Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge

Herausgeber: Générations

Band: - (2009)

Heft: 1

Rubrik: Le jardin de Jacky

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

BIGARADIER SAUVAGE

L'alchimiste de vos émotions

Sa couleur est celle de la lumière et de l'or. Son parfum tient de la magie. Mais, ce cousin du citronnier a bien d'autres propriétés qui en feraient presque un fruit miraculeux.

Jean-Jacques Descamps
Phyto-thérapeute

Le bigaradier est la plante de la sérénité et de la sagesse, de la pureté et de l'innocence. Tout comme le citronnier, le bigaradier est originaire d'Asie. Il fut probablement introduit en Europe à l'époque des croisades. C'est un arbre cultivé dans tous les pays chauds et plus particulièrement au Maroc où sa première utilité est de servir de brise-vent et de protection contre les rayons du soleil sur les cultures.

Sa hauteur peut varier de 5 à 10 mètres. Il a des feuilles ovales, persistantes, coriaces, luisantes d'un beau vert foncé. De ses fleurs blanches réunies par deux ou trois s'échappe un parfum odorant, dont la suavité est caractéristique de cet arbre unique.

Le fruit est semblable à une orange. En phytothérapie, on utilise les feuilles, les fleurs, les boutons, l'écorce des fruits et les fruits. Ce sont les boutons de bigaradier qui sont les plus riches en principes actifs.

Une infusion de bigaradier est recommandée à tous ceux dont le système nerveux est soumis au stress quotidien, à toutes les personnes qui souffrent d'insomnie, de palpitations, d'angoisses, de dépression, de phobies, de crampes d'estomac...

DR

Originaire d'Asie, le bigaradier s'est bien adapté au climat marocain.

Bienfaits innombrables

Simplement laissez quelques minutes (plusieurs fois par jour si nécessaire) un bouton de bigaradier sous la langue et votre quotidien en sera changé.

- Si vous commencez un régime, il va régulariser votre appétit et vous empêcher de vous précipiter sur votre réfrigérateur.
- Si vous arrêtez de fumer, vous ne prendrez pas de poids.
- Il va vous empêcher de grincer des dents en dormant. Et vos crampes nocturnes ne seront plus qu'un mauvais souvenir.
- Il va régulariser votre humeur et éloigner toutes manifestations de mélancolie et d'angoisses.
- Il va reléguer vos phobies au plus profond de votre inconscient.
- Il vous permettra d'affronter les situations les plus difficiles en conservant la totalité de vos moyens, car le bigaradier est le remède anti-trac le plus efficace connu à ce jour.
- Il sera un complément recommandé au traitement médical contre les manifestations de la fibromyalgie (fatigue, douleurs, insomnies, déprime, etc.).
- Exigez du bigaradier et non de l'oranger. Les fleurs d'oranger subissent un nombre important de traitements et pourraient faire plus de mal que de bien.

CONTRE-INDICATIONS
Aucune connue à ce jour. Attention néanmoins si vous êtes allergique aux agrumes.