



Ajowan

Noms latins : Trachyspermum ammi, Trachyspermum copticum, Bunium copticum, Carum ajowan, Carum copticum, Ptychosis ajowan, Sison ammi
Noms français synonymes : Sison, Anis des Indes, Ammi, Carvi tropical

Partie distillée : Graines séchées

- Libido en berne et moral proche de l'inaction absolue ? Un peu d'Ajowan bien dilué en massage sur le bas du dos pour reprendre de la vigueur !

La plante, ses légendes et sa botanique

L'Ajowan est une jolie ombellifère et la délicatesse de son aspect étonne un peu quand on hume la force-puissance de son huile essentielle.

Dans le nord de l'Inde, depuis le Népal jusqu'en Afghanistan, l'Ajowan partage ses fleurs blanches dans les champs et les prairies. Ce sont de petites ombelles discrètes voir fluettes qui se nappent dans un feuillage présent mais très finement ciselé. Ceci toutefois sur des tiges plutôt dynamiques pour leur épaisseur. Elle est d'ailleurs un peu tassée, ramassée vers le sol et proche de sa chaleur plutôt qu'effilochée, montant au ciel en s'offrant à chaque brise du vent.

C'est là la première démonstration de son côté vigoureux ; on la sent d'une solidité trapue pour sa famille botanique. L'autre, c'est le climat où elle pousse, dans des zones où l'amplitude thermique entre l'hiver et l'été est vraiment grande. Il faut de la force, de la résistance pour survivre à cela.

On en distille les graines. Celles-ci sont belles, vraiment belles ! Quasiment rondes, mais gardant un peu de la forme-lune des graines de ses cousines comme le Cumin blanc par exemple. Elles sont striées profondément et bien marquées en un joli contraste par les bandes claires sur le fond prononcé du brun foncé de la graine. On les dirait droit sorties de chez un pâtissier, déjà confites et comme saupoudrées de sucre.

Propriétés énergétique

Insuffle du courage, de la force et de l'énergie.
Tonifie globalement le mental comme le corps par l'enthousiasme-volonté.
Confère du pragmatisme.
Stimule la libido et la vigueur.
Rend plus efficace.

Chakras

1, 3



Doshas

Tonifie le Feu de [Pitta](#)
Diminue fortement [Kapha](#)
Diminue les peurs [Vata](#)

Éléments

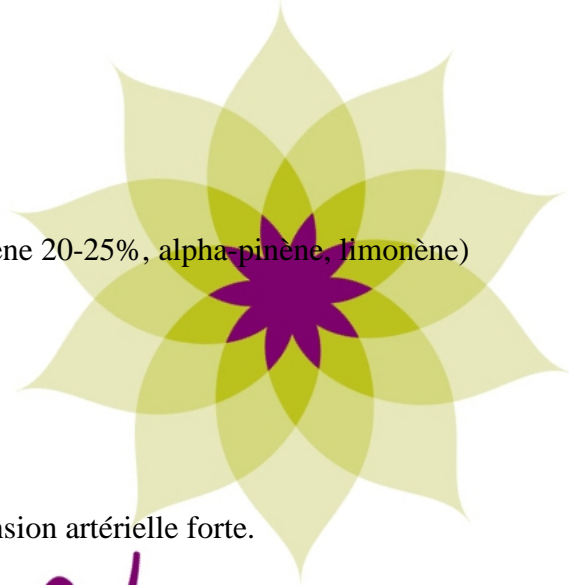
Feu et Terre

Chémotype standard

Phénols (thymol 30-50%, carvacrol 1-7%)
Monoterpènes (gamma-terpinène 20-35%, paracymène 20-25%, alpha-pinène, limonène)
Cétones : aucune
Furanocoumarines : aucune

Contre-indications et limitations d'emploi

Dermocaustique (diluer fortement avant emploi).
Hépatotoxique, sur un usage prolongé à haute dose.
Non-recommandé chez quelqu'un avec une hypertension artérielle forte.
Tenir hors de portée des enfants.
Enfants, femmes enceintes : emploi à court terme recommandé.



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.
Texte : Consultant externe Marc Ivo Böhning et Géraldine Viatte

