



# Terre d'Éveil

Numéro 09014 - Novembre 2009

Que notre Terre d'accueil soit notre Terre d'éveil

Bulletin d'information de l'association « Terre d'éveil »

## Edito E<sub>n</sub> 2 M<sub>ots</sub>

**“Il y a dans chaque être d'immenses trésors qui sont bons pour les autres !”  
Io Appel-Guéry**

### SOMMAIRE

- **Edito de novembre**  
"Allumer notre lampe intérieure"
- **L'huile d'Argan,**  
Le fruit aux 100 vertus

### AGENDA

**"CRISTAL & THERAPIES  
ENERGETIQUES"**  
Niveau I

Le mercredi 11 novembre  
De 09h. à 18h.

80€ la journée

**"LA REUNIFICATION DE  
L'ETRE"**

Initiation Niveau I

Le samedi 28 novembre  
de 09h à 18h

80€. L'atelier

☎ 05.56.42.23.94

Cette période est bien propice à l'intériorisation comme nous le montre le rythme des saisons. En effet, chaque jour la lumière extérieure décroît un peu plus. C'est comme si, nous avions le signal qu'il était temps d'allumer notre lumière intérieure. D'ailleurs, toutes habitations s'illuminent dès la nuit tombée et tous les extérieurs vont se parer de guirlandes plus étincelantes les unes que les autres.

Quel serait le meilleur moyen d'allumer notre petite lampe intérieure afin d'éclairer au mieux notre voie ?

Les enseignements traditionnels nous disent qu'il est temps de rentrer à la maison.

Après avoir chanter tout l'été que faisons nous lorsque la bise survient ? Profitons-en pour passer du monde extérieur vers le monde intérieur, du plan externe vers le plan éternel comme pourrait nous en suggérer **Io Appel-Guéry**.

Passons du plan de la forme vers le plan non formel atemporel de l'âme. La forme a suffisamment été nourri toute l'année, c'est le moment d'en tirer "l'essence-ciel" et d'en sustenter notre âme. Notre âme nourrit et étincelante comme un fanal dans la nuit, notre es-

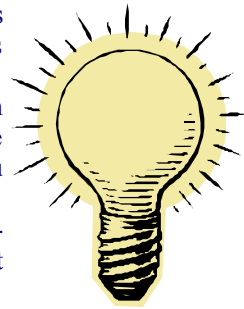
prit pourra tenter de réintégrer notre être au sein du **Principe Unitaire**.

Les saisons nous sont nécessaires pour rythmer notre tempo. La nature est sage pour peu qu'on lui reconnaisse cette bienveillance. Les sages Amérindiens nous disent que **l'homme blanc** ne sait plus écouter la nature. Il veut la dompter alors que lui-même ne peut dompter et chevaucher allégrement son propre tigre, la nature de ses plans profonds.

Il n'est pas possible de dompter la nature, elle ne nous appartient pas. Nous sommes de passage et pouvons seulement l'écouter pour en tirer des leçons et tenter de dompter notre propre nature.

C'est une des seule chose que nous puissions faire durant ce court passage. Notre nature intérieure redimensionnée, c'est bien sur toute la nature alentour, par résonance, qui s'éveillera à de nouveaux paradigmes... **Magiques, Féeriques et Humani-Terre...**

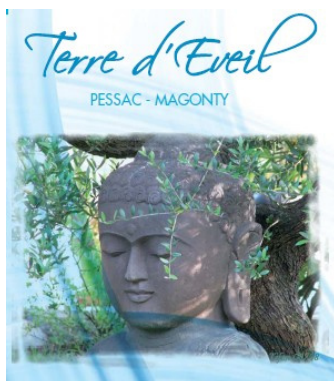
Tifen novembre 2009



**"La Réunification de l'Être"  
De la Dualité Homme/femme vers  
l'Androgynat.**

Cet atelier n'a pas été donné depuis 2007, et sera proposé par **Flor'A et Tifen**.

Le samedi 28 novembre 2009



## HUILE DE FIGES DE BARBARIE Le secret des femmes berbères



Huile équitable en lien avec une association pour le développement de la femme marocaine en milieu rural

L'huile de figes de Barbarie est recommandée pour les soins du buste (**raffermissante**). C'est un véritable **élixir de beauté** favorisant le ralentissement du vieillissement cutané.



Cette huile a des propriétés restructurantes et nourrissantes qui font d'elle un **anti-rides miraculeux**

28 € les 15ml - 3 flacons 80 € franco de port  
Commande sur le site [www.lecactusdemirleft.fr](http://www.lecactusdemirleft.fr)  
ou par téléphone 05 56 42 23 94

# L'HUILE D'ARGAN

L'huile d'argan est une précieuse source, **100% Bio**



**et naturelle**, de nombreux traitements de santé, beauté et diététique.

Elle est produite uniquement dans le Sud-Marocain par des femmes associées dans des coopératives solidaires et distribuée

dans des **réseaux de commerce équitable**.

L'huile d'argan aux 100 vertus se présente sous 2 formes, soit vierge pour les **traitements de santé et de soins cosmétiques**, soit sous forme **d'huile gastronomique pour la cuisine**.

L'huile d'argan est exceptionnellement riche en vitamine E anti-oxydante et en acide gras insaturés.

**En santé**, elle traite particulièrement les affections de la peau et du cheveu (cette huile lutte efficacement contre la calvitie).

**En beauté**, c'est un extraordinaire **Pro-Age anti-rides**. Mais elle efface aussi la **cellulite** et les rondeurs superflues.

L'élaboration d'un seul litre de ce véritable trésor de vitalité, de beauté et de santé exige 8 h de travail assidu.

## L'Argan, le fruit aux 100 vertus de L'Arganier

L'arganier, **l'arbre de l'huile d'argan** ne pousse que dans les contrées semi désertiques du Maroc, de Safi au Nord jusqu'aux confins steppiques du Sahara au Sud.

Cette région est peuplée pour l'essentiel de berbères, l'arganier est l'arbre « béni des Dieux » car **l'huile d'argan** est pour eux un véritable « or vert » aux nombreuses propriétés médicinales.

Pour les femmes, l'huile d'argan ou **appelée aussi huile d'argane** c'est aussi la source d'un véritable élixir de beauté.

D'ailleurs, le mot élixir vient de l'arabe *al-iksir*, qui signifie remède dans cette langue.

De nombreuses tentatives de transplantation d'arganiers ont généralement échoué.

Il n'y a qu'une explication à cela. Si **l'arganier** pousse si bien, rejetant souvent les autres espèces d'arbres c'est qu'il est **parfaitement adapté à son écosystème**.

La terre aride et le climat largement ensoleillé conviennent parfaitement à l'arganier.

**L'arganier n'a besoin que peu de pluies**. Heureusement car il ne pleut que de 30 à 50 jours par an sur la côte à Agadir, encore moins au sud du Souss, de 15 à 30 jours par an seulement.

Sous réserve que les conditions climatiques extrêmes ne soient pas trop longues, l'arganier les supporte bien. On compte **150 à 300 arganiers à l'hectare** et la forêt est clairsemée car l'arbre réclame de la lumière.

## L'élaboration Artisanale & Solidaire de la Précieuse Huile d'Argan

Traditionnellement ce sont les femmes berbères du Sud Marocain qui préparent à la maison l'huile d'argan

pour les besoins familiaux. Aussi bien pour les besoins alimentaires en cuisine que pour les usages ancestraux comme remède naturel ou pour ses propriétés cosmétiques.

L'élaboration d'un seul litre de ce véritable trésor de vitalité, de beauté et de santé **exige 8 h de travail assidu**.

Cette extraction se fait à la maison car par coutume les femmes ne la quittent pas.

Les fruits de l'arganier apparaissent après les pluies d'automne. **Ils mûrissent au Printemps** et tombent au sol en Juin et Juillet, au début de l'été. Ils sont laissés sous les arganiers pour sécher.

Toutefois les parcelles d'arganiers sont clôturées pour éviter que les chèvres ne viennent les manger.

**En Août les fruits sont dépulvés** pour séparer les noyaux. Ceux-ci sont alors concassés à l'aide de pier-

res de granit pour en extraire les amandes, appelées amendons.

Il faut ensuite moulinner ces amendons. Pour la fabrication de l' **huile d'argan alimentaire**, ces amendons auront au préalable grillés et torréfiés dans un plat en terre posé sur la braise tandis que pour l'élaboration de l' Huile d'argan **médicinale et cosmétique**, les amendons n'auront subi aucun traitement de torréfaction.

## Les coopératives solidaires

Il y a une quinzaine d'années seulement, les bienfaits de l'huile d'argan se sont **répandus dans le monde entier**. Mais la précieuse huile était pratiquement indisponible du fait du caractère strictement familial de son élaboration et de sa consommation.

C'est alors qu'ont germé les premières coopératives solidaires de production dans la région d'Essaouira permettant de donner du travail et des revenus à des femmes veuves ou divorcées de la région, car d'usage les femmes mariées restent à la maison.

Ces femmes veuves ou divorcées étaient les plus pauvres parmi les pauvres et n'ayant pas de mari étaient souvent obligées d'émigrer vers les grandes villes, où au mieux elles se louaient comme domestiques ou subsistaient de petits boulots.

L'élaboration de la précieuse huile d'argan respecte totalement les processus traditionnels tout en étant **soumise à des contrôles de qualité garantissant le caractère 100% Bio et naturel de la production**.

Ces structures d'insertion solidaire des femmes déshéritées du Sud-Marocain sont soutenues par le gouvernement car en plus de leur fonction d'économie solidaire elles assurent aux femmes des cours d'alphabétisation...





## L'Huile d'Argan une huile précieuse



**E**n effet un arganier produit environ 8 kilos de fruits par an.

Ces 8 kilos de fruits murs donnent environ 5 kilos de fruits secs, dont 2,5 kilos de pulpe et 2,5 kilos de noix.

Ces 2,5 kilos de noix vont donner 2,25 kilos de coques et 250 gr d'amendons.

Une fois pressés, ces amendons fourniront à peine 0,15 litre d'huile d'argan.

Il faut donc **7 arganiers en pleine production** pour en moyenne **obtenir 1 litre d'huile d'argan**.

On voit ainsi la faible production de cet arbre et la somme de travail nécessaire pour obtenir un seul litre d'huile d'argan.

### Pourquoi est-elle aussi efficace ?

L'Huile d'Argan a une forte teneur en vitamine E. (700mg au litre)

De tout temps, les hommes et les femmes ont cherché la vie éternelle ou pour le moins à retarder le moment inéluctable de la mort.

A défaut d'eau de jouvence, gage de jeunesse éternelle, ils ont essayé au fur et à mesure qu'ils devenaient plus âgés de lutter contre les marques de la vieillesse.

Ainsi ces marques comme **les rides, les taches brunes et le relâchement de la peau** et des tissus conjonctifs, l'arthrose et les rhumatismes, la perte des cheveux allant souvent pour les hommes jusqu'à la calvitie complète ... sont comme les signes dégénératifs de notre fin programmée.

Et cela d'autant plus dans notre monde moderne qui magnifie la jeunesse et voudrait ignorer la mort et la vieillesse.

### La vitamine E à l'origine de la vie

La vitamine E **Clef biologique de la Jeunesse et de la Beauté**, ou tocophérol, est une vitamine lipophile (soluble dans les lipides).

C'est en 1924 que **Bennett Sure** un chercheur américain de l'université d'Arkansas a découvert que la carence d'un certain composé lipidique induisait la stérilité chez les rats mâles. Par contre la présence de ce nouveau composé accroissait la quantité de sperme.

Il donna le nom de **vitamine E à ce composé appelé également tocophérol** d'après le grec qui signifie : « qui permet d'avoir des enfants ».

Ainsi était identifié un nouveau composé naturel à l'origine de la reproduction et à l'origine de la vie.

### Où se trouve la vitamine E ?

La vitamine E est présente naturellement dans les huiles végétales et tout **particulièrement dans l'huile**

**d'argan**. On la trouve également dans d'autres aliments comme les céréales, les amandes, le beurre, les poissons gras...mais en des teneurs beaucoup plus faibles.

En plus de son action contre la stérilité chez le rat et ses capacités à donner la vie, on a découvert beaucoup plus récemment que la vitamine E permettait aussi de retarder l'apparition des signes dégénératifs de la vieillesse.

### Comment avec la vitamine E combattre le vieillissement et les radicaux libres !

Le processus vital de vieillissement peut se caractériser par la production par le corps **de radicaux libres**. Ce sont des composés très réactifs et agressifs qui endommagent des composants cellulaires comme les protéines ou l'ADN. En plus, ces réactions sont cumulatives et se propagent en chaîne.

En effet attaquées par les radicaux libres les molécules corporelles se transforment à leur tour en radicaux libres. **Les atteintes du vieillissement se multiplient**.

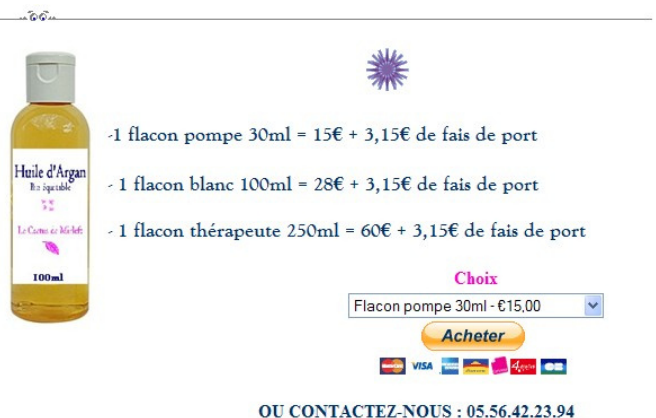
Or la nature permet elle-même de combattre les effets du vieillissement. Ce sont d'autres composés appelés « anti-oxydants » qui permettent de stopper ces processus dégénératifs dus aux radicaux libres.

Ces anti-oxydants dont le plus connu est la vitamine E et les ions H-, ont la possibilité de capter les radicaux libres, de les neutraliser et de réduire leur nocivité.

Fait peu connu mais la vitamine E est utilisée comme conservateur dans les aliments (E 306 à E 309) pour garder leur fraîcheur et éviter leur vieillissement et leur rancissement.

### D'autres effets bénéfiques de la vitamine E sur la santé

En plus de son prodigieux effet anti-oxydant contre les radicaux libres, la vitamine E évite l'agrégation des plaquettes responsable de thromboses. **Elle protège les globules rouges et agit contre les maladies cardio-vasculaires athéromateuses.**



- 1 flacon pompe 30ml = 15€ + 3,15€ de fais de port  
 - 1 flacon blanc 100ml = 28€ + 3,15€ de fais de port  
 - 1 flacon thérapeute 250ml = 60€ + 3,15€ de fais de port

Choix

Flacon pompe 30ml - €15,00

Acheter

VISA MASTERCARD AMEX

OU CONTACTEZ-NOUS : 05.56.42.23.94

[www.lecactusdemirleft.fr/argan](http://www.lecactusdemirleft.fr/argan)

Retrouvez-nous sur le Web !  
[www.terre-d-eveil.fr](http://www.terre-d-eveil.fr)

Terre d'éveil - 9, Rue Du Merle - 33600 Pessac

Centre de reviviscence

Massage aux huiles bio, Massage Tao Chi Neï Tsang

Harmonisation énergétique, Rebirthing, Expansion de conscience, Cohérence Cardiaque

Accompagnement individuel - Groupes - Formations - Conseil en nutrition et diététique - Distributeur indépendant GOH

☎ 05.56.42.23.94

Courriel : [info@terre-d-eveil.fr](mailto:info@terre-d-eveil.fr)