SANTÉ GOBALE AVEC DES PRINCIPES ACTIFS VÉGÉTAUX NATURELS

ALOE VERA – SOURCE DE VITALITÉ ET DE RENFORCEMENT IMMUNITAIRE



La santé par des méthodes naturelles

Souvent, ce n'est que lorsque notre santé s'affaiblit que nous commençons à prendre conscience de sa valeur. Nous réalisons soudain combien la maladie réduit nos possibilités à prendre part à la vie. Etre en bonne santé est une condition sine qua non pour vivre une vie accomplie, étant donné que, de nos jours, il faut se montrer de plus en plus performant. Cependant, malgré les progrès de la médecine occidentale contemporaine et malgré des méthodes et appareils de traitement de plus en plus compliqués et coûteux, le nombre de maladies dites occidentales s'accroît d'une façon considérable.

Notre vie régie par le stress, notre manque de condition physique, notre alimentation de moins en moins nutritionnelle dûe aux sols appauvris, à des apports abusifs d'additifs chimiques et à notre environnement pollué, sans oublier les comportements et pensées négatives, entraînent une recrudescence des maladies cardiovasculaires, des allergies, d'ulcères, de champignons et de déficits du système immunitaire. Peu nombreux sont ceux qui, dans le monde occidental, n'ont pas déjà été confrontés à ces problèmes.

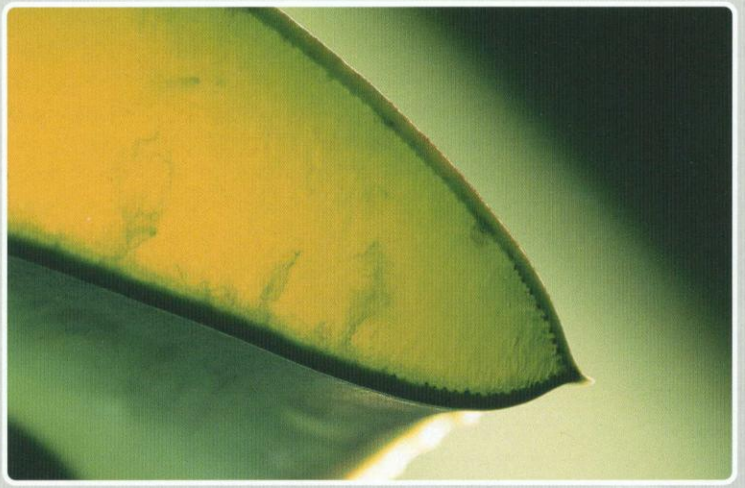
Les traitements qui combattent ou apaisent uniquement les symptômes augmentent entre-temps le nombre de personnes victimes de leurs effets néfastes.

Une médecine, par contre, qui traite la globalité de la personne, où santé signifie vitalité, joie de vivre et qualité de vie, a pour base l'utilisation des forces guérisseuses naturelles. Cette méthode thérapeutique gagne chez nous de plus en plus d'adeptes.

Ainsi, les produits et méthodes qui maintiennent l'organisme dans son équilibre naturel et qui donnent au corps des défenses naturelles connaissent un engouement de plus en plus grand.

Effets et principes actifs de l'aloe vera

Aucune autre plante médicinale ne témoigne d'autant de bienfaits que l'aloe vera: des études scientifiques ont identifié plus de 160 composants qui activent et renforcent avant tout nos capacités d'auto-défense. Des recherches scientifiques approfondies confirment l'effet principal de l'aloe vera, à savoir de fortifier notre système immunitaire, qui repose sur l'actif acemannan (polysaccharides), un sucre d'une longue chaîne absorbé par l'intestin et stocké dans toutes les membranes cellulaires. Ce procédé chimique augmente de façon considérable la défense immunitaire de chaque cellule contre les virus et les bactéries. Parallèlement, d'autres composants purifient et renforcent l'intestin, soutenant ainsi de façon importante le plus grand organe immunitaire du corps humain.



Le contenu de l'aloe vera en antioxydants, vitamines A, C et E, dont les effets sont scientifiquement prouvés, est également remarquable et fait de cette plante l'une des plus prometteuses pour combattre les maladies occidentales et pour la prévention du cancer. De plus, les actifs végétaux secondaires de l'aloe vera permettent au corps d'assimiler beaucoup plus facilement ces actifs vitaux.

A cela s'ajoutent 11 des 20 acides aminés, donc des modules d'albumines indispensables à la vie de notre organisme et 7 albumines essentielles. Un taux élevé d'albumine dans le sang implique une ossature solide, des muscles forts, un bon transport de l'oxygène dans l'organisme, un bon système immunitaire ainsi qu'un état psychique stable.

De même, la composition minérale et les oligo-éléments du gel extrait de l'aloe vera sont prépondérants:

Outre le fer, le calcium et le magnésium qui sont importants pour des dents saines et des os solides ainsi qu'un bon métabolisme, la plante médicinale contient également une grande quantité de potassium qui régularise l'eau du corps et qui réduit la tension artérielle.

De plus, le zinc renforce le système immunitaire tandis que le manganèse aide le corps à se désintoxiquer.

Qu'est-ce que l'aloe vera ?

Ressemblant au cactus, l'aloès appartient cependant à la famille des liliacées. Vert toute l'année, il pousse dans des climats subtropicaux sur un sol riche en minéraux, mais aussi dans des régions très sèches et c'est de là que cette plante, qui stocke l'eau de façon prodigieuse, tient son surnom de »Lys du désert«. On trouve environ 300 espèces différentes de la famille des Aloès en Afrique et en Australie, en Amérique centrale et en Amérique du sud, en Russie et dans des régions asiatiques comme le Japon, la Chine et l'Inde.

Parmi toutes ces espèces de la famille des Aloès, seulement quatre disposent de vertus purgatives reconnues. De toutes les espèces connues, l'aloe vera est la plante qui est de loin la plus précieuse pour le bien-être de l'homme, le »vrai Aloès«, de son nom botanique *aloe vera barbadensis (de Miller).*

Après trois à quatre ans de croissance naturelle, la plante est au sommet de son efficacité. L'aloe vera stocke une grande quantité d'eau au niveau de ses feuilles longues de 40 à 60 centimètres et larges de six à dix centimètres, contenant une pulpe translucide semblable à un gel - protégée par la cuticule - et témoignant d'un fort pouvoir nutritif. Sa

grande capacité de stockage de l'eau et son contenu élevé en principes actifs hydratants font de l'aloe vera, et ce depuis déjà des millénaires, une plante médicinale réputée et très prisée en cosmétologie.

Histoire de la plante médicinale aloe vera

Les plus anciens écrits concernant l'utilisation de l'aloès nous parviennent de l'Egypte et sont datés de 4000 ans avant Jésus-Christ. La plante était qualifiée à l'époque d'élixir de beauté, de santé et de jouvence. Même Cléopâtre et Néfertiti, toutes deux réputées pour leur beauté, utilisaient l'aloe vera en tant que produit de beauté.

De même, au cours de rites religieux, comme par exemple l'embaumement des corps des Pharaons, la plante faisait son entrée solennelle et accompagnait les dieux-rois des Egyptiens dans leur voyage vers l'au-delà.

Dioscoride, médecin grec réputé, estimait cette plante pour ses vertus médicales et la prescrivait pour la guérison des plaies, pour les troubles intestinaux, pour les douleurs articulaires, pour les inflammations des gencives et beaucoup d'autres encore. Alexandre le Grand en emportait lors de ses campagnes dans des chariots construits à cet effet pour en disposer afin de soigner les plaies de ses soldats.

Et naturellement, déjà à cette époque, on connaissait son effet soulageant pour les »coups de soleil«. Même la Bible cite la plante en tant que remède.

L'aloe vera était très estimé également par la Chine antique, apprécié par les moines jésuites espagnols et, après avoir été introduite au 16ème siècle par des navigateurs anglais en Amérique centrale et en Amérique du sud, l'aloe vera compta parmi les 16 plantes sacrées des tribus indiennes. Les Maya appelaient cette plante »La fontaine de jouvence«/»La source de jeunesse«.

Dans la médecine indienne, l'art de l'Ayurveda, qui se penche depuis toujours sur l'esprit humain et son corps dans sa globalité, l'effet régénérant de l'aloe vera fut là aussi l'objet d'une grande considération.

Selon l'Ayurveda, l'âme et le corps doivent se trouver en harmonie afin de permettre une bonne santé et l'aloe vera, déjà appelé par les Egyptiens »Le Remède d'harmonie« représente en ce sens un excellent remède naturel curatif.

C'est justement l'aspect de l'harmonie, de la méthode, qui contribue au retour de l'équilibre et à la globalité de la personne pour (re)créer un bien-être humain qui rend l'aloe vera très précieux à l'homme moderne.



Application par voie orale

Le jus d'aloe vera est un remède bien adapté pour des applications courtes pouvant apaiser les maux les plus divers et combattre le trouble pathologique concerné. L'effet qu'il produit sur le gros intestin, le plus grand organe immunitaire du corps humain, est d'une importance des plus estimables.

La force purifiante et le renforcement du système immunitaire de cette vieille plante médicinale contribuent à stimuler l'ensemble de l'organisme, harmonisent les force d'auto-défense de l'homme et aident ainsi à prévenir plusieurs maladies.

Des études scientifiques attestent de l'effet positif du jus d'aloe vera sur les globules blancs et de sa propriété anti-virale.

De nombreuses vitamines et minéraux offrent de plus santé et bien-être et créent ainsi la base pour la vitalité et la joie de vivre. Outre le renforcement des forces défensives, les recherches scientifiques ont découvert et identifié les effets suivants de l'aloe vera:

- **purifie l'intestin (et renforce ainsi l'ensemble du système immunitaire)**
- **harmonise l'ensemble du métabolisme**
- **propriétés désintoxiquantes et antioxidantes**
- **baisse du taux des graisses dans le sang**
- **élargit les vaisseaux sanguins (important en cas de tension artérielle élevée)**
- **antibactérien**
- **antimicrobien**
- **antimycosique (champignons sur la peau et mycoses viscérales de l'intestin)**
- **guérit les plaies (blessures de la peau et du tissu capillaire)**
- **tranquillisant (foulures, courbatures, douleurs des muscles)**
- **calme les démangeaisons lors de problèmes de peau**
- **cicatrisant lors de plaies et brûlures**
- **hydrate la peau**
- **anti-inflammatoire**

>> Il est important de différencier les aloès pharmaceutiques, contenant de l'aloïne et à fort effet laxatif, des produits aloe vera sans aloïne qui sont en vente libre et dont il s'agit ici. Pour les produits qui ne contiennent pas d'aloïne, le suc de la plante qui contient le principe actif à effet laxatif est retiré et n'est pas travaillé. Pour les produits en vente libre, seuls les vitamines et les actifs vitaux de la feuille sont utilisés à des fins thérapeutiques aussi bien en usage interne qu'externe. <<

Application externe

On connaît depuis des millénaires les méthodes de traitement où l'on utilise le gel d'aloès ou, tel qu'aujourd'hui, les produits aloès spéciaux de la ligne cosmétique. En cas de problèmes de peau comme les dermatites, les eczémas, l'acné ou encore le psoriasis, le traitement avec l'aloe vera se montre bénéfique. L'effet hydratant et nourrissant calme la peau, accélère la guérison des plaies et contribue au retour de l'équilibre cellulaire.

De même, avec l'aloe vera, les inflammations, les brûlures, les piqûres d'insectes et les égratignures guérissent mieux et plus rapidement.

Outre les crèmes pour le sport et les pommades pour échauffement de muscles, le jus de l'aloe vera ou le gel peuvent être appliqués en cas de blessures dues au sport et sont très efficaces en tant que complément thérapeutique.

Pour les soins de bébé, les parents préfèrent de plus en plus les produits naturels pour la peau douce et sensible de leurs nourrissons aux crèmes chimiques dont les composants sont suspectés de provoquer certaines allergies.

Ici, l'aloe vera est un produit alternatif très bien adapté de par sa base naturelle.

Le pouvoir hydratant de l'aloe vera, connu depuis l'Antiquité, fait de cette plante médicinale un produit cosmétique aujourd'hui également très prisé pour ses propriétés cutanées: il rend la peau lisse et douce, stimule la prolifération cellulaire, raffermit et protège. Sa capacité à régulariser l'ensemble de la circulation de l'humidité empêche ainsi la peau de vieillir prématurément.

Conclusion

Pour l'homme moderne qui est conscient que la santé et le bien-être ne peuvent être atteints que par un corps en harmonie globale, les produits naturels qui soutiennent la guérison innée du corps prendront dans un proche avenir de plus en plus d'importance. L'aloe vera, produit médicinal purifiant et régénérant pour un usage interne et, produit de beauté et de soin externe, bénéficie, avec plus de ses 160 principes actifs scientifiquement reconnus, d'une place bien établie dans une société qui s'oriente vers une médecine globale.

Dirk Grosser, © Editions LebensBaum '2003
www.lebensbaum-verlag.de

2031 F/09-03/100

Photographies: Alexander Haselhoff