

Cardamome

Noms latins : Elettaria cardamomum,
Amomum cardamomum, Amomum
elettaria

Noms français synonymes : Cardamome de
Malabar

Noms anglais : Cardamom, Cardamon

- La bonne à tout faire de la digestion : impressionnante
- Un emploi très facile : lécher une goutte sur le dos de la main lors d'indigestion
- Donne une bonne haleine
- Fraîche, fruitée, florale, citronnée un petit poivre sans son piquant et l'odeur propre de la Cardamome telle qu'on la connaît dans notre cuisine

La plante, ses légendes et sa botanique :

La Cardamome est de la famille du Gingembre, du Zédoaire, du Curcuma. Elle pousse au pied et à l'ombre de certains arbres qu'elle affectionne particulièrement (pas tous...). Et pourtant elle réclame beaucoup de soleil ; ombre mais soleil, allées d'arbres, récolte de ses minuscules fruits, tout cela demande un soin, une attention et beaucoup de temps pour sa culture ainsi que sa récolte. Oh non, ce n'est pas une huile chère !

Ses tiges montent depuis un rhizome sous-terrain dodu comme celui de son fameux frère le Gingembre. D'abord quelques feuilles au ras du sol, puis de longues feuilles avec une particularité : elles sont striées dans deux axes : profondément parallèlement à la nervure centrale et de petites stries comme les micro-sillons d'un disque vinyle en oblique. Sa fleur est étrange comme tout : un air elfique avec des pétales comme des flammes recourbées depuis un bouton qui pousse comme un cône.

Hippocrate, père grec de la médecine, avait écrit des textes à son sujet en tant que guérisseuse de nombreux maux. Il avait d'ailleurs introduit beaucoup de la pensée ayurvédique dans la médecine pré-européenne d'alors. Cette médecine ayurvédique au sein des textes de laquelle elle figurait déjà il y a plus de trois mille ans. Les caravanes arabes qui l'amènèrent dans les contrées européennes le firent pourtant tout d'abord en tant que parfum. Les Egyptiens qui en profitèrent au passage, l'employèrent eux en tant que substrat lors de cérémonies religieuses.

Géographiquement entre-deux, la Turquie nous rappelle qu'elle est "l'antidote" naturelle du café. De la même façon, c'est dans le thé que les Iraniens l'emploient. Continuons notre voyage vers l'Est et amusons-nous des himalayistes anglais qui voulurent grimper les montagnes dont ils avaient colonisé le berceau : l'Inde. Quelle peine ne fut pas la leur et combien d'entre eux virent leur cœur s'arrêter lors d'un tel effort jusqu'à ce qu'ils écoutent les sages locaux ? Tant est qu'ils prirent de la cardamome dans leur poche à mâcher lorsque le cœur peinait à comprendre la vanité de leurs efforts inutiles. La plaine conquise, pourquoi vouloir encore conquérir la montagne ? Elle se rebiffa en sorte que leur cœur ne serait jamais conquis jusqu'à ce que la Cardamome vienne à le leur sauver. Les belles Anglaises en furent heureuses après une belle frayeur.



Propriétés énergétiques :

Digérer les émotions
Assimiler les coups de la vie
Surmonter les blessures
Entendre son cœur
Permet de développer ses capacités exceptionnelles



Chémotype standard :

Oxydes (1,8-cinéole 20-45%)
Esters monoterpéniques (acétate d'alpha-terpinyle 30-45%)
Monoterpénols (linalol 3-10%)
Cétones : aucune
Furanocoumarines : aucune

Contre-indications et limitations d'emploi :

Sans contre-indication à dosage physiologique.
Tenir hors de portée des enfants.
Enfants, femmes enceintes : aucune contre-indication à dosage physiologique.

1

Chakras : 5, 4, 3
Doshas : Anoblit Vata
Aide à utiliser Pitta
Transforme Kapha depuis
un poids vers un acquis
Éléments : Ether et Air

¹ 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.