation, d'irritation.

C'est une des meilleures stimulantes du système nerveux.

Elle favorise le développement de l'intuition, contribue à atteindre et réaliser ses objectifs, son propre potentiel. HE appréciée par les créateurs.

Cette HE empêche de fuir les conflits et le changement. Avant un examen, elle aide à se concentrer ; à mémoriser. HE qui va aider pour les sevrages : alcool, drogue, sucrerie etc.....

Ses actions :

- Stimulante et calmante à la fois
- Eclaircit les idées
- Combat la confusion et la fatigue mentale
- Fournit persévérance, courage, volonté, dynamisme pour atteindre son but
- Idéale en cas de **jetlag** : remet dans l'espace et dans le temps où doit être le corps physique
- Aide contre les troubles de la mémoire

Penser à elle en cas de :

- Pertes de mémoire, fatigue mentale, difficultés de concentration
- Convalescence
- Dépression, apathie, découragement, épuisement nerveux
- Spasmophilie (HE Estragon est aussi très très très intéressante !!!)
- Insomnies digestives liées au stress
- Maux de ventre parce qu'on est noué, qu'on a peur, qu'on a la « trouille » d'aller à l'école ou au travail le lendemain

Sa signature : L'ombre en lumière

Au niveau énergétique :

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

L'énergie de l'HE de Basilic est en relation avec tout ce qui est **cyclique**.

Elle est indiquée pour le « jetlag », c'est-à-dire les inconforts ressentis avec le décalage horaire.

Définition du Jetlag : ensemble des symptômes résultant du dérèglement de nos horloges internes habituelles lié au décalage horaire. Le jetlag survient lors du passage rapide des fuseaux horaires quand on voyage en avion et que l'on traverse au moins un ou deux fuseaux horaires.

Utiliser l'HE de Basilic pour diminuer les symptômes de « déphasage » liés au jetlag c'est régler notre horloge interne avec celle du moment, là où nous nous trouvons.

Énergétiquement, l'HE de Basilic est à utiliser pour les personnes qui travaillent quotidiennement en horaires décalés. Quand elles appliquent quelques gouttes de la synergie conseillée ci-dessous le soir (ou le matin) avant de s'endormir, l'énergie de l'huile les connecte avec l'espace-temps qui leur est imparti à ce moment-là.

L'énergie de l'HE de Basilic est à utiliser quand on veut changer d'habitudes. Il y a des habitudes que nous considérons « bonnes » et nous les maintenons en place et d'autres qui nous desservent. Elles ne sont plus au « goût du jour », ne nous permettent plus une évolution saine, mais il est difficile de s'en débarrasser.

L'énergie de l'HE de Basilic est à notre disposition quand nous voulons nous détacher de la matière : trop d'alimentation, trop d'achats inutiles, trop de poids corporel, des addictions (cigarette, alcool, nourriture). Elle nous détache d'un excès de matière certainement parce qu'énergétiquement elle apporte davantage de conscience et nous « détache » d'une certaine lourdeur.

Impressions personnelles :

- L'HE de Basilic est un « accélérateur de guérison ». J'ai pu constater de nombreuses fois que des personnes malades ou convalescentes, en tout cas stoppées énergétiquement (alitées, affaiblies) récupéraient plus vite leur énergie. Plus vite, plus facilement et avec une compréhension fine du « pourquoi » la Vie les a stoppées.
- L'huile essentielle de Basilic est énergétiquement en lien avec le temps Aïôn, le temps cyclique. Voilà pourquoi son énergie est si puissante !

Voilà des explications succinctes : Il existe 3 temps :

Chronos : c'est le temps de l'humain, le temps ordinaire, le temps physique, le temps illusoire, le temps que nous mesurons chronologiquement.

Le temps Chronos, c'est celui que nous connaissons tous, c'est le temps physique ; celui qui permet de segmenter le temps en passé, présent et futur, grâce aux unités de mesure telles que la seconde, la minute, l'heure etc... Chronos est le temps quantitatif et linéaire.

Kairos : c'est le temps métaphysique, le temps opportun. C'est le point de basculement décisif, avec un « avant » et un « après ». Kairos est le temps des opportunités, des synchronicités, des phases de transition. *Ce temps-là n'est pas linéaire, il est qualitatif, c'est le temps « entre ». Il ne se mesure pas, il est immatériel, il se ressent. Kairos est une autre dimension du temps qui crée de la profondeur dans l'instant. Kairos est le temps qui va nous permettre de transcender le temps ordinaire (Chronos) et va induire des opportunités de changements.*

Aiôn : c'est le temps cyclique. C'est le temps des cycles, comme les saisons, la respiration, le sommeil, etc. Aiôn est le temps qui cherche à nous amener vers un nouveau cycle, à un nouveau futur que celui déterminé par Chronos.

Ce temps-là est le temps de la conscience. Aiôn est le temps qui correspond à notre être véritable.

Ces différents temps sont expliqués dans « Le pic de l'esprit » par Philippe Guillemant, Editions Guy Trédaniel, 2017.

L'énergie de l'huile essentielle de Basilic est en lien avec le temps Aiôn. L'énergie de cette huile essentielle nous mène à ce temps : Aiôn.



Si l'huile essentielle de Basilic pouvait parler, que nous dirait-elle ?

Je suis un élévateur de conscience. J'ouvre sans cesse, doucement des lignes de temps.

Je mets en phase le corps et l'esprit.

Votre conscience s'agrandit graduellement mais votre corps physique, lui, est quelquefois le dernier informé de ces changements. Dans la matière les « mises à jour » ne s'opèrent pas si facilement. Alors mon énergie intervient pour harmoniser l'ensemble.

Je suis liée à la conscience immédiate et à celle plus éloignée.

Mon énergie est celle d'un transformateur interne cyclique.

La signature de l'HE de Basilic : L'adaptation énergétique cyclique - La mise à jour énergétique

Abréviations :

HE = Huile essentielle HV = Huile végétale

AB = Antibactérien AV= Antiviral AF = Antifongique AP = Antiparasitaire CI =Contre-indication