

# Cannelle de Ceylan

Noms latins : Cinnamomum verum =  
Cinnamomum zeylanicum = Laurus  
cinnamomum (Cinnamomum cassia =  
Cannelle de Chine)

Noms français synonymes : Cannelier de  
Ceylan

Noms anglais : Cinnamon

- LA prévention de voyage : une goutte sous chaque pied matin et soir et bonne chance à la tourista. Pour les plus préoccupés quant à cette prévention : en mélanger à 10% dans un excipient et prendre 10 gouttes de ce mélange dans un peu d'eau 2-3 fois par jour. Il faudra qu'il coure vite le microbe s'il veut vous attraper !
- Une fraction de goutte (écorce) dans un chocolat chaud au lait d'amandes... Mmmmh !
- Pour une ambiance chaude, calfeutrée voire sensuelle en hiver, en diffuser à la maison.
- Lors d'une congélation d'ambiance due au manque de reprise d'une discussion ayant fini en dispute : en diffusion.

## La plante, ses légendes et sa botanique :

Le Cannelier est un arbre de la grande famille des lauracées si prolifiques en odeurs et goûts : famille qui est un des garde-arômes de la planète. Fin et presque fluide de construction, il est d'assez petite taille, surtout en culture (c'est qu'il faut pouvoir récolter...) Beaucoup de feuilles et des grappes de petites fleurs blanches jouent toutes dans le registre olfactif.

L'or rouge de cet arbre réside pourtant dans son écorce de bien moins qu'un millimètre d'épaisseur. Depuis le tronc et les grandes branches, on la récolte tous les deux ans. Cela fait de longs rubans qui s'enroulent et s'entortillent tout seuls en séchant au soleil tropical. On les coupe en sections de dix centimètres environ pour faire les petits bâtonnets que l'on connaît en cuisine. Relativement friable, elle embaume littéralement toute la pièce quand on la sort fraîche, c'est impressionnant ; sa fraîcheur nous donne envie d'oublier les poudres prémoulées de supermarché.

2'700 ans avant notre ère déjà, Sheb Nung empereur chinois l'avait fait placer dans son herbier médicinal. Elle fut une des toutes premières épices que les Grecs et les Romains importèrent d'Orient en transitant par les Arabes. C'était même brûlée comme un encens qu'elle était employée en ces temps-là. En effet si c'est son emploi aromatique qui reste dans notre société (à titre d'exemple son achat mondial numéro un est une fameuse boisson gazeuse au cola), son emploi symbolique était prisé dans l'Antiquité. Elle était associée aux chauves-souris et aux serpents ailés.

Son énergie de force douce et d'envie de profiter de la vie, de se blottir dans la chaleur de son arôme sont puissants, bienfaisants et relaxants. Extrait de « Encyclopédie d'aromathérapie et médecine de la conscience » (Böhning / Tauxe) :

Alors au bonheur de nos papilles, elle restera sans doute longtemps le fantasme du duillet emmaillotement câlin, tapi lascivement sous une couette devant le feu de bois crépitant avec la soirée rien qu'à soi. Dehors la neige, doucement emportée par la chanson du vent, n'en finit pas de murmurer : "Il est à toi cet instant, profite-en, ta vie est tienne et ces instants chauds et suaves sont le sucre sur ta tranche de bonheur et les bulles de ton champagne". Rien le lendemain matin. Une bonne bûche pour n'y avoir pas à penser et l'oubli dans un moment à ne pas oublier. Douceur des yeux mi-clos et prélassement dans la suavité de ses sens entre veille mimée et bonheur vécu. Shhh, le rideau se tire sur le monde qui n'a pas à en savoir plus...



### Propriétés énergétiques :

Les propriétés énergétiques de l'écorce et des feuilles sont sensiblement pareilles.  
Stimule les sens et donne envie de les employer pour son bonheur.  
Rend épicurien.  
Réchauffe l'ambiance.  
Augmente les émotions (rires, colères, expressions).  
Stimule la créativité.  
Amoindrit les sentiments de méfiance.  
Diminue la tendance à s'isoler.  
Abrège la tristesse et la mélancolie.  
Donne envie de partager (écorce surtout).  
Diminue la victimite (feuilles surtout).

Chakras : **1, (2)**

Doshas : Augmente la chaleur d'un

**Pitta** calme

Donne toute la lasciveté de

**Kapha**

Enlève froid, distance et

extirpation du corps de **Vata**

Eléments : **Terre** et **Feu**



### Chémotype standard :

#### Ecorce :

Aldéhydes aromatiques (cinnamaldéhyde 30-80%, hydroxy-cinnamaldéhyde, benzaldéhyde, cuminaldéhyde)  
Phénols (eugénol 1-35%)  
Alcools monoterpéniques (linalol 2-10%, alpha-terpinéol, terpinène-4-ol)  
Sesquiterpènes (beta-caryophyllène 0-6%, alpha-humulène 0-2%, copaène 0-1%)  
Acides (acide cinnamique 2-3%)  
Pyranocoumarines (coumarine 0-1%)  
Cétones : aucune  
Furanocoumarines : aucune

#### Feuilles :

Phénols (eugénol 70-90%, isoeugénol, phénol, 2-vinylphénol)  
Esters (acétate d'eugényle 5%, benzoate de benzyle 1-5%, acétate d'eugényle 1-5%..)  
Sesquiterpènes (beta-caryophyllène 2-7%, alpha-humulène 0-2%, alpha-ylangène 0-1%)  
Alcools phénolés (alcool cinnamique 0-8%, cinnam-alcool, alcool benzylique)  
Aldéhydes aromatiques (méthoxycinnamaldéhyde 0-6%, cinnamaldéhyde 0-2%)  
Dioxydes (safrol 0-3%)  
Cétones : aucune  
Furanocoumarines : aucune

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

Dermocaustique (fortement)  
Tenir hors de portée des enfants.  
Enfants, femmes enceintes : aucune autre contre-indication connue à dosage physiologique.  
La teneur en coumarine ne pose absolument aucun problème au foie à dosage physiologique.

1

<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.