



FIGUIER FICUS CARICA

LE REMEDE DU STRESS

Actions

sur

Le système nerveux

Peau

Système circulatoire

Système digestif

Articulations





Introduction

Arbre sacré dans l'antiquité

En médecine populaire, on utilise principalement les fruits, les feuilles et même le latex frais provenant de la cassure des jeunes rameaux qui sert à traiter les cors et les verrues. La figue, riche en sucres, en flavonoïdes et en fibres est connue depuis l'Antiquité pour ses propriétés laxatives,pectorales et émoullientes. Dans certains textes issus du Coran, la figue est citée pour « nettoyer le foie et la rate et épurer l'humeur flegmatique de l'estomac ».

En raison de leurs propriétés émoullientes, anti-inflammatoires et expectorantes, les figues et parfois les feuilles de figuiers sont employées dans l'encombrement des voies respiratoires, pour les toux et les bronchites. Le « café » de figues était obtenu par infusion de la poudre de figues torréfiées, c'était un remède utilisé contre la coqueluche, la pneumonie aigüe, la pleurésie. Selon Cazin, bouillies dans du lait, les figues sont utiles en gargarisme dans l'angine, la gingivite et la stomatite. Plusieurs auteurs citent également l'usage de cataplasmes de feuilles préalablement bouillies et appliquées sur des tumeurs inflammatoires.

Un peu de botanique

De la famille des Moracées comprend près de 70 genres et un millier d'espèces : il s'agit d'arbres ou d'arbustes le plus souvent tropicaux, produisant du latex, à feuilles alternes, simples, entières ou plus ou moins lobées.

Propriétés

Le cassis est riche en

Vitamines

Minéraux

Fibres alimentaires

Antioxydants



Système digestif :

Draineur de l'estomac

Le macérat de figuier s'utilise comme draineur de l'estomac. Remède puissant des ulcères duodénaux et gastriques, des hernies diaphragmatiques, des dysphagies oesophagienne, des gastrites et colites.

Il agit efficacement dans les tendances boulimiques, régule l'appétit et les sécrétions stomacales (hypo - hyperchlorhydrie).

Il est efficace dans les migraines.

Il est également recommandé dans l'anémie ferriprive, la sensation de tête lourde.

Système nerveux

Stress, dépression, tristesse, nervosité

Son action calmante est remarquable. Il constitue le pôle opposé du macérat de cassis. C'est un anti-angoisse de premier ordre, utile pour neutraliser les effets du stress, tant intérieur qu'extérieur. Il agit dans tout désordre nerveux (spasmophilie, épilepsie, névralgie faciale, etc...).

Au niveau du psychisme

Le macérat de figuier présente une action caractéristique sur le système régulateur de notre corps que sont les hormones. Actif sur le cerveau (axe cortico-hypothalamique), il agit dans la dépression existentielle, l'équilibre neurosensoriel, les affections psycho-somatiques, les syndromes subjectifs, l'état général.

Le macérat de figuier est un remède typiquement de nature YIN (alors que le macérat de cassis est de nature yang).

Système circulatoire

Anémie ferriprive, palpitations

Articulation

Polyarthrite de l'adolescent



Posologies

Posologie : 5 à 15 gouttes par jour en dehors des repas, pures ou diluées dans un peu d'eau. Commencer par un faible dosage et augmenter progressivement jusqu'à obtenir l'effet désiré.

En cure, 3 semaines de prise quotidienne puis une semaine d'arrêt, pendant 3 mois maximum. En entretien, une semaine par mois.

Chez les enfants, 1 goutte par année d'âge.

Pas de contre-indications.

Dosages peuvent être adaptés en fonction des pathologies.

Remarque importante:

Chez certaines personnes, le figuier entraîne des rêves profonds et parfois très particuliers voire parfois des cauchemars. Ceci est positif et n'est que le cheminement vers l'équilibre

J'aime le conseiller à toutes les femmes enceintes par rapport à tout état émotionnel durant la grossesse ou brûlant, problèmes d'estomac mais également à toute femme allaitante pour le bien être du bébé émotionnel et physique (régurgitation, digestion, ...)

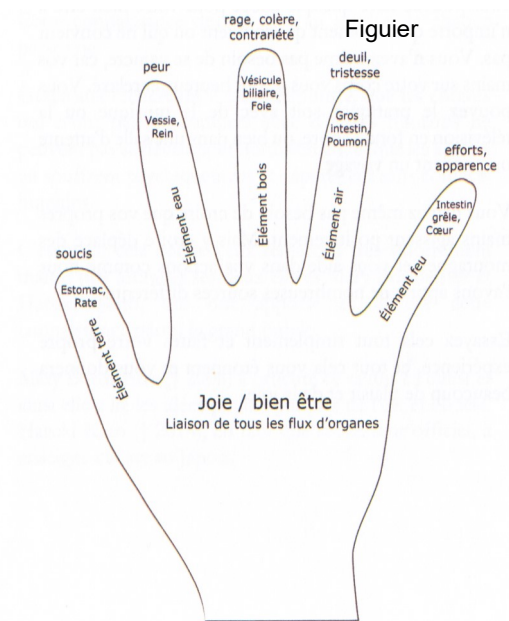


Le figuier sur les doigts

L'index représentant le système nerveux, les peurs, nous pouvons également mettre une goutte de figuier sur ce doigt là pour équilibrer les émotions.

Mais également sur le pouce, ce qui travaillera à la fois sur le stress mais également sur les soucis d'estomac.

Pour plus de facilité, mettez la goutte dans une crème de base neutre avant d'appliquer sur le doigt



On pourrait également le mettre sur le méridien de l'estomac .

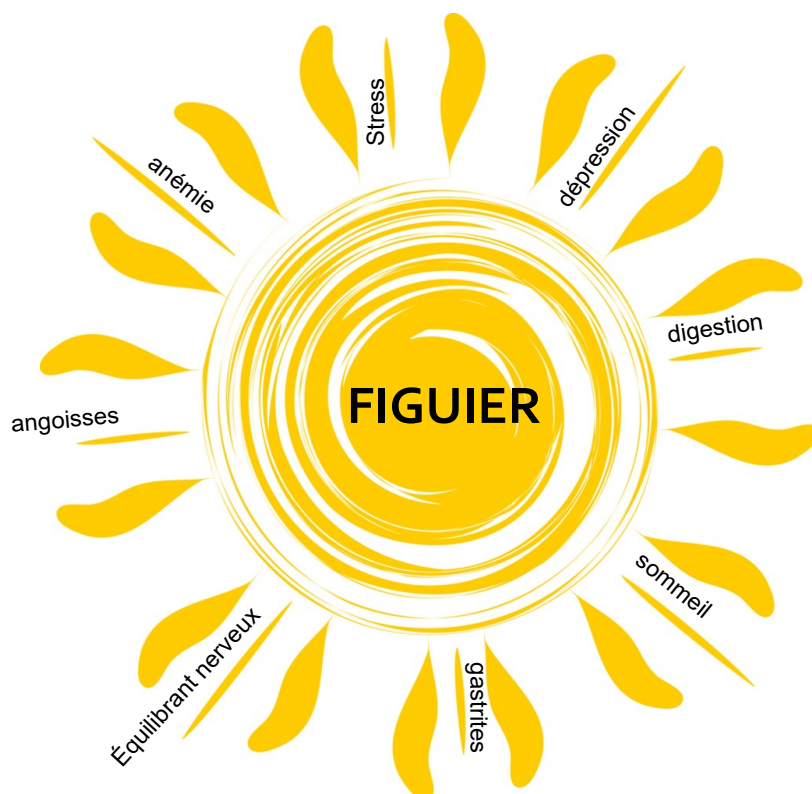


L'élixir floral de figuier

Favorise un contrôle de soi harmonieux et développe la confiance et l'ouverture aux autres.



Attention, ce document est juste un guide : consultez un médecin ou un thérapeute pour plus de détails



SOURCES

La gemmothérapie de Philippe Andrienne

Le traité de gemmothérapie de Philippe Andrienne

Rajeunir nos tissus de Max Tétau

La gemmothérapie, la santé par les bourgeons de Roger Halfon

Précis de Phytothérapie de Christian Escriva

Patricia Mertens

*Thérapies alternatives pour un équilibre émotionnel et physique
Formations en aromathérapie, gemmothérapie, fleurs de Bach, Reiki Usui et Karuna*

00322 720.63.02

Patriciamertens.karuna@gmail.com

Www.karuna-therapy.be