

54

2,90 €

# Maison actuelle

MAI - JUIN 2018

LITERIE • BREUVAGES D'EXCEPTION • ARTISANAT • PROTÉGER SON HABITAT

## Rénover son habitat

De la maison à la terrasse, quel sol choisir ?

### THERMODUL

« Nos plinthes chauffantes garantissent votre confort intérieur »

## Bien-être dans son jardin

Profitez pleinement de votre extérieur



**Champagne  
Brimoncourt**  
Esprit d'effervescence

**Évasion en Corse**  
Découvrir le Marinca\*\*\*\* Hôtel & SPA

**Un intérieur comme on aime**  
Talent d'artisan décorateur

**Salle de bains**  
Burgbad : raffinement et solidité allemande

Trésors du terroir Savoir-faire et modernité gastronomique



Nos pages de shopping et c'est à lire

L 15011 - 54 - F. 2,90 € - RD





## Savons, huiles essentielles et bougies

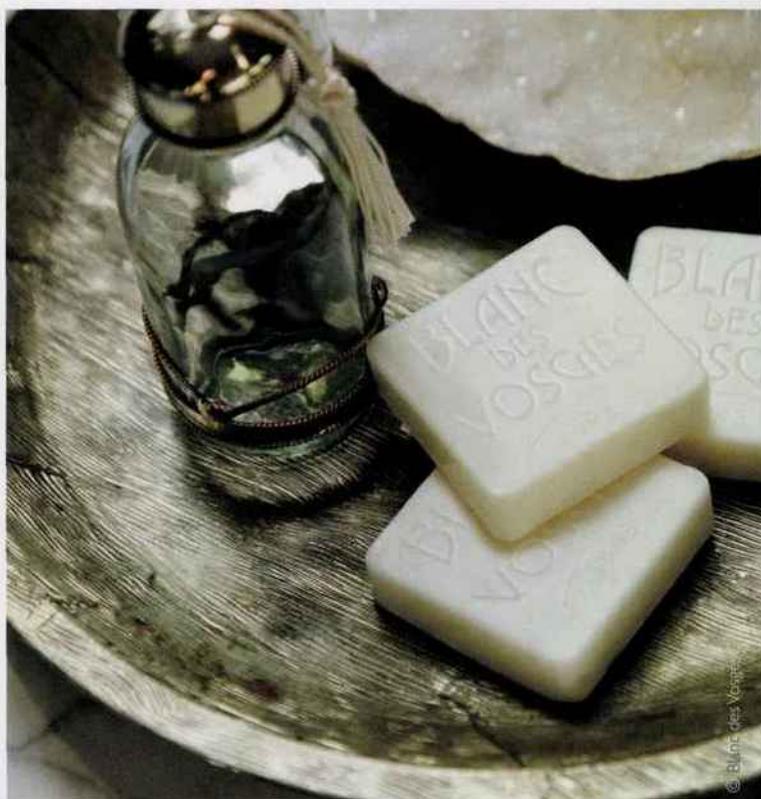
Par Jean-Luc Merci

### Des artisanats traditionnels à nouveau à l'honneur !

L'histoire de nos productions réserve bien des surprises. Progrès scientifiques, évolution des modes de vie, avancées technologiques, etc. sont des rouleaux compresseurs qui relèguent aux oubliettes ce qui n'est plus « adapté » en le remplaçant par « mieux ». Mais ça, c'est la théorie, car durant des décennies on a trop oublié un facteur important : l'homme, avec ses sens, son romantisme, sa nostalgie, sa poésie, sa fantaisie, son envie et son besoin de produits sains et sûrs, etc. Les 33 tours ne sont pas morts, pas plus que la photo argentique. Plus anciens encore, les bougies et les savons résistent brillamment, même artisanalement... depuis des siècles.

#### Des bougies économiquement et écologiquement responsables

La multitude des modes d'éclairage actuels n'a pas fait s'éteindre la petite flamme des bougies. Toutes les innovations des dernières décennies, si elles ont bien des atouts, nous privent de points essentiels, la poésie et le charme. Seules les bougies animent l'espace de leur flamme délicate, jouent en ombres et en reflets, s'amusent de l'air et de nos yeux émerveillés. En témoigne l'éternel pouvoir du « repas aux chandelles » ! Flottantes, parfumées, colorées, amusantes, fines et longues ou rondouillardes et trapues... elles se déclinent de mille manières pour créer toutes les ambiances, partout, à tout moment. Chaleureuses, décoratives, conviviales, les bougies créent des écrans intimes incomparables. La plupart, standardisées et sans âme véritable, sont produites industriellement. Préférez les bougies artisanales, plus belles, plus saines, plus durables, plus respectueuses aussi d'un savoir-faire ancien pour lequel la France a acquis de réelles compétences. Les bougies artisanales sont réalisées dans les trois types de cire : minéral (cire de paraffine), végétal (cire de palmier à cire, cire de soja...) et animal (cire d'abeille). Les fragrances sont surtout issues d'huiles parfumées spécifiques (attention à certaines huiles essentielles, peu adaptées, dangereuses pour la santé dans cet usage). Les mèches sont en coton enduit et les colorants sont issus de produits naturels.





## Des savons sains pour le respect de notre corps

Planétairement nécessaires et utilisés, les savons se sont diversifiés et industrialisés en une multitude de produits pour laver, nettoyer, aseptiser... nous laissant d'ailleurs croire qu'il faut 20 produits différents pour entretenir notre corps et 40 autres pour nettoyer tout le reste ! C'était sans compter sur la mémoire collective qui garde quelques traces de ces savons qui servaient à tout faire en gardant le linge impeccablement blanc et les sols très propres, ou qui lavaient la peau, les cheveux et les parties intimes sans engendrer d'allergies, d'irritations ou de rougeurs. Le retour actuel vers des produits sains et de qualité ravive le souvenir de ces bons savons, autrefois réalisés de manière artisanale avec des bases naturelles. Ne faisons pas de raccourci pour autant : un savon n'est pas bon du seul fait qu'il est artisanal ni mauvais parce qu'il est industriel. Mais il est clair qu'un travail soigné et réalisé selon les bons principes (saponification à froid) avec les meilleurs ingrédients (huiles bio, huile d'argan, argiles naturelles, beurre de karité, lait de chèvre ou d'ânesse, huiles essentielles...) est plus souvent le fruit d'un artisanat responsable que de l'industrie. La différence se fait clairement sur notre corps, car les produits sains ne font pas que « nettoyer en parfumant », ils ont de vrais effets sur nous (comme la régénération de la peau ou son assouplissement).

## Santé et plantes, vers une redécouverte

Avec un certain goût pour le retour à des produits plus naturels, pour manger, construire, nous habiller ou nous soigner, nous serions tentés de considérer la nature comme bienfaitrice à tous égards. Pourtant, tout ce qui est naturel n'est pas inoffensif, et c'est précisément là tout l'art de la connaissance des plantes et des soins par les plantes. Petit point sur la question.

## Des plantes à la chimie, de la chimie aux plantes

Dans notre société, les longues années d'hégémonie de la seule médecine fondée sur les médicaments de synthèse et la chimie sont un peu à l'image de la domination exclusive du pain blanc sur les pains bruns ou noirs (seigle, châtaigne...) : une victoire de l'homme sur la nature, à une époque où la déruralisation était plutôt perçue comme le symbole même de la modernité. Pourtant, après quelques décennies de gloire sans partage de ces « nouveaux » médicaments, les premiers constats ont eu leur lot de déception. Non la chimie ne soigne pas tout, ni bien, et provoque même des effets secondaires parfois gravissimes, là où d'autres médecines, d'ailleurs ou d'antan, donnent des résultats intéressants. Pour autant, si la médecine par les plantes est la plus ancienne des médecines du monde c'est que nous avons tout à gagner à la reconnaître et à la redécouvrir absolument, malgré la pression des laboratoires pharmaceutiques conventionnels qui se battent évidemment contre ! Certes, la phytothérapie garde encore sa part d'empirique, mais de nombreux médecins phytothérapeutes, certains pharmaciens et les herboristes tentent d'apporter des alternatives aux méthodes de soin « classiques », et les plantes médicinales permettent d'élargir l'arsenal thérapeutique.



## Les pouvoirs de la lavande

L'exemple de la lavande est intéressant car la plante est lourde de symboles. Plante du soleil, plante de senteur, plante de couleur, très recherchée pour parfumer et « désinfecter » nos armoires, notre linge, notre peau et nos intérieurs, plante de jardin à la floraison éclatante et plante typiquement mellifère, plante de cuisine aussi jusqu'au cœur des cornets de glace et des cocktails... on pourrait penser que la lavande a toutes les vertus.

