

AU FIL DE L'HISTOIRE

Une plante de légende

À l'image d'un dieu pour de nombreux peuples de l'Antiquité, l'Aloe vera symbolisait « l'immortalité, la beauté, la santé et la régénérescence ». On raconte que la célèbre reine d'Égypte, Cléopâtre, avait pour habitude de se baigner dans un bain réalisé à partir de jus d'aloès, utilisant celui-ci comme soin de beauté et élixir de jeunesse.

Alexandre le Grand lui-même connaissait bien et utilisait l'aloès, notamment pour soigner et vitaliser ses hommes d'armes ; il aurait envahi une île au large du continent africain, l'île de Socotra, à la seule fin de s'approprier les aloès qui y proliféraient.

Les Égyptiens de l'Antiquité, étaient convaincus que l'aloès possédait le pouvoir de faciliter le passage des défunts dans l'autre monde ; ils disposaient ainsi des aloès ou des feuilles d'aloès dans les tombeaux de leurs pharaons défunts afin que leur voyage se déroule sous les meilleurs auspices.

Symbole d'immortalité, élixir de jouvence au temps de la Haute Égypte, il est cité dans de nombreux papyrus traitant des méthodes et remèdes de guérison (papyrus Ebers).

Quelque 5 000 ans avant Jésus-Christ, des tablettes d'argile mentionnent l'usage thérapeutique de la plante et Hippocrate ainsi qu'Aristote en parlent longuement dans leurs traités médicaux, donnant une description détaillée de ses propriétés curatives et bienfaisantes. Sans oublier Pline l'Ancien, qui en vante les vertus exceptionnelles dans son ouvrage intitulé *Histoire naturelle*.

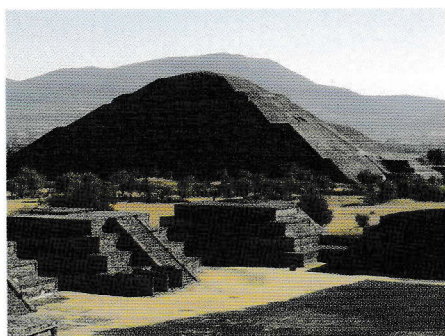


Au Mexique et en Amérique du Sud, l'Aloe vera a toujours été considéré comme une plante sacrée procurant le bonheur à qui la possédait.

Au Moyen-Orient, chez certains peuples, durant l'Antiquité et encore aujourd'hui, on avait coutume d'accrocher un aloès au-dessus de l'entrée principale des habitations.

La plante était censée éloigner les esprits malfaisants qui auraient voulu en passer le seuil, mais elle purifiait aussi la demeure en apportant bonheur et prospérité dans les familles.

Largement utilisée en médecine ayurvédique pour ses propriétés qui permettraient de rétablir ou de maintenir un bon équilibre de toutes les fonctions de l'organisme entre elles, la plante est mentionnée à plusieurs reprises dans les textes sacrés de l'hindouisme et dans le très célèbre ouvrage érotique originaire d'Inde, le *Kama-sutra* ; l'aloès y est cité et loué à de nombreuses reprises pour ses vertus réputées aphrodisiaques.



En Chine, il faisait déjà largement partie de la pharmacopée 4 000 ans avant Jésus-Christ et avait été surnommé la « plante de l'harmonie » en vertu de son action rééquilibrante agissant sur tout le corps.

Dans la Bible, on le trouve cité à plusieurs reprises dans certains passages et surtout dans l'Évangile selon saint Jean.

Ainsi, toutes les civilisations de la planète, à des époques différentes, semblent avoir découvert l'utilité des propriétés de l'aloès et, pour tous sans exception, il symbolisait « la beauté, la santé et le mieux-être » !

De nos jours, l'Aloe vera n'a pu être vraiment commercialisé officiellement que dans les années 1960, grâce à un pharmacien du nom de Bill C. Coats. Convaincu de ses nombreuses vertus exceptionnelles, il mit au point un procédé permettant de garantir une parfaite viabilité de toutes les propriétés du végétal et de stabiliser la pulpe fraîche de l'Aloe vera durant de longs mois après son extraction.

AU FIL DE L'HISTOIRE

Une plante de légende

À l'image d'un dieu pour de nombreux peuples de l'Antiquité, l'Aloe vera symbolisait « l'immortalité, la beauté, la santé et la régénérescence ». On raconte que la célèbre reine d'Égypte, Cléopâtre, avait pour habitude de se baigner dans un bain réalisé à partir de jus d'aloès, utilisant celui-ci comme soin de beauté et élixir de jeunesse.

Alexandre le Grand lui-même connaissait bien et utilisait l'aloès, notamment pour soigner et vitaliser ses hommes d'armes ; il aurait envahi une île au large du continent africain, l'île de Socotra, à la seule fin de s'approprier les aloès qui y proliféraient.

Les Égyptiens de l'Antiquité, étaient convaincus que l'aloès possédait le pouvoir de faciliter le passage des défunts dans l'autre monde ; ils disposaient ainsi des aloès ou des feuilles d'aloès dans les tombeaux de leurs pharaons défunts afin que leur voyage se déroule sous les meilleurs auspices.

Symbole d'immortalité, élixir de jouvence au temps de la Haute Égypte, il est cité dans de nombreux papyrus traitant des méthodes et remèdes de guérison (papyrus Ebers).

Quelque 5 000 ans avant Jésus-Christ, des tablettes d'argile mentionnent l'usage thérapeutique de la plante et Hippocrate ainsi qu'Aristote en parlent longuement dans leurs traités médicaux, donnant une description détaillée de ses propriétés curatives et bienfaisantes. Sans oublier Pline l'Ancien, qui en vante les vertus exceptionnelles dans son ouvrage intitulé *Histoire naturelle*.

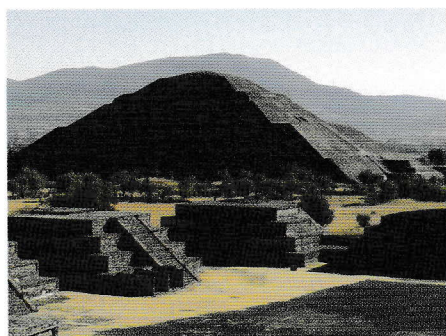


Au Mexique et en Amérique du Sud, l'Aloe vera a toujours été considéré comme une plante sacrée procurant le bonheur à qui la possédait.

Au Moyen-Orient, chez certains peuples, durant l'Antiquité et encore aujourd'hui, on avait coutume d'accrocher un aloès au-dessus de l'entrée principale des habitations.

La plante était censée éloigner les esprits malfaisants qui auraient voulu en passer le seuil, mais elle purifiait aussi la demeure en apportant bonheur et prospérité dans les familles.

Largement utilisée en médecine ayurvédique pour ses propriétés qui permettraient de rétablir ou de maintenir un bon équilibre de toutes les fonctions de l'organisme entre elles, la plante est mentionnée à plusieurs reprises dans les textes sacrés de l'hindouisme et dans le très célèbre ouvrage érotique originaire d'Inde, le *Kama-sutra* ; l'aloès y est cité et loué à de nombreuses reprises pour ses vertus réputées aphrodisiaques.



En Chine, il faisait déjà largement partie de la pharmacopée 4 000 ans avant Jésus-Christ et avait été surnommé la « plante de l'harmonie » en vertu de son action rééquilibrante agissant sur tout le corps.

Dans la Bible, on le trouve cité à plusieurs reprises dans certains passages et surtout dans l'Évangile selon saint Jean.

Ainsi, toutes les civilisations de la planète, à des époques différentes, semblent avoir découvert l'utilité des propriétés de l'aloès et, pour tous sans exception, il symbolisait « la beauté, la santé et le mieux-être » !

De nos jours, l'Aloe vera n'a pu être vraiment commercialisé officiellement que dans les années 1960, grâce à un pharmacien du nom de Bill C. Coats. Convaincu de ses nombreuses vertus exceptionnelles, il mit au point un procédé permettant de garantir une parfaite viabilité de toutes les propriétés du végétal et de stabiliser la pulpe fraîche de l'Aloe vera durant de longs mois après son extraction.

On dénombre 350 à 400 espèces différentes d'aloès dans le monde; elles ne possèdent cependant pas toutes les mêmes vertus médicinales et certaines n'en possèdent aucune.

L'Aloe vera est non seulement le plus connu et le plus utilisé mais également celui qui a fait l'objet des recherches scientifiques les plus poussées, bénéficiant d'un contrôle de qualité certifié officiel et possédant, en partage avec quelques autres espèces seulement, le plus grand nombre de propriétés médicinales.

Soit, pour les plus courants:

- L'*Aloe vera barbadensis*;
- L'*Aloe sinensis*, utilisé essentiellement par les Asiatiques depuis toujours dans la médecine chinoise;
- L'*Aloe arborescens*, utilisé majoritairement en Russie et dans les pays d'Europe de l'Est, faisant l'objet de nombreuses recherches;
- L'*Aloe ferox*, qui doit son nom à ses piquants (« piquants-féroces ») très acérés; tout comme le *sinensis* et le *saponaria*, il est utilisé par les Asiatiques et surtout par les Japonais.

Ces quatre espèces d'aloès possèdent toutes à peu près les mêmes propriétés que l'Aloe vera.

L'Aloe ferox contient même un peu plus de polysaccharides que l'Aloe vera et son usage donne de bons résultats dans les traitements contre l'obésité ou pour améliorer le système digestif et le transit intestinal.

- L'*Aloe succotrina* est une autre espèce, très utilisée par le passé pour ses vertus médicinales et oubliée au profit de l'Aloe vera.

Ces aloès ne proviennent pas tous des mêmes régions; mais sont tous des plantes tropicales craignant le froid, l'humidité et le nord en général.

À savoir!

Si les fleurs ne sont pas jaunes, c'est que vous avez affaire à un autre aloès que l'Aloe vera.

PRÉCAUTIONS ET MISES EN GARDE

Toujours exiger un jus de pulpe fraîche stabilisée d'Aloe vera garantissant un procédé de conservation élaboré pour conserver intactes toutes les propriétés de la plante.

• À éviter

Un produit réalisé à base de concentré d'Aloe vera.

• À vérifier

- L'opercule ou le bouchon du flacon de jus doit être hermétiquement fermé à l'achat.
- Le pourcentage d'Aloe vera contenu dans le produit, surtout s'il s'agit d'un produit « à base » d'Aloe vera.
- Le « label de contrôle » ou de « certification » doit être mentionné sur le produit et si possible « bio ».

Il y a sur le marché des produits sérieux et réellement efficaces contenant non seulement un pourcentage élevé d'Aloe vera mais également conditionnés de façon à permettre une conservation irréprochable des propriétés du produit.

À savoir!

- L'Aloe vera ne présente aucune toxicité!
- Ne présente aucune contre-indication à d'autres médicaments.
- Est un produit adaptogène.

Important!

Il existe certains ingrédients, produits ou certaines plantes auxquels l'Aloe vera ne doit pas être associé: les alcaloïdes, comme par exemple le thym ou le jus de fruits appelé « noni ».

On dénombre 350 à 400 espèces différentes d'aloès dans le monde; elles ne possèdent cependant pas toutes les mêmes vertus médicinales et certaines n'en possèdent aucune.

L'Aloe vera est non seulement le plus connu et le plus utilisé mais également celui qui a fait l'objet des recherches scientifiques les plus poussées, bénéficiant d'un contrôle de qualité certifié officiel et possédant, en partage avec quelques autres espèces seulement, le plus grand nombre de propriétés médicinales.

Soit, pour les plus courants:

- L'*Aloe vera barbadensis*;
- L'*Aloe sinensis*, utilisé essentiellement par les Asiatiques depuis toujours dans la médecine chinoise;
- L'*Aloe arborescens*, utilisé majoritairement en Russie et dans les pays d'Europe de l'Est, faisant l'objet de nombreuses recherches;
- L'*Aloe ferox*, qui doit son nom à ses piquants (« piquants-féroces ») très acérés; tout comme le *sinensis* et le *saponaria*, il est utilisé par les Asiatiques et surtout par les Japonais.

Ces quatre espèces d'aloès possèdent toutes à peu près les mêmes propriétés que l'Aloe vera.

L'Aloe ferox contient même un peu plus de polysaccharides que l'Aloe vera et son usage donne de bons résultats dans les traitements contre l'obésité ou pour améliorer le système digestif et le transit intestinal.

- L'*Aloe succotrina* est une autre espèce, très utilisée par le passé pour ses vertus médicinales et oubliée au profit de l'Aloe vera.

Ces aloès ne proviennent pas tous des mêmes régions; mais sont tous des plantes tropicales craignant le froid, l'humidité et le nord en général.

À savoir!

Si les fleurs ne sont pas jaunes, c'est que vous avez affaire à un autre aloès que l'Aloe vera.

PRÉCAUTIONS ET MISES EN GARDE

Toujours exiger un jus de pulpe fraîche stabilisée d'Aloe vera garantissant un procédé de conservation élaboré pour conserver intactes toutes les propriétés de la plante.

• À éviter

Un produit réalisé à base de concentré d'Aloe vera.

• À vérifier

- L'opercule ou le bouchon du flacon de jus doit être hermétiquement fermé à l'achat.
- Le pourcentage d'Aloe vera contenu dans le produit, surtout s'il s'agit d'un produit « à base » d'Aloe vera.
- Le « label de contrôle » ou de « certification » doit être mentionné sur le produit et si possible « bio ».

Il y a sur le marché des produits sérieux et réellement efficaces contenant non seulement un pourcentage élevé d'Aloe vera mais également conditionnés de façon à permettre une conservation irréprochable des propriétés du produit.

À savoir!

- L'Aloe vera ne présente aucune toxicité!
- Ne présente aucune contre-indication à d'autres médicaments.
- Est un produit adaptogène.

Important!

Il existe certains ingrédients, produits ou certaines plantes auxquels l'Aloe vera ne doit pas être associé: les alcaloïdes, comme par exemple le thym ou le jus de fruits appelé « noni ».