

LE LIVRE **SUR** **L'ALOE VERA**



«L'Aloé Vera est devenu aujourd'hui, grâce aux nouvelles techniques de conservation, un "végétal médecin" de tout premier plan, qui peut guérir souvent, et soulager toujours, de multiples problèmes de santé plus ou moins graves avec une grande efficacité et une totale innocuité »

(Dr Yves Donadieu de la Faculté de Médecine de Paris)

NOTA: Ce document ne peut, en aucun cas, se substituer à un médecin, seul qualifié – après un examen clinique approfondi et établissement d'un diagnostic précis – pour faire la prescription appropriée aux troubles ou maladies dont le lecteur pourrait souffrir. Conformément à la jurisprudence, l'éditeur décline toute responsabilité quant aux erreurs ou omissions qui pourraient être trouvées dans ce texte en dépit des soins attentifs apportés à sa réalisation.

TABLE des MATIERES

- Extrait
- Introduction
- Qu'est-ce que l'Aloé Véra ?
 - Historique
 - Description botanique
 - Composition analytique
 - Culture et récolte
 - Extraction et conservation
 - Formes de présentation
- Quelles sont les vertus de l'Aloé Véra ?
- Quelles sont les utilisations de l'Aloé Véra ?
 - L'Aloé Véra pour vous guérir
 - L'Aloé Véra pour vous nourrir
 - L'Aloé Véra pour vous embellir
 - L'Aloé Véra en médecine vétérinaire
- Tout le monde peut-il utiliser l'Aloé Véra?
- Où trouver l'Aloé Véra?
- Conclusion
- Vidéos
- Annexe
- Pratique utilisation

La pulpe gel fraîche de l'aloès peut être utilisée en usage interne et en usage externe. L'Aloé Véra cicatrise et désinfecte les blessures, facilite la digestion, active l'irrigation sanguine, la circulation lymphatique, les fonctions rénales, hépatiques et biliaires, atténue les douleurs arthritiques et rhumatismales. Il fait partie de la panoplie des premiers soins en cas de coups de soleil, brûlures, d'irradiations ou de blessures diverses. L'Aloès est un bon hémostatique et un excellent désinfectant.

Extrait du livre de Marc Schweizer "Aloès la plante qui guérit"



INTRODUCTION

Depuis des siècles, l'Aloé Véra a été utilisée par différentes cultures. Les anciens grecs, les romains, les babyloniens, les indiens et les chinois ont tous utilisé l'Aloé Véra en tant que plante médicinale. Pendant toutes ces années, l'Aloé Véra (Aloinae) a été dénommée de diverses manières : médecin de poche, baguette magique du Paradis, bénédiction du ciel ou encore plante de la vie.



L'ALOÈS ET LA SANTÉ

*Un jour, il y a de cela fort longtemps,
Venant d'on ne sait où, depuis on ne sait quand,
Marchait dans un désert avec difficulté,
Un homme fatigué,
Mal en point, affamé,
Aux cheveux clairsemés,
A la peau desséchée par le soleil brûlée,
Écorché de partout,
Perdant beaucoup de sang,
Le teint jaune, vomissant,
La langue très chargée et l'intestin bloqué.*

*Au bout d'un certain temps,
Épuisé, exténué,
Cet homme à bout, presque mourant,
S'arrêta de marcher,
Disons de se traîner,
Pour s'écrouler, d'un coup, au pied d'un Aloès.*

*« Eh bien dites-moi, dit la plante
Si vous le permettez,
Et sans vouloir vous offenser,
Votre état, à vrai dire,*

*Ne me dit rien qui vaille. Je dirais même en vérité,
Pour ne rien vous cacher, que vous semblez filer un bien mauvais coton.
Que n'utilisez-vous, sans façon, la pulpe de ma feuille aux multiples vertus
Ancestrales, salutaires et partout reconnues ?*

*Elle guérit les blessures, cicatrise les chairs, tarit les saignements, maîtrise la douleur,
Interdit l'infection, dissipe les rougeurs, dégorde l'estomac, neutralise l'ictère,
Rétablit le transit de l'intestin sur l'heure, ralentit des cheveux la chute et la langueur,
Vitalise la peau joliment en douceur, lui redonnant rapidement
Jeunesse, souplesse et beau teint rayonnant.*

*Elle est encore, en même temps, alimentaire complément riche en nombreux nutriments,
Tous essentiels, souvent vitaux : les importants acides qu'on appelle - aminés -
Nombre de vitamines et plein de minéraux, dont beaucoup d'éléments que l'on nomme - oligo -
Plusieurs enzymes et autres importants composants, qui en font un appoint utile et excellent
Pour bien ou mieux se porter. Avec elle, très naturellement.
Donc, sans le moindre inconvénient,*



*Vous serez, dans les meilleurs délais, doucement désintoxiqué,
Richement rééquilibré, rajeuni, requinqué et puissamment revigoré.
Retrouverez, ipso facto,
Bon pied, bon œil,
Couleurs, vigueur,
Et bel éclat et bonne humeur.*

*Alors, à pleines dents et savoureusement,
Mordrez à nouveau dans la vie avec grand appétit.
En un mot comme en cent,
En deux temps, trois mouvements,
Recouvrirez, tout bonnement,
Bonne santé et pour longtemps.»*

*Par ce très long discours notre homme convaincu,
Dans un ultime effort, d'un seul coup de couteau,
Tranche au pied de la plante une feuille charnue
Et dit, en la montrant, distinctement ces mots :
« Je vais de cette feuille faire usage quotidien.»*

*Il le fit et fit bien,
Car, depuis lors, il a guéri et va très bien.*

Extrait de l'article du Docteur DONADIEU de la Faculté de Médecine de Paris



QU'EST-CE QUE L'ALOE VERA?

Après un bref rappel historique et la description botanique de la plante, je passerai successivement en revue sa composition analytique, sa culture et sa récolte, les méthodes d'extraction et de conservation, pour finir par ses formes de présentation.

HISTORIQUE

Depuis au moins 5 000 ans, à des époques différentes et dans des régions du monde fort éloignées les unes des autres, l'homme a toujours utilisé l'Aloès pour prévenir ou soigner nombre de ses maux.

En effet, maintes preuves archéologiques et historiques témoignent de ses multiples et identiques usages médicaux dans toutes les grandes civilisations sans aucune exception.

- **Civilisation Sumérienne**, où l'on retrouve les premières traces de l'usage thérapeutique de l'Aloès sur des tablettes d'argile gravées en caractères cunéiformes remontant au 3^{me} millénaire avant J.C. (environ 5000 ans), découvertes en 1948 dans les ruines de Nippur.
- **Civilisation Chinoise**, où le Pen T'sao, l'un des premiers ouvrages sur les plantes médicinales, qui date également du 7^{me} millénaire avant J.C. (environ 4700 ans), et surtout l'illustre Li Che Tchen, qui a révisé ce traité au 16^{me} siècle, classe l'Aloès parmi les plantes aux vertus thérapeutiques majeures sous l'appellation de «Remède d'harmonie et la considère comme la plante spécifique du traitement des brûlures et des affections de la peau».
- **Civilisation Mésopotamienne**, où l'Aloès apparaît encore sur des tablettes d'argile gravées en caractères cunéiformes, remontant au 2^{me} millénaire avant J.C. (environ 4000 ans), découvertes dans les ruines de l'antique Elba en 1973.
- **Civilisation Egyptienne**, avec le fameux papyrus d'Ebers (nom de celui qui l'a déchiffré après sa découverte dans les ruines de Louksor) écrit à Thèbes au cours du 2^{me} millénaire avant J.C. (environ 3600 ans), le plus ancien document de la médecine égyptienne parvenu jusqu'à nous. Cet ouvrage, qui a pour titre Livre de préparation de médicaments pour toutes les parties du corps humain, reproduit en signes hiéroglyphes de nombreuses formulations à base d'Aloès.
- **Civilisation Arabe** qui, dès le 6^{me} siècle avant J.C., fut l'une des premières à produire des extraits commerciaux d'Aloès à base de sève et pulpe mélangées. Ces extraits résineux, qui servaient surtout de laxatif, mais aussi à bien d'autres usages internes et externes, ont largement contribué à la diffusion de l'Aloès dans de nombreux pays du Moyen-Orient et d'Asie.
- **Civilisation Indienne**, où l'Aloès figure en bonne place parmi les plantes majeures citées dans les textes fondamentaux de l'Hindouisme consacrés aux plantes et aux préparations secrètes, destinées à soigner toutes sortes de maladies, sous l'appellation de «Guérisseur silencieux».

• **Civilisation Gréco-Romaine**, où Hippocrate (le père fondateur de notre médecine occidentale), Aristote, Celsus, Dioscoride (l'auteur du célèbre *De Materia Medica*, qui restera le livre de référence en matière de médecine par les plantes jusqu'au 15^{me} siècle), Pline l'Ancien, Galien, et bien d'autres illustres médecins ou savants de l'Antiquité, signalent tous l'intérêt de l'Aloès comme laxatif, comme coagulant du sang, pour soigner les contusions, les blessures et les gerçures, pour traiter les furoncles et les affections oculaires, pour soulager les ulcères génitaux, pour arrêter la chute des cheveux, pour embellir la peau, etc.

• **Civilisations Africaine**, Amérindienne et autres, où, même s'il n'existe pas de traces écrites très anciennes, il est pratiquement certain que l'usage traditionnel de l'Aloès, toujours présent de nos jours par transmission orale, tire ses racines de temps extrêmement lointains.

• **Civilisation Européenne**, où l'utilisation de l'Aloès, introduit et utilisé assez tardivement (seulement à l'époque de la Renaissance), restera pratiquement cantonnée à ses propriétés laxatives jusqu'à la fin du siècle dernier, époque où l'on commence enfin à parler de quelques autres de ses vertus, alors que, dans le même temps, il continue d'être abondamment utilisé dans tous les pays où il pousse à l'état naturel.

• **Epoque contemporaine**, où, depuis une cinquantaine d'années, cette longue histoire universelle de l'Aloès retient définitivement l'attention d'éminents chercheurs, notamment Russes et Américains, et donne lieu à de nombreux travaux analytiques, pharmacologiques, cliniques, qui confirment les usages médicaux de toutes les traditions ancestrales et en découvrent même d'autres.

Mais ce n'est vraiment qu'après 1968, avec l'aboutissement des recherches d'un pharmacien Texan aux Etats-Unis : *Bill Coats* *, sur la stabilisation de la pulpe fraîche de l'Aloé Vera par un procédé naturel, que cette plante va connaître l'essor qu'on lui connaît aujourd'hui dans le monde entier.

En effet, sans la mise au point d'un tel procédé, aucune possibilité de commercialisation à grande échelle n'aurait été possible.

C'est ainsi que la pulpe de l'Aloé Vera, dorénavant scientifiquement connue et reconnue, tout en continuant à être étudiée dans de nombreux pays, est utilisée actuellement par une multitude de gens avec une grande facilité et une excellente efficacité.

* *L'avenir du Mieux-être au XXI^e siècle, ALOE VERA, Le nouveau millénaire, Editions du trésor caché*



DESCRIPTION BOTANIQUE

Il existe plus de 300 espèces d'Aloès mais, jusqu'à présent, seules quelques-unes sont renommées pour leurs vertus médicinales.

Parmi les plus utilisées de nos jours il faut citer l'Aloès Arborescens (Miller) qui pousse essentiellement dans certaines régions subtropicales du sud de la Russie ; l'Aloès ferox (Miller), communément appelé Aloès du Cap, qui pousse à l'état sauvage en Afrique du Sud ; et surtout l'Aloé Vera (Linné), ou Aloès Barbadosiens (Miller), ou encore Aloès vulgaris (Lamarck), soit trois appellations différentes pour cette même espèce en fonction des botanistes qui l'ont baptisée - ce qui n'est malheureusement pas rare en botanique et qui complique bien inutilement les choses -, espèce originaire d'Afrique du Nord, introduite et cultivée aux Antilles dès le 16^{ème} siècle, qui a vu sa culture se répandre et s'intensifier considérablement au cours des vingt dernières années dans diverses régions du monde où le climat et le sol s'y prêtent.

Cette étude est exclusivement consacrée à l'Aloé Vera (seul nom botanique que j'utiliserai tout au long des pages qui suivent, celui-ci étant le plus usité dans les milieux scientifiques et le langage commun) car c'est l'espèce qui a été la plus étudiée au cours des dernières décennies et celle qui est à la base de la quasi-totalité des spécialités commerciales existant sur le marché.

Mais il vous faut bien savoir que les deux autres espèces citées ci-dessus (Aloès Arborescens et Aloès Ferox) présentent un intérêt tout aussi important avec un champ d'applications très voisin.

L'Aloé Vera appartient à la famille des liliacées, à laquelle appartient également l'ail, l'asperge, la jacinthe, le lys, la tulipe, etc., et pas du tout le lilas comme vous pourriez le supposer (encore une autre subtilité des nomenclatures botaniques!). L'un de ses nombreux surnoms est d'ailleurs le «Lys du désert».

L'Aloé Vera est une plante arborescente d'environ 80 cm de haut (1,80 m avec les hampes florales), aux racines courtes et peu profondes, dont la tige très courte, robuste et ligneuse, porte un faisceau de feuilles charnues, de forme lancéolée à section triangulaire et aux extrémités pointues, qui sont disposées en rosette (les jeunes feuilles poussant au milieu et les plus vieilles étant à l'extérieur).

Ces feuilles lisses à cuticule épaisse, d'une très belle couleur verte, atteignent 80 cm de long et 10 cm dans leur plus grande largeur, avec des bords munis d'épines jaune clair.

La coupe transversale de l'une de ces feuilles permet de distinguer successivement, en allant de l'extérieur vers l'intérieur la cuticule, une couche épidermique chlorophyllienne, un derme cellulosique dans lequel circule une sève (ou suc) rouge brunâtre tirant sur le jaune (le «sang» de l'Aloès) substance très amère à partir de laquelle sont préparées les formes traditionnelles d'utilisation pharmaceutique à visée digestive (notamment laxatives), et enfin, au centre, la pulpe proprement dite parenchyme mucilagineux incolore très épais, qui n'est autre que le fameux gel de l'Aloé Vera, tant recherché pour ses multiples propriétés salutaires.



Les fleurs, réparties habituellement sur deux ou trois hampes (chacune d'elle en portant plusieurs dizaines), sont tubuleuses, pendantes, en forme de petites trompettes de couleur jaunâtre, et éclosent successivement. Le fruit est une capsule.

A l'état naturel, l'Aloé Véra pousse sur des terrains sablonneux et calcaires de régions semi-désertiques au climat chaud et sec dans de nombreuses parties du monde : Afrique du Nord, Proche-, Moyen- et Extrême-Orient, sud de l'Amérique du Nord, Amérique Latine. Sa durée de vie dépasse rarement une trentaine d'années, et sa reproduction s'opère par graines ou, beaucoup plus facilement, par les rejets (ou stolons véritables clones de la plante mère) qui poussent autour de son pied. Très facile à cultiver, il est dorénavant planté industriellement sur de vastes étendues dans divers pays : Etats-Unis, Mexique, Caraïbe, Philippines, Espagne...

COMPOSITION ANALYTIQUE

L'analyse chimique de la feuille d'Aloé Véra commence après 1850 avec l'isolement du principal principe actif de sa sève qui fut dénommé aloïne, substance à l'origine de ses propriétés digestives (stomachique, cholagogue et laxative) qui étaient les seules officiellement reconnues par la médecine occidentale de l'époque.



Ce n'est que beaucoup plus tard, après 1930, que de nouvelles recherches analytiques tentent de trouver les autres principes actifs susceptibles d'expliquer ses nombreuses autres vertus en rapport avec le gel de sa pulpe fraîche. Sa composition se complète alors progressivement au fil des années avec l'évolution des moyens techniques d'analyse, de plus en plus performants, dont disposent les chercheurs.

C'est ainsi qu'actuellement, sans pouvoir dire que l'on ne trouvera pas encore de nouvelles substances actives, on peut considérer que la composition de la feuille d'Aloé Véra est pratiquement connue en totalité pour ce qui est de ses composants actifs les plus essentiels.

Compte tenu de la variabilité de certains pourcentages quantitatifs tributaires de la variété d'Aloé Véra, de la nature du sol, des conditions météorologiques, des méthodes d'extraction, et, je me contenterai de vous donner ici la seule composition qualitative telle qu'elle ressort des derniers travaux réalisés en la matière.

La feuille fraîche de l'Aloé Véra contient essentiellement :

- Des dérivés anthracéniques (spécifiques de la sève), barbaloïne (nom maintenant adopté par la plupart des Pharmacopées en remplacement d'aloïne), aloe-émodol ou aloe-émodine, isobarbaloïne, aloïnosides et hydroxy-aloïnés.

- Des mono et polysaccharides : cellulose, glucose, mannose, aldontose et L-rhamnose.

- Des acides aminés : acide glutamique, acide aspartique, alanine, arginine, cystine, glycine ou glycolle, histidine, isoleucine, leucine, lysine, méthionine, phénylalanine, proline, serine, thréonine, tyrosine et valine. Il est important de noter que cette longue liste d'acides aminés comporte 7 des 8 acides aminés indispensables à la vie que notre organisme ne peut pas synthétiser et qu'il lui faut donc trouver journallement dans l'alimentation.

Cette richesse en acides aminés essentiels confère à l'Aloé Vera un atout diététique, entre autres, dont l'intérêt est tout à fait évident.

- **Des éléments minéraux** calcium, chlore, cuivre, chrome, fer, lithium, magnésium, manganèse, phosphore, potassium, sodium, zinc, pour ne citer que les plus importants. Éléments qui jouent tous, même à doses infinitésimales (oligo-éléments), un rôle capital au niveau de nombreuses réactions biochimiques qui régissent le métabolisme cellulaire en général.
- **Des vitamines** A - B1 ou thiamine - B2 ou riboflavine - B3 ou vitamine PP ou nicotinamide - B6 ou pyridoxine - B9 ou acide foBque - B 12 ou cyanocobalamine - C ou acide ascorbique et E ou tocophérol. Il est utile de rappeler le rôle important joué par ces vitamines dans le développement harmonieux et le maintien en bon équilibre de l'organisme humain dans son ensemble.
- **Des enzymes** (ou diastases) : amylase, catalase, cellulose, lipase, oxydase et phosphatases, qui ont des rôles spécifiques de catalyseurs dans de nombreuses réactions chimiques organiques essentielles.
- **D'autres constituants non négligeables** : aloésine, aloénine, acide cinnamique, acide Chrysophanique, résistanol (dérivé alcoolique de l'acide cinnamique), lignine, saponines, choline (dont l'action participe à la régulation du taux de cholestérol dans le sang, au bon fonctionnement du foie et aux processus de mémorisation), huiles volatiles, etc.

Comme pour de nombreuses autres plantes médicinales, la feuille de l'Aloé Vera comporte une multitude de principes actifs et de composants (plus de 150) associés de façon très complexe, dont la reconstitution est absolument impossible à réaliser en laboratoire.

Cette richesse de composition est certainement à l'origine des multiples vertus ancestrales de l'Aloé Vera, sans que l'on puisse toujours attribuer telle ou telle action à tel ou tel composant (en dehors de la barbaloine et autres dérivés anthracéniques de la sève dont on sait qu'ils sont à l'origine des propriétés digestives).

Il est d'ailleurs vraisemblable que beaucoup de ses propriétés sont le fait d'une action synergique de plusieurs d'entre eux peut-être même, pour certaines, de la totalité selon un dosage privilégié parfaitement équilibré. Les études qui se poursuivent toujours intensément dans ce domaine permettront sans doute de répondre plus précisément, un jour prochain, à toutes ces questions en suspens. Toutefois, dans l'attente d'avoir la satisfaction intellectuelle de pouvoir apporter de telles réponses, et compte-tenu de sa non-toxicité, rien n'empêche de profiter dès maintenant des salutaires propriétés de cette «plante médecin».



CULTURE ET RECOLTE

Il peut s'agir, soit de la culture de l'Aloé Vera chez soi en pot dans votre appartement ou en pleine terre dans votre jardin, pour vos besoins personnels ; soit de la culture de plantes par dizaines ou centaines de milliers, destinées aux usines de transformation et de commercialisation industrielles.

1) Culture et récolte individuelle

Il suffit de vous procurer un plant d'Aloé Vera (en l'achetant, ou en demandant un rejet à quelqu'un qui en possède déjà un) et de le mettre dans un pot de taille adaptée que vous pourrez sortir à la belle saison mais que vous devrez rentrer impérativement à l'automne si vous habitez une région froide avec des possibilités de gel ; ou bien en pleine terre dans votre jardin si le climat y est doux toute l'année.

Pour ce qui est de la culture en pot, il est conseillé de changer la taille de celui-ci chaque année en suivant le rythme de croissance jusqu'à la taille adulte, en ajoutant éventuellement, à chaque fois, un peu de fertilisant. La fréquence d'arrosage est très variable suivant la saison, la température ambiante, l'exposition, la nature de la terre, etc.

Il m'est donc difficile de vous donner des règles précises. Le principe de base consiste à maintenir la terre légèrement humide en arrosant si besoin est, ce qui selon les conditions peut aller de une à deux fois par semaine, en gardant toujours à l'esprit que l'Aloé Vera n'a pas un grand besoin d'eau. Résistez donc à l'envie de l'arroser trop souvent, même si la terre vous paraît un peu sèche en surface. Si vous le placez dans votre jardin, choisissez un coin très ensoleillé, et arrosez-le de préférence le matin de bonne heure à l'occasion de belles journées, seulement pour maintenir, là encore, la terre légèrement humide.

L'Aloé Vera est une plante très résistante et facile d'entretien, vous n'aurez donc aucun mal à en faire pousser si vous désirez avoir chez vous un «Docteur vert» toujours présent et disponible pour le traitement efficace de nombreux premiers soins.

*D'ailleurs, si cette culture vous intéresse, je vous recommande d'acquérir et de lire attentivement l'excellent ouvrage *Le Docteur vert ou Docteur Aloès* (LMV Editions - Paris - 1996), où son auteur, Robert Dehin, y consacre un chapitre entier fort détaillé et très complet. Vous y trouverez absolument tout ce qu'il vous faut savoir en ce domaine.*

La récolte individuelle est extrêmement simple, Il vous suffit de couper une belle feuille extérieure dont vous sectionnerez les extrémités supérieure et inférieure, ainsi que les deux côtés, avant d'enlever délicatement, avec un grand couteau, la cuticule et le derme contenant la sève rougeâtre, pour ne garder que le magnifique «filet» transparent de la pulpe que vous utiliserez alors, immédiatement, pour l'usage recherché.



2) Culture et récolte industrielle

Elle est effectuée par des agriculteurs professionnels sur d'immenses surfaces dans certaines régions du monde au climat adéquat. La plupart de ces exploitants pratiquent d'ailleurs la culture «biologique» de l'Aloé Vera, c'est-à-dire sans aucun engrais ni pesticides, avec rotation des cultures et des jachères, afin de produire des plantes les plus naturelles qui soit et riches de toutes leurs potentialités. Les feuilles extérieures sont récoltées manuellement, à raison de deux ou trois à la fois, tout au long de l'année au fur et à mesure qu'elles arrivent à maturité, par des ouvriers spécialisés utilisant une technique de coupe qui préserve à la fois la plante et la pulpe de la feuille.

Compte-tenu de ces coupes régulières, chaque plante doit généralement être remplacée par un nouveau plant tous les deux ou trois ans. Sitôt coupées, les feuilles sont directement recueillies par tapis roulant dans une remorque qui, une fois pleine, les transporte rapidement aux unités d'extraction et de stabilisation, situées à proximité des plantations, pour y être instantanément traitées.



Les producteurs d'Aloé Vera se répartissent schématiquement en trois catégories:

- Les planteurs indépendants qui le cultivent et le vendent sans transformation aux deux autres catégories ci-après.
- Les planteurs manufacturiers qui le cultivent et le transforment pour fabriquer leurs propres produits.
- Les fabricants manufacturiers qui ne font qu'acheter l'Aloé Vera pour fabriquer des produits bruts, ou transformés, destinés à la revente en gros ou au détail.

Dans l'agro-industrie actuelle de l'Aloé Vera, il faut savoir que ce sont les américains qui occupent la toute première place avec des millions de plantes réparties principalement au Texas (notamment dans la vallée du Rio Grande), en Floride et en Californie.

EXTRACTION ET CONSERVATION

Il faut distinguer ici l'extraction de la sève et celle de la pulpe qui donnent lieu à la réalisation de produits aux usages totalement différents.

1) Sève ou suc

Autrefois, la sève était collectée par simple écoulement dans une peau de chèvre, une auge de bois, ou tout autre contenant rudimentaire, puis concentrée par simple évaporation à l'air libre, ou par ébullition sur un feu pendant quelques heures avant de laisser refroidir. On obtenait ainsi une masse résineuse compacte brun foncé.

Actuellement, des techniques industrielles ont remplacé ces moyens artisanaux. La concentration de la sève collectée se fait dans des chambres avide qui permettent d'obtenir à la finale une poudre fine de teinte rougeâtre à brun rouge, d'odeur forte caractéristique et à saveur amère très désagréable.

C'est à partir de cette sève concentrée et séchée, qui se conserve bien, que sont préparées les différentes formes galéniques (poudre et teinture principalement) utilisées dans la préparation des spécialités pharmaceutiques allopathiques et homéopathiques à base d'Aloé Vera destinées exclusivement aux indications digestives.

2) Pulpe ou gel

Jusqu'à ces dernières décennies, la pulpe fraîche, du fait de sa rapide dégradation à l'air libre par oxydation, ne pouvait être utilisée qu'immédiatement après avoir été prélevée dans la feuille, ce qui limitait son usage aux seules personnes ayant un Aloé Vera à portée de main.

Fort heureusement, la mise au point d'un procédé naturel de stabilisation de la pulpe fraîche par le pharmacien Bill Coats (déjà cité) à la fin des années 60 a permis la mise en place de méthodes industrielles d'exploitation et d'extraction pour une commercialisation à grande échelle. Je me bornerai à vous détailler succinctement ici la méthode d'extraction et de conservation résultant de ces travaux, méthode qui est certainement la meilleure parmi toutes celles existant actuellement pour obtenir une pulpe dotée de toutes ses vertus naturelles.

Les feuilles, arrivant en provenance des champs de culture où elles viennent juste d'être coupées, sont d'abord déversées dans un immense bac d'eau claire où elles subissent un prélavage avant de rejoindre sur tapis roulant un appareil de lavage automatique qui va les nettoyer à fond grâce à de puissants jets d'eau. Reprises sur tapis roulant, les feuilles ont leurs deux extrémités tranchées manuellement avant de passer, après un dernier rinçage, dans un extracteur spécialement conçu pour faire sortir la pulpe fraîche de la feuille par une simple et très légère pression mécanique. Cette pulpe est recueillie directement à la sortie de l'extracteur, tandis que les feuilles «dépulpées» sont évacuées à l'extérieur pour y être compostées en vue de leur épandage sur les champs comme fertilisant.

La pulpe fraîche recueillie dans l'extracteur est alors immédiatement stabilisée en l'homogénéisant avec certaines substances qui vont neutraliser l'action des enzymes qui sont à l'origine de son oxydation et rancissement rapide au contact de l'air, mais cela sans les détruire compte-tenu de leur importance dans certaines actions du gel. La formulation utilisée pour cette stabilisation naturelle, qui conserve à la pulpe l'intégralité et l'intégrité de la totalité de ses composants, donc de l'ensemble de ses vertus, est évidemment tenue en partie secrète du fait des énormes intérêts commerciaux qui en dépendent.

Ainsi récoltée et stabilisée, la pulpe fraîche de l'Aloé Vera se conserve parfaitement et peut alors être intégrée à la demande, sans aucun problème, dans des produits spécialisés, produits qui sont encore, le plus souvent, stabilisés pour une plus grande sécurité et une meilleure efficacité. Il existe d'autres techniques (pressage de la feuille entière suivie de l'extraction des éléments indésirables par filtration, déshydratation, lyophilisation, etc.), mais qui aboutissent toutes à l'obtention d'une pulpe privée, peu ou prou, de l'intégralité ou (et) de l'intégrité de ses composants, avec pour conséquences des produits pouvant être de bonne qualité mais de moins-grande efficacité.



FORMES DE PRESENTATION

A partir des produits de base issus de la sève ou de la pulpe fraîche, les manufacturiers fabriquent et conditionnent des spécialités adaptées aux différents usages de l'Aloé Véra et destinées aux marchés pharmaceutique, diététique, cosmétologique et vétérinaire.

Ses usages étant multiples, les formes de présentation de l'Aloé Véra sont fort nombreuses (plusieurs dizaines) sous forme de:

- *Pilules, comprimés, gélules, à base d'extraits de sève (poudre ou teinture) pour l'usage médical allopathique. Formes de moins en moins utilisées du fait de leurs effets irritants sur les intestins et leurs nombreuses contre-indications.*
- *Granules, solutions buvables, à base des mêmes extraits que ci-dessus mais dilués et «dynamisés» pour l'usage médical homéopathique.*
- *Jus, boissons (souvent aromatisées avec des jus de fruits), crèmes pour usages divers (visage, mains, corps, rasage, etc.), gels, émulsions, laits, lotions, masques, poudres de beauté, fonds de teint, rouges à lèvres, baumes, onguents, savons, shampooings et après-shampooings, dentifrices, bains de bouche, produits de protection solaire, déodorants, etc., à base de pulpe (fraîche stabilisée ou reconstituée) pour les usages : diététique, cosmétologique et vétérinaire. Mais attention, il faut qu'il y ait un fort pourcentage de pulpe dans ces spécialités pour en retirer tous les bienfaits escomptés, ce qui n'est malheureusement pas le cas de toutes celles existant sur le marché.*

La seule mention «Aloé Véra», et encore moins «Aloès», sur une étiquette ne suffit donc pas pour être sûr de la qualité du produit présenté. C'est pourquoi je vous recommande d'acheter les seuls produits portant sur leurs emballages le label I.A.S.C. (International Aloé Science Council), organisme officiel de contrôle créé à la demande des grands manufacturiers pour éviter certains abus commerciaux en la matière, label qui atteste que la spécialité concernée répond bien aux normes optimales de qualité pour tous les paramètres qui conditionnent son efficacité.

Quelles sont les vertus de l'Aloé Véra?

A la lumière des innombrables observations empiriques accumulées au fil du temps et des centaines de travaux scientifiques rigoureux (analytiques, pharmacologiques, cliniques, etc.) réalisés au cours des trente dernières années, il est désormais bien établi que l'Aloé Véra possède de nombreuses propriétés fort utiles à la santé. Je ne citerai ici que celles qui sont parfaitement confirmées à ce jour, laissant délibérément de côté toutes celles qui demandent des études complémentaires pour être validées sur le plan médical, ce à quoi s'emploient activement de nombreux chercheurs. Et puis, pour que les choses soient bien claires, je distinguerai les propriétés liées à la sève (ou suc) de celles liées à la pulpe (ou gel) qui sont totalement différentes.

1) *La sève de l'Aloé Véra possède exclusivement des propriétés:*

- *Digestives (en rapport avec les dérivés anthracéniques qu'elle contient) au niveau des trois étages majeurs qui président aune bonne digestion, à savoir:*



- *Stomachique, c'est-à-dire qui favorise et facilite la fonction gastrique.*
- *Cholagogue, c'est-à-dire qui facilite l'évacuation de la bile des voies biliaires extra-hépatique et surtout de la vésicule.*
- *Laxative, c'est-à-dire qui facilite l'évacuation des selles.*

A signaler également, pour mémoire car peu de praticiens y ont recours aujourd'hui, que la sève d'Aloé Véra, du fait de sa saveur amère très désagréable, peut être utilisée en badigeonnage sur les doigts des enfants «suceurs» comme remède de dissuasion afin d'éviter certaines malformations dentaires ou (et) maxillaires qui surviennent souvent dans de tels cas.

2) La pulpe de l'Aloé Véra possède de très nombreuses propriétés qui peuvent être classées de la façon suivante:

- ***Dermatologiques***, du fait de ses actions : hémostatique, anesthésique, bactéricide, cicatrisante et anti-inflammatoire (liées à nombre de ses composants agissant vraisemblablement en parfaite synergie) qui sont toutes fondamentales pour obtenir rapidement la guérison d'une grande part de la pathologie cutanée traumatique (blessures, brûlures, irritations, etc.), ou non traumatique (les dermatoses en général).

- ***Nutritionnelles***, dans le cadre de la complémentarisation alimentaire. La pulpe de l'Aloé Véra apporte un appoint en éléments vitaux (acides aminés, minéraux et oligo-éléments, vitamines, etc.) quantitativement peu important mais qualitativement d'une très grande richesse. Cette richesse qualitative débouche sur une bonne rééquilibration organique et augmente la résistance du terrain biologique, lui permettant ainsi de mieux résister aux agressions de toutes sortes (microbiennes, stress, etc.) dont il est en permanence l'objet.

- ***Cosmétologiques***, du fait de ses extraordinaires actions cutanées rééquilibration du pH cutané, desquamation des cellules mortes de l'épiderme, hydratation et nourrissage de la peau en profondeur, stimulation de la multiplication cellulaire des fibroblastes du derme qui font de la pulpe de l'Aloé Véra un véritable «régénérateur» cutané. Actions auxquelles s'ajoutent encore ses propriétés : astringentes, adoucissantes et protectrices, qui en font l'un des plus remarquables produits naturels de beauté que l'on puisse trouver.

- ***Digestives***, notamment une bien meilleure digestion des aliments (grâce aux nombreuses enzymes qu'elle contient) avec diminution des putréfactions intestinales, ainsi qu'une légère action apéritive et une action tonifiante sur les intestins susceptible de régulariser un transit intestinal ralenti, mais sans action laxative proprement dite. D'autres propriétés très importantes (antiulcéreuse gastrique, antidiabétique, etc.), en voie d'être reconnues, viendront certainement enrichir cette liste dans un proche avenir, et je ne manquerai pas de vous en faire part au fil des prochaines éditions de cet opuscule. **Mais d'ores et déjà, il s'avère que l'Aloé Véra est une plante qui possède de nombreuses et salutaires propriétés dont il ne tient qu'à vous de pleinement profiter pour une bonne ou meilleure santé.**



Quelles sont les utilisations de L'Aloé Véra?

Les utilisations de l'Aloé Véra étant fort nombreuses, je les ai classées, pour une plus grande clarté, en quatre sous-chapitres consacrés respectivement à chacun de ses principaux domaines d'activité, à savoir : médical, alimentaire, cosmétologique et vétérinaire.

L'ALOE VERA POUR VOUS GUERIR

Les multiples surnoms populaires attribués à l'aloès en général, et à l'Aloé Véra en particulier, de l'Antiquité à nos jours, reflètent, tels d'excellents slogans publicitaires, l'importance qu'il a toujours eu dans le domaine médical. En voici quelques-uns parmi les plus connus Le médecin du ciel - La plante médecin - La plante qui guérit - La plante miracle - La plante des premiers soins - La plante des brûlures - Le remède d'harmonie - Le Docteur végétal - Le Docteur vert - Le Docteur Aloès - Le Docteur en pot – Le guérisseur silencieux - La fontaine de jouvence ~ L'élixir de longue vie...

Les nombreux textes historiques qui vantent ses salutaires vertus ne sont pas moins nombreux, et je ne résiste pas au plaisir de vous citer celui de Christophe Colomb qui a le mérite d'être à la fois court et très représentatif de la plupart des autres: «Quatre végétaux sont indispensables à la vie de l'homme: le blé, la vigne, l'olivier et l'aloès. Le premier te nourrit, le deuxième te réjouit, le troisième t'harmonise et le quatrième te guérit. » C'est d'ailleurs lui qui a baptisé l'Aloès le «Docteur en pot».



Avant toutes choses, je tiens à préciser que si toutes les indications énumérées ici sont bien réelles, cela ne signifie nullement, bien entendu, que l'Aloé Véra est à lui seul toujours capable de résoudre totalement le trouble pathologique concerné, et de rétablir complètement ou définitivement l'état de bonne santé.

Cette réserve étant faite, l'Aloé Véra n'en reste pas moins une plante susceptible de nous aider sur le plan thérapeutique dans de très nombreux cas, toujours un peu, souvent beaucoup, et comme l'exagération nuit toujours à la cause d'un produit de qualité, j'ai gardé la tête froide en éliminant diverses indications, avancées par certains auteurs, qui ne m'ont pas paru présenter encore suffisamment de garanties scientifiques expérimentales ou de régulière efficacité empirique. De plus, et pour que les choses ne prêtent à aucune confusion, j'ai indiqué en caractères gras les indications majeures où l'Aloé Véra utilisé seul, ou presque, donne en règle générale d'excellents résultats, et en caractères italiques les indications essentielles où il donne souvent de bons effets, soit seul, soit en complément thérapeutique.

Ce préalable étant bien établi, voyons ensemble les meilleures indications de l'Aloé Véra pour bien et mieux se porter, en séparant, là encore, les indications de la sève et de la pulpe

1) Indications des produits à base de sève d'Aloé Véra

a) En thérapeutique allopathique (par voie buccale) :

- Insuffisance digestive gastrique.
- Insuffisance biliaire et troubles de l'évacuation vésiculaire.
- Constipation fonctionnelle chronique.

Il existe encore en pharmacie quelques rares spécialités (où l'Aloès d'ailleurs le plus souvent associé à d'autres plantes d'action complémentaire).

Ces spécialités ne sont pratiquement plus prescrites aujourd'hui, le corps médical donnant la préférence à des laxatifs naturels plus doux et sans contre-indication.

b) En thérapeutique homéopathique (par voie sublinguale):

- Syndromes diarrhéiques et dysentériques.
- Hémorroïdes.

Les homéopathes utilisent des granules ou solutions buvables contenant des extraits de sève dilués et «dynamisés» d'Aloé Véra, le plus souvent associés à d'autres substances choisies en fonction du «terrain» de chaque patient.

2) Indications de la pulpe fraîche d'Aloé Véra ou des produits qui en contiennent en proportion importante



a) Indications générales (par voie buccale) :

- Etats de fatigue.
- Etats carenciels.
- Terrains déficients.

b) Indications particulières (par voie buccale ou locale) :

- Sphère cardio-vasculaire (par voie buccale) : Hypercholestérolémie et artériosclérose avec ses conséquences cardio-cérébrales.
- Sphère digestive (par voie buccale) : Ballonnements et flatulences - Mauvaise haleine d'origine digestive-Irritation colique -Constipation fonctionnelle.
- Sphère ostéo-ligamentaire (par voie locale externe) : Foulures -Entorses - Tendinites (en association, le plus souvent, avec l'application simultanée de glace ou d'aimants).
- Sphère dermatologique (par voie locale externe) qui constitue le champ d'action privilégié de la pulpe d'Aloé Véra:
 - Brûlures à tous les degrés (dont les coups de soleil qui sont des brûlures au 1er degré) et quelles qu'en soient les causes : feu, liquides bouillants, électricité, rayons X, etc.
 - Engelures, gerçures et crevasses.
 - Ampoules, rougeurs (érythèmes) et irritations cutanées en général, notamment l'érythème fessier du nourrisson.

- Ecorchures, coupures et blessures dans leur ensemble, ainsi que les contusions.
- Ulcères variqueux et ulcérations en général, ainsi que toutes les cicatrisations lentes et difficiles.
- Vergetures (préventivement et curativement).
- Piqûres d'insectes et prurits de localisations diverses (y compris le prurit anal et le prurit vulvaire chez la femme).
- Psoriasis, lupus érythémateux et certaines formes d'eczéma.
- Herpès buccal et génital.
- Séborrhée du cuir chevelu, états pelliculaires et chute anormale des cheveux.
- Vieillesse prématuré de la peau (préventivement et curativement).
- Sphère ophtalmologique (par voie locale externe): Fatigue oculaire -Orgelet - Conjonctivite - Cataracte.
- Sphère stomatologique (par voie locale interne):
- Inflammations des gencives (gingivites), de la langue (glossites) et de la muqueuse buccale (stomatites).
- Suites opératoires d'extraction dentaire ou parodontales et hygiène bucco-dentaire habituelle.
- Sphère endocrinienne (par voie buccale) : Suite à une expérimentation sur 5 000 patients ayant duré cinq ans, la pulpe fraîche d'Aloé Véra incorporée à l'alimentation semble apporter une nette amélioration du diabète gras.

Cette importante étude demande toutefois à être confirmée par d'autres travaux. Comme je vous le disais précédemment, je vous tiendrai au courant dans une prochaine édition. **Il existe un grand nombre de spécialités correspondant à chacune de ces indications que vous trouverez auprès de vendeurs indépendants qui travaillent pour des sociétés spécialisées dans la vente de produits à base de pulpe d'Aloé Véra).** Chacune de ces spécialités est accompagnée de conseils d'utilisation qu'il vous suffit de suivre pour en obtenir les meilleurs résultats.



L'ALOE VERA POUR VOUS NOURRIR

Depuis la fin de la deuxième guerre mondiale, de nombreux facteurs participent à la dégradation de notre alimentation quotidienne:

- l'appauvrissement progressif des sols agricoles, source d'un appauvrissement direct des aliments végétaux.
- les méthodes intensives à croissance accélérée de culture et d'élevage.
- les traitements végétaux et animaux intempestifs, voire toxiques.
- les techniques modernes de fabrication industrielle, ainsi que celles de conservation et de distribution.
- les nouvelles habitudes alimentaires, avec une consommation de plus en plus importante d'aliments essentiels raffinés à l'excès.
- la pratique de régimes hypocaloriques, souvent injustifiés, qui suppriment beaucoup d'aliments riches en éléments vitaux.

Tous ces facteurs s'ajoutent les uns aux autres pour déboucher sur l'un des plus beaux paradoxes de notre société de consommation.

Nous mangeons beaucoup et, dans le même temps, nous sommes carencés en éléments indispensables à notre bon équilibre. Trop de calories d'un côté, pas assez d'éléments vitaux de l'autre, deux des causes majeures d'une grande part de la pathologie contemporaine correspondant à ce qu'il est convenu d'appeler avec justesse «les maladies de civilisation», pathologie contre laquelle la science médicale n'arrive pas à faire face malgré ses énormes possibilités actuelles.

En effet, ces micro-carences quotidiennes en éléments vitaux fondamentaux (acides aminés, éléments minéraux, vitamines, etc.) entraînent un état de déséquilibre et un affaiblissement insidieux de nos organismes qui deviennent plus fragiles, donc davantage réceptifs à la moindre agression physique ou psychique, débouchant très souvent sur des troubles fonctionnels ou lésionnels plus ou moins graves à plus ou moins court terme.

Et cela d'autant plus que les mauvaises conditions de vie (pollution, stress, etc.) qui touchent une grande partie de la population dans les sociétés industrielles comme la nôtre, impliquent un besoin accru de ces éléments vitaux.

Aussi, si nous voulons échapper aux fâcheuses conséquences de cet état de choses, il faut, après avoir pris pleine conscience de l'importance du «bien se nourrir» dans la prévention de nombreuses maladies de notre temps, y pallier individuellement avec la plus grande efficacité possible. A défaut de pouvoir trouver dorénavant une nourriture biologiquement normale, du moins pouvons-nous encore apporter un complément à ces insuffisances.

C'est exactement le rôle des «compléments alimentaires»

Un complément alimentaire est un produit naturel très riche en nutriments et principes actifs majeurs absolument indispensables au bon fonctionnement de notre «usine biologique» et au bon rétablissement de ses différentes fonctions quand celles-ci sont perturbées. Ce n'est pas pour autant un médicament et, en aucun cas, il ne vise à remplacer un traitement médical, même s'il peut grandement aider à la guérison de nombreux problèmes de santé.

Or, comme vous l'avez vu dans le chapitre consacré à sa composition, la pulpe de l'Aloé Vera est particulièrement riche en :

- *acides aminés, avec 18 des 22 aminoacides présents dans notre organisme, dont 7 des 8 dits «essentiels» qui sont indispensables à la vie, que l'organisme ne peut pas synthétiser et qu'il lui faut donc trouver journalièrement dans l'alimentation.*
- *éléments minéraux, dont chacun a un rôle capital, souvent indispensable, même à doses infinitésimales (oligo-éléments), dans de nombreuses réactions biochimiques participant au bon fonctionnement du métabolisme cellulaire de tout l'organisme, et dont la carence est à l'origine de multiples troubles maladiés.*
- *vitamines, dont les quantités (loin de couvrir nos besoins) constituent un appoint des plus utiles.*
- *enzymes, qui facilitent la digestion et favorisent l'assimilation des autres aliments de la ration habituelle, avec pour conséquence un bien meilleur apport de nutriments pour l'organisme.*



Notre alimentation quotidienne, qualitativement appauvrie, peut donc être notablement rééquilibrée par l'apport de pulpe fraîche d'Aloé Véra dans notre ration journalière.

Pour ne citer qu'un exemple, ne pensez-vous pas qu'il est préférable de prendre un bon cocktail d'oligo-éléments sous forme naturelle organique avec un verre de jus d'Aloé Véra, que d'en prendre seulement deux ou trois sous forme minérale (moins bien assimilée que sous forme organique) avec une spécialité pharmaceutique ? Bien sûr que si. De même, pour ce qui est de nombreux autres de ses composants. A cet effet, la pulpe d'Aloé Véra, sous forme de gel ou jus à boire, peut constituer un bon complément alimentaire dont il y a lieu de ne pas vous priver. Toutefois, quand je dis «bon», c'est pour la santé, car le goût amer assez prononcé de ces boissons ne plait pas atout le monde... Pour ceux qui sont sensibles à l'amertume, sachez qu'il est possible de les rendre plus agréables en y ajoutant du miel ou un jus de fruits (quelques spécialités sont d'ailleurs directement aromatisées lors de leur conditionnement par certains fabricants).



L'ALOE VERA POUR VOUS EMBELLIR

Toujours grâce à sa richesse en nutriments vitaux, mais aussi, et surtout, du fait de ses remarquables propriétés régénératrices cutanées : hydratante et nourrissante, astringente, tonifiante, raffermissant, nettoyante, adoucissante et déodorante, la pulpe de l'Aloé Véra est «naturellement» un produit cosmétique de tout premier plan. En effet, elle a un pH très voisin de celui de la peau normale qui est voisin de 5 donc légèrement acide.

En conséquence, non seulement elle ne modifie pas ce pH cutané, mais elle le rééquilibre s'il est perturbé (ce qui est fréquemment le cas de nos jours avec les produits d'hygiène habituellement utilisés qui provoquent un pH alcalin favorisant l'apparition de nombreux problèmes de peau).

Elle a un extraordinaire pouvoir hydratant et nourrissant, à la fois rapide et en profondeur, merveilleusement complété par son pouvoir astringent. C'est ainsi que tout en apportant de l'eau, et les éléments vitaux qui l'accompagnent, aux tissus cutanés, elle permet aussi à la peau de conserver cet apport en totalité.

Grâce à ses enzymes protéolytiques, elle élimine les cellules mortes de l'épiderme, ce qui permet à la peau de mieux «respirer» et d'avoir une meilleure irrigation sanguine capillaire, donc de mieux se régénérer, avec pour conséquence immédiate un plus joli teint.

Elle active la croissance cellulaire des fibroblastes du derme, cellules qui sont à l'origine de la fabrication du collagène rentrant dans la composition de la substance intercellulaire fondamentale de la peau, avec un effet rapide de raffermissement des tissus cutanés et, à moyen terme, un net ralentissement du vieillissement de la peau, d'où une apparition plus tardive des rides.

En réduisant la transpiration, et grâce à ses propriétés bactéricides qui détruisent certaines bactéries cutanées à l'origine de mauvaises odeurs, elle constitue également un bon déodorant naturel. Toutes ces actions se conjuguent pour donner une peau douce, souple, ferme, au teint éclatant et d'une grande fraîcheur, ainsi qu'un cuir chevelu sain avec des cheveux plus solides, souples et brillants.

C'est ainsi que la pulpe d'Aloé Véra (associée ou non à d'autres produits actifs bénéfiques à la peau : vitamine E, huiles végétales, etc.) est très efficace, préventivement et curativement, dans de nombreux domaines touchant à la beauté de la peau et des cheveux, tout particulièrement:

- **L'entretien physiologique des peaux normales et le traitement des peaux trop sèches, trop grasses ou très fragiles.**
- **La protection contre les méfaits cutanés du soleil, du vent et de la pollution citadine.**
- **En fond de base avant maquillage, et comme démaquillant avant de se coucher.**
- **L'entretien des cheveux qu'elle fortifie, avec amélioration et régularisation des problèmes de cuir chevelu sources de pellicules et de chute anormale des cheveux (souvent ici en association avec une huile végétale comme l'huile d'olive vierge ou l'huile de jojoba).**
- **L'hyper sudation (ou hyperhidrose) et les odeurs peu agréables qui peuvent en résulter.**
- **L'atténuation des vergetures et des cicatrices disgracieuses.**
- **Le raffermissement des seins après l'accouchement, l'allaitement, ou une cure d'amaigrissement.**
- **Le traitement des «points noirs», de l'acné et des rougeurs diverses du visage.**
- **L'amélioration de la cellulite en massages et cataplasmes locaux, où elle est généralement associée à d'autres plantes d'action complémentaire pour une plus grande efficacité (Fucus vésiculeux, Lierre rampant, etc.)**



Je vous signale d'ailleurs que, dans ce domaine de la beauté, la prise par voie générale interne est vivement recommandée en même temps que les soins externes, car la véritable beauté est aussi le reflet d'un bon équilibre physiologique auquel la pulpe d'Aloé Véra prise de façon alimentaire, peut contribuer grandement. Il existe quelques préparations cosmétiques à base de pulpe d'Aloé Véra qui peuvent être faites par soi-même crème et masques de beauté, shampoings, etc, mais cela est souvent long et peu aisé à réaliser.

Je vous conseille donc de faire appel à des produits spécialisés prêts à l'emploi qui répondent exactement à vos besoins. Il en existe de nombreuses gammes dont chacun des produits répond à un usage précis. Mais attention, tout comme pour les autres produits de beauté, il existe le meilleur et le pire...

Là encore, la simple mention «Aloé Véra» sur un emballage est loin d'être suffisante pour en obtenir toute l'efficacité escomptée. Faites donc appel à des produits suffisamment dosés, parfaitement contrôlés et testés.

Pour cela, informez-vous sur le sérieux de la marque (le label I.A.S.C. dont je vous ai déjà parlé est une excellente garantie), questionnez une esthéticienne qui en a l'expérience, renseignez-vous auprès de personnes qui en utilisent déjà avec une totale satisfaction. En suivant cette démarche, vous trouverez forcément ce qui se fait de mieux.

Alors, si vous voulez avoir une jolie peau, de beaux cheveux, un teint éclatant respirant la santé, ne cherchez plus : utilisez régulièrement des produits de beauté à base de pulpe fraîche d'Aloé Véra, très vite, vous ne pourrez plus vous en passer.



L'ALOE VERA EN MEDECINE VETERINAIRE

Le plus souvent, ce qui est bon pour l'humain est également bon pour l'animal. Cette assertion se vérifie totalement quant aux usages de l'Aloé Véra, et le «Docteur en pot» pourrait, tout aussi bien, être surnommé le « Vétérinaire en pot»

En effet, de très nombreuses études et expérimentations vétérinaires, réalisées au cours des dernières décennies, ont confirmé son usage empirique ancestral pratiqué sur les animaux par les guérisseurs traditionnels (sorciers, chamans, marabouts, etc.) des cinq continents.

Au point que le Docteur Holland, de la Faculté de Médecine Vétérinaire de l'Université du Minnesota, ne craignait pas de déclarer, il y a quelques années, que l'Aloé Véra était l'un des traitements aux propriétés les plus universelles qu'il lui ait été donné de rencontrer. C'est dire l'importance que lui accordent les plus grands spécialistes en la matière.

Sans être une plante miraculeuse dans ce domaine, l'Aloé Véra se révèle très efficace, en usage interne ou (et) externe, pour prévenir et guérir de multiples pathologies (plus spécifiquement traumatique, dermatologique, ophtalmique et infectieuse) qui touchent les chevaux, veaux, vaches, cochons, moutons, poules, chiens, chats, oiseaux, et bien d'autres animaux, cela sans aucune toxicité ni effets secondaires.

Dans la grande majorité des cas, l'Aloé Véra vous surprendra par la rapidité avec laquelle il remettra sur pied vos animaux domestiques ou de compagnie préférés, et sans que l'on puisse arguer ici du moindre effet placebo, mots si cher aux détracteurs de ces thérapeutiques douces et naturelles.

Il existe plusieurs spécialités à base de pulpe stabilisée d'Aloé Véra pour l'usage vétérinaire sous des formes adaptées faciles à utiliser (liquide, pommade, aérosol, etc.) dont il suffit de suivre les recommandations d'utilisation qui les accompagnent.

Ce sont des produits de qualité, parfaitement contrôlés, avec lesquels vous obtiendrez toujours d'excellents résultats.

TOUT LE MONDE PEUT-IL UTILISER L'ALOE VERA ?

Ici encore, il y a lieu de distinguer l'utilisation des produits à base de sève de celle des produits à base de pulpe fraîche.

1) *Les spécialités pharmaceutiques allopathiques contenant de la sève sous forme de poudre ou d'extrait (teinture principalement) sont souvent irritantes, à la longue, pour les intestins et présentent plusieurs contre-indications impératives qu'il faut bien connaître. Ce sont les colopathies, les diarrhées, les syndromes douloureux abdominaux de cause indéterminée, les varices, les hémorroïdes, le glaucome et la grossesse.*

2) *L'utilisation de la pulpe fraîche ou de produits en contenant sous forme stabilisée - A la lumière des travaux scientifiques publiés ces vingt dernières années, et des innombrables témoignages, dignes de foi, d'utilisateurs des quatre coins du monde accumulés jusqu'à aujourd'hui, il apparaît que la pulpe de la feuille d'Aloé Vera :*

- *est dénuée de toute toxicité et d'une totale innocuité.*
- *n'a aucune incompatibilité avec d'autres thérapeutiques.*
- *ne présente aucune contre-indication*
- *ne provoque aucun effet secondaire dans le cadre des modalités d'utilisation recommandées.*

Elle peut donc être utilisée à tout âge et en toutes circonstances sans la moindre arrière-pensée quelle que soit sa forme de présentation.

*Une seule petite restriction qui concerne les terrains allergiques. **Tout en étant rarissime, il arrive que l'application de certaines préparations à base de pulpe d'Aloé Vera provoque une légère allergie cutanée : éruption, démangeaisons, etc.***

Il faut savoir que le plus souvent, ce n'est pas la pulpe qui est en cause mais une substance d'accompagnement.

Pour s'en assurer, il suffit de faire un test avec de la pulpe fraîche: s'il ne se passe rien, ce n'est pas elle qui est en cause et il faut essayer une autre spécialité ; si les troubles réapparaissent identiques, c'est bien elle la responsable et il est alors préférable d'éviter tout usage externe quelle que soit sa forme de présentation.



OU TROUVER L'ALOE VERA?

Si vous habitez dans une région où l'Aloé Vera pousse naturellement à l'état sauvage, vous n'aurez évidemment aucune difficulté pour en avoir toujours sous la main. Mais il faut bien reconnaître que cela touche bien peu de gens en France. Vous pouvez aussi cultiver un (ou plusieurs) Aloé Vera en pot dans votre appartement, votre maison, sur votre terrasse (en le rentrant en hiver s'il fait froid), ou encore, en pleine terre, dans votre jardin si vous avez la chance d'en avoir un et que les conditions climatiques conviennent.

C'est ce que font de nombreuses personnes dans le sud des Etats-Unis et au Mexique, qui ont ainsi chez elles toute l'année un «Docteur vert» à leur entière disposition. Dans tous ces cas, vous pourrez profiter de la pulpe fraîche de l'Aloé Vera dans ses diverses utilisations de première nécessité, telles que : brûlures (dont les coups de soleil), écorchures et blessures diverses, piqûres d'insectes, etc.

Mais pour la plupart des nombreuses indications de l'Aloé Vera, c'est-à-dire dans la grande majorité des cas, il est nécessaire de recourir à des formes commerciales spécialisées, beaucoup mieux adaptées et surtout beaucoup plus faciles à utiliser, dans la mesure, bien sûr, où elles conservent la même efficacité que la pulpe fraîche.

En effet, je le répète encore une fois, car ce point est essentiel, la vogue récente de l'Aloé Vera a donné, et donne toujours, lieu à de nombreuses spécialités dont beaucoup ne sont pas toujours irréprochables, même si elles affichent «Aloès» en gros caractères sur leurs emballages. Il faut donc vous assurer du pourcentage existant dans la composition du produit que vous allez acheter.

Ce pourcentage (quand il est mentionné, car ce n'est pas toujours le cas et il y a lieu alors d'être très méfiant) peut aller de 1 à 100%, ce dernier étant évidemment celui dont il faut se rapprocher pour être au plus près de l'action de la pulpe fraîche.

Malheureusement, la composition du produit est souvent imprimée en caractères minuscules, à la limite de la lisibilité, ce qui ne facilite pas les choses... De plus, certains gels fabriqués à partir de poudre sont reconstitués par addition d'eau et de carraghénanes (mucilage extrait de certaines algues substances dont l'action épaississante leur donne une consistance proche du gel naturel.

De tels gels peuvent très bien comporter la mention pleinement justifiée de 99 ou 100% d'Aloé Vera alors qu'il s'agit d'une reconstitution dont l'efficacité est moindre que le gel originel simplement stabilisé. Pour en être sûr, regardez si la composition comporte de la «Mousse d'Irlande» : si c'est le cas, il s'agit d'un gel reconstitué.



Un autre artifice commercial également rencontré, consiste à mettre «Aloé Vera 100 % stabilisé» qui signifie en fait que l'Aloé Vera utilisé, quel que soit son pourcentage - même homéopathique est stabilisé à 100 %, et rien d'autre. Les choses, comme vous le voyez, ne sont pas simples et il est facile d'être dupé, par-là même, d'être déçu quant aux résultats escomptés. Soyez donc très vigilants.

La meilleure assurance consiste donc à n'acheter que des produits portant le label I.A.S.C., dont je vous ai déjà parlé, qui représente la plus haute autorité de surveillance dans ce domaine et constitue la meilleure garantie de qualité en matière d'Aloé Vera.

Si aux Etats Unis, on trouve l'Aloé Vera dans n'importe quelle pharmacie, drugstore ou magasin d'alimentation naturelle, il n'en est pas de même en France où il faut encore vraiment chercher pour trouver des produits de qualités contrôlés qui offrent toutes les assurances de bonne efficacité.

Il existe, heureusement, depuis quelques années, des sociétés de vente directe, notamment la société américaine FOREVER Living Products Internationale qui dispose d'un réseau international (dans plus de 148 pays sur les cinq continents) à travers lequel elle distribue une gamme complète de spécialités à base de pulpe fraîche exclusivement stabilisée, couvrant la totalité des indications et bénéficiant du label I.A.S.C.

Vous trouverez l'ensemble de ces produits auprès de ses nombreux distributeurs indépendants qui quadrillent l'ensemble de l'hexagone et des départements d'Outre-mer.

CONTACT : Thierry BAZIN – Tel : 06 14 94 54 61 – Email : creation-avenir@orange.fr

C'est certainement, pour l'heure, la meilleure façon de se procurer, et en plus au meilleur prix, les formes dont vous pouvez avoir besoin, que ce soit sur le plan thérapeutique, diététique, cosmétologique ou vétérinaire.



CONCLUSION

«Il ne faut pas rougir d'emprunter au peuple ce qui peut être utile à l'art de guérir»

Plus de 2 000 ans après, cette phrase d'Hippocrate, le plus illustre des médecins de l'Antiquité, auquel nous devons les fondements de notre médecine occidentale, redevient, avec l'Aloé Vera, d'une brûlante actualité. Bien sûr, il existe encore beaucoup d'inconnues quant aux nombreux mécanismes qui président aux actions de l'Aloé Vera dans le cadre de certaines de ses indications, mais il faut bien savoir qu'il en est de même, à des degrés divers, pour toutes les médications utilisées à l'heure actuelle.

L'un des plus célèbres pharmacologues français ne disait-il pas il y a seulement une vingtaine d'années (et les choses n'ont guère changé depuis) «S'il fallait utiliser seulement les médicaments dont on connaît avec une absolue certitude le mécanisme d'action, on n'en garderait pas beaucoup.»

Qui plus est, on pourrait les compter sur les doigts d'une seule main.

Cet état de choses est certes fâcheux sur le plan intellectuel dans un contexte de recherche scientifique pure, mais n'a qu'une importance toute relative en ce qui concerne les applications thérapeutiques et les effets bénéfiques que l'on peut en retirer, cela d'autant plus que ses utilisations ne présentent absolument aucun danger. Concrètement les résultats sont là, et c'est bien, en définitive, ce qui importe au médecin et, encore plus, au malade.

Il ne s'agit pas de revenir à d'anciennes croyances incompatibles ou en contradiction avec la progression du champ de nos connaissances, mais d'adopter une attitude sans a priori à partir des constatations accumulées au cours des siècles, pour les aborder le plus objectivement et le plus rigoureusement possible, à la lumière de notre savoir scientifique actuel. Cette façon de voir les choses, véritable révolution de la pensée médicale occidentale contemporaine, s'opère lentement mais sûrement depuis quelque temps, la phytothérapie moderne en étant certainement l'exemple le plus frappant.

Comme le disait également le Docteur Fransworth, ancien Président de la Société Américaine de Pharmacologie, considéré comme l'un des meilleurs experts de cette discipline aux Etats-Unis
«Si des gens vivant dans des régions géographiques très éloignées les unes des autres font appel à une même plante, cela prouve que l'usage qui en est fait est valable.»

C'est la théorie de l'évolution convergente des remèdes populaires, admise aujourd'hui par de nombreux spécialistes du traitement par les plantes.

A l'heure de la science omnipotente et omniprésente, qui ne résout malheureusement pas tous les problèmes, loin s'en faut, et où certains de ses dogmes, parmi ceux qui paraissaient les mieux établis, sont remis en question par des personnalités dont l'autorité et la compétence en la matière ne peuvent pas être contestées, on commence enfin à récolter l'ensemble des données fournies par l'empirisme séculaire et avoir disparaître le scepticisme stérile qui régnait à leur égard, il y a encore peu de temps, dans de nombreux milieux médicaux.

C'est dans ce contexte que l'Aloé Véra, comme tant d'autres plantes fondamentales oubliées et négligées pendant de trop nombreux lustres par un corps médical exclusivement formé à la prescription chimiothérapique, revient en force au tout premier plan de l'actualité phytothérapique.

Sans être une panacée (il n'en existe malheureusement aucune connue à ce jour), l'Aloé Véra est une plante aux vertus exceptionnelles - dans le cadre, bien évidemment, des indications justifiées et bien codifiées qui sont les siennes - pour guérir souvent et soulager toujours nombre de maux dont nous souffrons.

L'Aloé Véra, plante d'utilisation plusieurs fois millénaire, mais en même temps résolument moderne, satisfait donc aujourd'hui à tous les critères requis pour entrer par la grande porte dans la liste officielle des thérapeutiques naturelles majeures qui permettent de bien ou mieux se porter. »



A vous, maintenant que vous voilà bien informé, de savoir pleinement en bénéficier.

Extrait de l'article du Docteur DONADIEU de la Faculté de Médecine de Paris



*Cliquez ci-dessous pour découvrir l'**Aloe Vera** en vidéo*

<http://www.youtube.com/watch?v=oZSjC--PU6c>

L'Aloé Vera est aujourd'hui accessible grâce à FOREVER LIVING PRODUCTS INTERNATIONAL le premier et le plus grand producteur d'Aloé Vera au monde.

*N'attendez pas pour en savoir plus sur **FOREVER LIVING PRODUCTS INTERNATIONAL***



Cliquez ci-dessous :

<http://www.youtube.com/watch?v=3Bv2aQLGnqQ>

*Pour en savoir plus appelez directement au : **06.14.94.54.61***



ANNEXE :

PROPRIETES : REGENERATEUR CELLULAIRE, REGULATEUR, CICATRISANT, ANTISEPTIQUE, IMMUNOSTIMULANT, ANTI-ALLERGIQUE, HYDRATANT. Ainsi que d'autres propriétés très importantes (anti-inflammatoire, antiulcéreuse gastrique, anti diabétique ...)

Domaines d'action : DERMATOLOGIE, NUTRITION, COSMETIQUE, DIGESTION.

L'Aloé Vera Barbadensis Miller est une plante extraordinaire. C'est probablement le végétal le plus riche de notre planète. Jugez-vous-même !

VITAMINES	A, B1 ou thiamine, B2 ou riboflavine, B3 ou vitamine PP ou nicotinamide, B6 ou pyridoxine, B9 ou acide folique, B12 ou cyanocobalamine, C ou acide ascorbique et E ou tocophérol.
MINERAUX	Calcium, Chlore, Cuivre, Chrome, Fer, Lithium, Magnésium, Manganèse, Phosphore, Potassium, Sodium, Zinc, pour ne citer que les plus importants. Ce sont des éléments qui jouent, même à dose infinitésimales (oligo-éléments), un rôle capital au niveau de nombreuses réactions biochimiques qui régissent le métabolisme cellulaire en général.
ENZYMES (ou diastases)	Amylase, catalase, cellulase, lipase, oxydase et phosphatases qui ont un rôle spécifique de catalyseurs dans de nombreuses réactions chimiques organiques essentielles.
ACIDES AMINES	Acide glutamique, Acide aspartique, Alanine, Arginine, Cystine, Glycine ou Glycocolle, Histidine, Isoleucine, Leucine, Lysine, Méthionine, Phénylalanine, Proline, Sérine, Théorine, Tyrosine et Valine. Il est important de

	<i>noter que cette longue liste d'acides aminés comporte 7 des 8 acides aminés indispensables à la vie que notre organisme ne peut synthétiser et qu'il faut trouver journalièrement dans l'alimentation..</i>
<i>MONO et POLYSACCHARIDES</i>	<i>Cellulose, Glucose, Mannose, Aldopentose et L-rhamnose.</i>
<i>DERIVES ANTHRACENIQUES</i>	<i>Barbaloïne (nom maintenant adopté par la plupart des pharmacopées en remplacement d'Aloïne), Aloe-émolol ou Aloe-émoline, Isobarbaloïne, Aloïnosides et Hydroxyaloïnes.</i>
<i>ET D'AUTRES CONSTITUANTS NON NEGLIGEABLES</i>	<i>Aloésine, aloénine, Acide cinnamique, Acide chrysophanique, Résistanol (dérivé alcoolique de l'acide Cinnamique), Lignine, Saponines, Choline (dont l'action participe à la régulation du taux de cholestérol dans le sang, au bon fonctionnement du foie et aux processus de mémorisation), huiles volatiles, etc.</i>

INDICATIONS DES PRODUITS A BASE D'ALOE VERA

En thérapeutique allopathique

- *Insuffisance digestive gastrique*
- *Insuffisance biliaire*
- *Troubles de l'évacuation vésiculaire*
- *Constipation fonctionnelle chronique*

En thérapeutique homéopathique

- *Syndromes diarrhéiques*
- *Syndromes dysentériques*
- *Hémorroïdes*

INDICATIONS SUR LA PULPE FRAÎCHE D'ALOE VERA

Indications générales

- *Etats de fatigue*
- *Etats carenciels*

- *Terrains déficients*

Indications particulières

- *Sphère cardio-vasculaire*
- *Hypercholestérolémie*
- *Artériosclérose*

Sphère digestive

- *Ballonnements et flatulences*
- *Mauvaise haleine d'origine digestive*
- *Irritation colique*
- *Constipation fonctionnelle*

Sphère ostéo-ligamentaire

- *Foulures*
- *Entorses*
- *Tendinites*

Sphère dermatologique

- *Brûlures à tous les degrés (feu, liquides bouillants, électricité, rayons X, etc.)*
- *Coups de soleil au 1er degré*
- *Engelures, gerçures et crevasses*
- *Ampoules,*
- *Rougeurs*
- *Irritations cutanées*
- *Erythème fessier du nourrisson*
- *Ecorchures, coupures, blessures, contusions*
- *Ulcères variqueux et ulcérations en général*
- *Cicatrisations lentes ou difficiles*
- *Vergetures (préventive et curative)*
- *Piqûres d'insectes*
- *Prurits anal et vulvaire*

Psoriasis

- *Lupus érythémateux*
- *Certaines formes d'eczéma*
- *Herpès buccal et génital*

- *Séborrhée du cuir chevelu*
- *Etats pelliculaires*
- *Chute anormale des cheveux*
- *Vieillessement prématuré de la peau*

Sphère ophtalmologique

- *Fatigue oculaire*
- *Orgelet*
- *Conjonctivite*
- *Cataracte*

Sphère stomatologique

- *Inflammations des gencives (gingivites)*
- *Inflammation de la langue (glossites)*
- *Inflammation de la muqueuse buccale (stomatites)*
- *Suite opératoires d'extraction dentaire ou parodontale*
- *Hygiène bucco-dentaire*

Sphère endocrinienne

Expérimentation : amélioration du diabète gras

EXTRAITS DU FASCICULE "L'ALOEES POUR LA SANTE" du Dr DONADIEU de la Faculté de Médecine de Paris

MISE EN PRATIQUE

Une bonne forme naturellement....

Quelle quantité dois-je boire ?

Tout dépend des raisons pour lesquelles vous buvez de l'Aloé Véra. Comme d'autres compléments nutritionnels, certaines personnes prennent chaque matin une petite dose (60ml) afin de maintenir leur bien-être général. D'autres augmentent leur consommation pour des raisons précises, elles peuvent alors boire jusqu'à 120 ml ou plus par jour. La moyenne étant de 90 ml par jour. Des sujets comme des personnes âgées peuvent avoir des besoins plus faibles, alors que d'autres personnes à forte corpulence ont naturellement des besoins plus élevés.

Puis-je mélanger avec autre chose ?

Bien sûr, si vous n'aimez pas le goût, alors essayez de le mélanger avec du jus de fruit ou du miel.

Quel est le bon moment pour boire de l'Aloé Véra ?

Nous recommandons de prendre le matin à jeun et le soir avant d'aller se coucher dans le but d'en tirer le maximum d'avantages. Après avoir bu l'Aloès, vous pouvez très bien prendre votre thé, café ou petit-déjeuner.

Au bout de combien de temps pourrai-je en ressentir les bénéfices ?

Peu de personnes sont capables de sentir des avantages notables avant 6 semaines. Nous vous conseillons donc de le prendre sur une période d'au moins 3 mois.

Comment la boisson se conserve-t-elle ?

*Comme la plupart des aliments naturels, une fois la bouteille ouverte, vous devez la conserver au réfrigérateur avec le bouchon bien fermé. Bien entendu pendant cette période de stockage la pulpe se dépose. Aussi vous devez toujours secouer **légèrement** la bouteille avant de l'utiliser.*

*Pour une première dégustation appelez au: **06.14.94.54.61***

Bonne dégustation

Thierry BAZIN

Distributeur Indépendant

Tel: 06.14.94.54.61

Pour effectuer votre demande en ligne

creation-avenir@orange.fr

Un conseiller vous rappellera sous 48 h

