

# Gingembre

Noms latins : Zingiber officinalis  
Noms français synonymes : aucun  
Noms anglais : Ginger

- Dans la sauce à salade, surtout pour les salades de Carottes : mmmh, un délice avec un peu d'Ail !
- 2-3 gouttes à lécher depuis le dos de sa main pour réveiller l'estomac avant un repas tout de générosité cuisiné (une goutte après pour le stimuler à travailler).
- Savoir faire la part des choses et séparer mental et émotionnel pour digérer les émotions.
- Quelques gouttes par la bouche ou en massage du ventre pour retrouver de la vigueur.

## La plante, ses légendes et sa botanique :

Le Gingembre est central, mythique et fondateur. Il a d'ailleurs donné le nom à sa famille botanique : les zingibéracées. Des feuilles très divisées montent depuis de simples tiges. Une seule feuille par tige et pour cause : ce sont en fait des pétioles. Eh oui, la tige se trouve sous terre. On l'appelle un rhizome et c'est lui que l'on confit, que l'on moule en tant qu'épice ou que l'on distille pour tirer son huile essentielle. Ce rhizome visuellement à mi-chemin entre la patate, le topinambour, la braise ardente.

Donc des feuilles très divisées, un peu comme des stores vénitiens et des fleurs poussant comme de petits flambeaux de jardin. Les épis floraux ressemblent à des drôles de cônes d'épicéas qui auraient décidé de pousser à l'envers et dont leur psychédélisme les aurait fait se parer de couleurs un peu inattendues.

Il n'y a presque pas lieu de présenter les mythes et légendes du Gingembre tant cette plante a été le pivot central de médecines traditionnelles aussi importantes que la Médecine Ayurvédique (écrite de plus de 3'000 ans) et la Médecine Chinoise (cité par Confucius déjà au 7<sup>e</sup> siècle avant notre ère). En Europe, Dioscoride la décrit déjà élogieusement au premier siècle.

Il en est devenu presque un goût traditionnel d'ici. Combien de plats et de desserts traditionnels sont-ils faits de Gingembre en Europe ? Les speculoos scandinaves, les pains d'épice de Hansel et Gretel... D'ailleurs l'excès alimentaire appelle le Gingembre qu'il n'est pas mauvais d'avoir dans son sac en allant voir des amis dont le coup de fourchette serait réputable. Une goutte avant le repas à lécher sur le dos de la main et sans doute quelques gouttes après.

Reste que le Gingembre résonne à l'oreille de tous comme étant un traditionnel aphrodisiaque. Les Sénégalaises en pendent des rhizomes à la ceinture de leur mari si celui-ci ne se montre pas de vaillance toute étalonnienne. Nostradamus lui-même en avait fait la plante centrale d'une mixture après laquelle l'étreinte avec son amour était plus que recommandable puisque si l'on ne le faisait pas malgré ce remède, la personne était censée en mourir dans d'affreuses convulsions.



### Propriétés énergétiques :

Feu

Feu

Feu

Quand le feu flambe, l'estomac fonctionne et quand l'estomac fonctionne en haut-fourneau, les émotions sont digérées.

Mental et émotionnel sont ainsi séparés l'un de l'autre, permettant de les vivre séparément. Cela s'appelle la digestion et c'est le Feu qui s'en occupe.

Met les capacités du mental à plein rendement.

Amène de la détermination et le dynamisme nécessaire à mener les tâches à bien.

Aphrodisiaque entre autres capacités qu'il éveille.

Donne de la force à l'aura (suite à la capacité du Gingembre à éveiller l'ego).



### Chémotype standard :

Beaucoup de représentants à taux quantifiable dans chaque famille chimique.

Sesquiterpènes (zingibérène 30-40%, beta-sesquiphellandrène, ar-curcumène, cis-gamma-bisabolène...)

Monoterpènes (camphène, beta-phellandrène, limonène...)

Alcools monoterpéniques (citronellole, bornéol...)

Cétones : aucune

Furanocoumarines : aucune

Pour l'analyse chimique d'un lot, entrez le numéro de lot dans la boîte :

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

Légèrement dermocaustique

Aucune contre-indication à dosage physiologique.

Tenir hors de portée des enfants.

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

1

Chakras : 3, 2

Doshas : Tout le feu de Pitta

Diminue Kapha dont la nonchalance ne peut pas survivre à tant de Feu

Diminue Vata : emploie toute sa créativité aux seuls buts de l'énergie Pitta

Éléments : Feu

<sup>1</sup> 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.