



## Pin sylvestre

Noms latins : Pinus sylvestris

Noms français synonymes : Pin de Norvège, Pin d'Ecosse

Noms anglais : Pine, Scotch pine, Norway pine

Partie distillée : Aiguilles (France / Autriche)

Grogne-grogne, grinche-grinche et que ça léthargise.

Mais non mais non !

Le Pin sylvestre rehausse l'humeur et centre dans le coeur.

Il est le ressort du canapé qui donne le bon coup de pied.

Il pousse au derrière lorsqu'il traîne par terre.

Il vitalise et revigore ; et maintenant hop, dehors !

Voici l'hiver et ses frimas. Enfin... peut-être pas.

Mais si c'est le cas, pas d'embarras : le Pin est là pour vous tirer du tracas. C'est l'arbre pour ça !

Vous aimez regarder les arbres ?

Asseyez-vous tranquillement un soir d'été lors du soleil couchant. Observez les arbres et mirez les Pins sylvestres. Ils rougeoient, ils flambent et flamèchent. Ils prennent la lumière et la décuplent. Et souvent, ils l'irisent à l'orange rougeoyant.

Sortez alors votre fiole de Pin sylvestre et humez-la en même temps. Communiquez avec lui et revigorez-vous en appliquant trois ou quatre gouttes sur le coeur.

### **La plante, ses légendes et sa botanique**

Le Pin sylvestre, c'est du non-raffiné, un vrai pin complet !

C'est une abiétacée (famille anciennement appelée pinacées) robuste, résistant et adaptable. Si, comme toutes les abiétacées, il ne vit naturellement que dans l'hémisphère nord, il est capable non seulement d'accepter mais d'apprécier des climats espagnols, norvégiens, alpins et côtiers atlantiques. Pas mal quand-même !

Si vous aimez les curiosités, regardez des Pins sylvestres et d'autres arbres le soir. Parmi tous, il est l'arbre qui prend une couleur orangée le soir. Avec un ou deux autres arbres comme le Catalpa, il est un des seuls à



vraiment prendre une forte luminosité le soir. Et le reste de la journée ? Ben c'est un bel arbre comme les autres, sans plus au niveau de la lumière.

Il est un arbre qui figure dans les récits légendaires de nombreuses ethnies. C'est au sommet d'un Pin que Merlin aurait reçu son adoubement. C'est au pied d'un Pin qu'Attis se donna la mort en s'émasculant et donna naissance à la Violette. D'ailleurs on trouve souvent des Violettes là où poussent les Pins sylvestres.

Avant de voir plus loin toute sa botanique, il a un trait qui le fait facilement reconnaître parmi tous ses frères pins. Son écorce brune-rouge vire à l'orange-jaune vers le haut de l'arbre. La couleur peut aller jusqu'à être franchement assez flamboyante.

Les Pins ont comme traits communs parmi les conifères d'avoir des feuilles en faisceaux, des cônes ligneux, des écorces craquelées en plaques.

Le Pin sylvestre a des feuilles fasciculées par groupes de deux. Eh oui, elles ne sont jamais seules. (Une feuille est ce que l'on appelle souvent une aiguille.) Elles sont un petit peu vrillées et mesurent en général entre trois et sept centimètres. Leurs cônes sont assez petits (autour de 3 à 4 centimètres en général).

### **Propriétés énergétiques**

Quand ça sent bon la forêt, c'est le cas jusqu'au fond du cœur :

Recentre fortement dans le cœur.

Revigore, recharge les batteries.

Donne de la force de caractère.

Amène bon moral.

Tranquillise-déstresse tout en tonifiant.

Améliore la concentration.

### **Chakras**

4ème chakra

5ème chakra

### **Doshas**

Stimule le plan idéatoire de Vata tout en diminuant ses peurs.

Attise la capacité d'action de Pitta.

Diminue le 'reposisme' de Kapha.

### **Éléments**

Air

### **Chémotype standard**

Monoterpènes (alpha-pinène 35-60%; limonène 3 à 15%, bêta-pinène 5 à 40%, delta-3-carène 1 à 20%, paracymène 0,1 à 3%, camphène 1-6%, myrcène 0,1 à 5%)

Esters monoterpéniques (acétate de bornyle 0,1 à 10%, acétate de linalyle traces à 1%)

Sesquiterpènes (cadinène 0,1 à 5%, beta-caryophyllène 0,1 à 2%)

Sesquiterpénols (germacra-1-(10)-E,5E-diène-4-ol ~2%)

Monoterpénols (bornéol 0,1 à 2%)

## **Chromatographie par lots**

Lot PINB765023, (PDF, 569Ko)

## **Contre-indications et limitations d'emploi**

Aucune contre-indication connue à dosage physiologique.

Tenir hors de portée des enfants.

Enfants, femmes enceintes : aucune contre-indication connue à dosage physiologique.

Accéder à la page Limitations d'emploi des huiles essentielles.



---

Les informations sur ces pages ne sont que des propositions faites à des professionnels formés qui sont seuls responsables de l'emploi des produits en question. Il tient à eux de compléter cette participation à leurs connaissances et de bien connaître leur patient et son état afin de conduire sa prise en charge. La totale responsabilité quant à l'emploi de ce qui est proposé ici relève de l'utilisateur et n'implique en aucun cas l'entreprise Gedane. Texte : consultant externe Marc Ivo Böhning et Géraldine Viatte