

(source : www.regenere.org)

Comment agit l'huile de ricin ?

L'huile de ricin, également appelée « La Main du Christ » (Palma Cristi), contient un principe actif : **l'acide ricinoléique**. Cet acide **augmente la production de globules blancs** à l'endroit où il est appliqué : reins, vessie, foie, intestins, articulations, etc. Il **libère les stases de toxines** pour les répartir dans le corps et il a un **rôle anti-inflammatoire**.

L'huile de ricin en agissant sur les globules blancs **favorise de manière extraordinaire l'élimination et le traitement direct des déchets** sans même qu'il soit nécessaire de passer par le stade de l'élimination. Qui plus est, en utilisant l'huile de ricin sur les organes émonctoires (reins et intestins), cela favorisera l'élimination par la tonification de ces organes.

Comment l'utiliser ?

On peut l'utiliser **en compresse** : prendre un tissu imprégné d'huile de ricin, le poser sur la zone à traiter et placer une bouillotte chaude dessus, pendant une heure et demie environ. La chaleur de la bouillote augmente l'action de l'huile de ricin (un coussin chauffant aura le même effet). Quand on n'est pas certain de la zone à traiter, placer cette compresse sur les intestins, zone souvent hautement toxique de l'organisme.

On peut l'utiliser aussi **en simple massage**, sur la zone à traiter. Cette technique permet de bénéficier des bienfaits de cet acide ricinoléique sans y consacrer trop de temps. On peut aussi en mettre dans les yeux (une goutte), dans les oreilles, etc...

L'huile de ricin est une **technique régénérante** qui ne demande pas d'énergie à la personne, et qui s'emploie **sans limite d'âges**, c'est donc un outil intéressant.

Attention :

En interne, l'huile de ricin est un purgatif drastique. A éviter absolument sauf en cas d'urgence pour amener une chasse intestinale rapide. A ne jamais utiliser au quotidien, ou comme « laxatif ».

Les graines de ricin contiennent un poison mortel. Cette plante commune est pourtant utilisée par de nombreuses mairies dans un but décoratif !

<http://www.ricinshop.com/huile-ricin-20-utilisations-efficaces/>

Les utilisations parfois insolites mais efficaces de l'huile de ricin

Si on vous a en déjà donné lorsque vous étiez enfant, vous en gardez probablement un très mauvais souvenir ! L'huile de ricin a certes un goût effroyable. Pourtant cette huile est très riche en vitamine E, ce qui la rend idéale pour un grand nombre d'usages. L'huile de ricin est également riche en protéines et en minéraux, et possède des propriétés antifongiques et antibactériennes qui font d'elle un remède pour de nombreux maux qui peuvent vous mener la vie dure au quotidien.

Mais rien qu'au souvenir de son goût, vous ne voulez plus jamais en entendre parler. C'est bien dommage, car elle peut être utilisée dans bien des situations, parfois même plutôt inattendues, et qui ne nécessitent pas toutes de devoir l'ingérer.

L'utilisation la plus courante est bien évidemment en tant que laxatif pour les [problèmes de constipation](#) (avec modération, car vraiment très efficace). Certaines femmes enceintes choisissent également de la prendre pour [provoquer leur accouchement](#), malgré que de nombreux médecins dans le monde ne le recommandent pas, car cela peut entraîner des effets secondaires gênants voire dangereux pour la mère et l'enfant. En effet, son effet laxatif peut effectivement causer la déshydratation si vous ne l'utilisez pas dans ce but.

Mais vous n'avez pas nécessairement besoin de l'avaler pour profiter de ses bienfaits. Découvrez de nombreuses autres possibilités d'utilisation, sans même avoir besoin d'une cuillère !

1. Apaiser les yeux

Elle fonctionne très bien pour atténuer les cernes et autres marques de fatigue autour des yeux. Il agit un peu de la même façon que la gelée de pétrole (type Vaseline), mais avec l'avantage de ne pas être comédogène. Avant d'aller vous coucher le soir, appliquez une petite quantité d'huile de ricin autour de vos yeux. Résultat, un regard frais et reposé dès le réveil !

2. Traitement des cheveux et du cuir chevelu

Si vous avez tendance à avoir le cuir chevelu sec et des pellicules, vous pouvez appliquer un peu d'huile sur vos cheveux et masser votre cuir chevelu pour lutter contre les pellicules et soulager les démangeaisons. Par ailleurs, elle est également très efficace comme masque capillaire. Il suffit de mélanger 2 cuillères à café avec un blanc d'œuf et une cuillère à café de glycérine, puis de masser vos cheveux préalablement mouillés. Après quelques minutes, rincez à l'eau tiède.

3. Douleurs arthritiques

Si vous souffrez de douleurs arthritiques, massez vos articulations endolories avec pour les soulager. Vous pouvez également la mélanger avec un peu de curcuma ou de poudre de Cayenne afin d'en faire une pâte, puis la frotter sur vos articulations. Assurez-vous de ne pas vous en mettre dans les yeux, surtout si vous choisissez l'option piment de Cayenne !

4. Traitement de l'acné

Elle est très efficace pour traiter l'acné kystique profonde. Elle aide à réduire l'inflammation de l'acné et neutralise les bactéries à l'origine de cette affection. De plus, elle agit très

rapidement. Appliquez de l'huile de ricin sur votre visage au coucher, et vous constaterez une nette amélioration dès le lendemain matin.

5. Bien-être intestinal

Bien qu'il faille faire preuve de prudence en cas d'ingestion (parce qu'elle est vraiment très efficace comme laxatif), vous pouvez prendre une cuillère à café chaque matin afin d'entretenir le bon fonctionnement de vos intestins. Si vous ne supportez vraiment pas le goût, vous pouvez la diluer avec du jus d'orange ou de canneberge. Vous pouvez également prendre une cuillère à café d'huile de ricin pour détoxifier vos intestins. Mais encore une fois, prudence avec le dosage !

6. Une peau saine

Nous sommes nombreux à l'ignorer, mais l'huile de ricin est une véritable cure de jouvence pour notre peau. Vous pouvez appliquer l'huile de ricin directement sur votre peau pour qu'elle retrouve éclat et jeunesse. C'est également un excellent soin anti-âge. Elle prévient et atténue les rides. Pour les femmes enceintes, l'huile de ricin aide à améliorer l'élasticité de la peau et à prévenir les vergetures causées par la grossesse.

7. Durillons et cors

Vos pieds vous font souffrir ! L'huile de ricin, appliquée directement sur les zones affectées, peut aider à soulager les cors, les durillons et les callosités. Causés bien souvent par le port de chaussures inadaptées ou une mauvaise posture lors de la marche, ces problèmes de pieds engendrent une véritable gêne et parfois même une douleur importante avec un risque d'infection. Frottez doucement les cors douloureux avec pour apaiser la douleur et favoriser la diminution de l'enflure. Au bout de quelques applications (nombreuses), ils finiront par disparaître totalement.

8. Faire pousser les cheveux

Si vous souffrez de problème de calvitie ou de chute de cheveux, ou bien que vous souhaitez simplement rendre vos cheveux plus épais, vous pouvez ajouter quelques gouttes à votre shampoing et masser votre cuir chevelu pendant environ 6 minutes afin de bien couvrir toute la chevelure. Elle favorise la croissance naturelle des cheveux. Cela fonctionne également sur les sourcils, si vous souhaitez les épaissir. Massez vos sourcils avec quelques gouttes d'huile de ricin pendant deux minutes chaque jour.

9. Pointes fourchues et cheveux cassants

Un autre de ces bienfaits est sa capacité à prévenir et à réparer les pointes fourchues. Celles-ci se forment lorsque les cheveux, fragilisés, deviennent cassants. Pour y remédier, il suffit d'appliquer quelques gouttes directement sur les pointes. Elle aide à restaurer les cheveux et à les rendre moins fragiles et moins cassants. Ils retrouvent force et santé.

10. Soin des lèvres

Avis aux lèvres sèches et gercées ! c'est un excellent soin réparateur, et nul besoin de l'ingérer pour retrouver de belles lèvres ! C'est d'ailleurs pour cette raison qu'on la retrouve dans la composition de nombreux soins pour les lèvres disponibles sur le marché. Pour favoriser la guérison des gerçures et réhydrater les lèvres en profondeur, quelques gouttes étalées sur les lèvres suffisent.

11. Douleurs musculaires

L'huile de ricin est également excellente en massage, particulièrement pour soulager les douleurs musculaires. Il suffit d'en appliquer quelques gouttes sur la zone endolorie et de masser aussi longtemps que vous le souhaitez. Mais nul besoin de courbatures pour bénéficier

d'un bon massage. Utilisez la comme huile de massage. Riche en vitamine E, elle est aussi excellente pour la peau.

12. Écorchures

Vous pouvez traiter vos petites égratignures et autres écorchures en utilisant uniquement de l'huile. Il suffit simplement d'en appliquer quelques gouttes sur vos plaies et les propriétés bénéfiques de l'huile de ricin agiront et aideront vos blessures à guérir rapidement, sans avoir besoin d'ajouter quoi que ce soit d'autre. Elle est également très efficace pour traiter la teigne et d'autres maladies fongiques.

13. Chasser les taupes de votre jardin

Vous les trouvez peut être charmantes, mais elles peuvent en un rien de temps transformer votre jardin en terrain de moto-cross ! Si des taupes ont élu domicile dans votre jardin, mélangez ½ tasse avec environ 2 litres d'eau et verser ce mélange dans les taupinières. Les taupes détestent l'huile de ricin, probablement autant que les enfants. Notez qu'elle ne tuera pas ces petites bêtes, mais elles rechercheront très probablement un autre jardin à dévaster !

14. Lutter contre l'insomnie

Vous collectionnez les nuits blanches ! Saviez-vous qu'elle peut vous aider à retrouver un bon sommeil ? Frottez quelques gouttes sur vos paupières avant d'aller vous coucher (en prenant tout de même garde de ne pas vous en mettre dans les yeux). Ces vertus apaisantes et relaxantes vous permettront de passer une nuit paisible et réparatrice pour être en pleine forme le lendemain matin.

15. Soulager les coliques du nourrisson

Non, nous ne vous conseillons pas de donner de l'huile de ricin à votre bébé qui souffre de coliques ! En revanche, vous pouvez réchauffer un peu d'huile dans vos mains en les frottant l'une contre l'autre. Massez ensuite doucement le ventre de bébé. Cela aidera à soulager les douleurs des gaz et autres troubles intestinaux. Apaisé, votre enfant retrouvera le sommeil grâce à un remède naturel, exempt d'effets secondaires indésirables, contrairement à de nombreux médicaments en vente libre.

16. Traitement des hémorroïdes

L'huile de ricin est très efficace pour soulager les hémorroïdes et apaiser les démangeaisons qu'elles provoquent. Il suffit d'imbiber un coton et de l'appliquer sur la partie concernée. Laissez agir pendant une quinzaine de minutes. Vous pouvez effectuer ce soin plusieurs fois par jour si nécessaire. Attention, ce remède ne concerne que les hémorroïdes externes.

17. Fortifier les ongles

Pour retrouver de beaux ongles en pleine santé, massez vos ongles avec une petite quantité d'huile de ricin chaque jour pendant environ deux mois. Celle-ci contribuera à renforcer vos ongles et à favoriser leur pousse. Ne négligez pas vos ongles de pied, offrez-leur également une pédicure.

18. Soin des fougères

Amateurs de fougères, ce qui suit s'adresse à vous ! Si vos fougères semblent faire un peu grise mine, ce petit mélange à base d'huile de ricin devrait les aider à retrouver la forme. Il suffit simplement de mélanger une cuillère à soupe d'huile avec 4 tasses d'eau tiède et une cuillère à soupe de shampoing pour bébé. Faites goûter environ 3 cuillères à soupe de ce mélange dans la terre autour de la plante puis procéder à un arrosage ordinaire.

19. Enlever les verrues et les acrochordons

Les acrochordons, quel drôle de nom ! Ce sont de petites excroissances de chair qui peuvent se former à des endroits spécifiques du corps comme le cou, sous les seins ou sous les aisselles. Non douloureuses et bénignes, d'un point de vue médical, elles peuvent toutefois être gênantes d'un point de vue esthétique. Quant aux verrues, en plus d'être disgracieuses et parfois douloureuses, ces affections d'origine virale sont très contagieuses, il est donc fortement recommandé de s'en débarrasser au plus vite. L'huile peut être utilisée pour supprimer ces petites excroissances inesthétiques. Il suffit d'appliquer de l'huile de ricin sur la verrue ou sur l'acrochordon tous les jours pendant quelques semaines et elles disparaîtront progressivement. Notez que cela ne fonctionne pas sur les grains de beauté. Assurez-vous donc de bien savoir ce que vous essayez de retirer avant de commencer.

20. Graisser vos ustensiles de cuisine (ciseaux)

L'huile de ricin fait un merveilleux lubrifiant pour vos ustensiles de cuisine, comme les ciseaux de cuisine, par exemple, avec lesquels vous découpez des emballages alimentaires ou parfois même directement des aliments. Parce qu'elle peut être ingérée, est beaucoup plus adaptée que d'autres lubrifiants qui ne devraient jamais, d'une manière ou d'une autre, entrer en contact avec votre nourriture ou votre bouche. Il suffit de frotter un peu vos ciseaux (ou autres ustensiles) avec et de les laisser reposer quelques heures avant de les essuyer avec une serviette en papier ou un chiffon propre.

HUILE DE RICIN

Les indications

Dans toutes les lectures que j'ai pu trouver sur le sujet, l'huile de ricin a été utilisée avec succès dans de très nombreuses maladies.

Dans son livre « Les miracles de la guérison », par exemple, le docteur William A. McGarey liste l'expérience personnelle et professionnelle qu'il a pu en faire au sein de sa patientèle :

- disparition d'une **excroissance sur la paupière**, en la massant quotidiennement avec un mélange d'huile de ricin et de bicarbonate de sodium (comme pour moi, elle tomba sans laisser aucune trace, alors qu'une opération avait été prévue) ;
- réduction du **risque de fausses-couches** durant la grossesse ;
- atténuation des **vergetures** dues à la grossesse ;
- cessation de n'importe quelle **douleur articulaire** (arthrite localisée, entorses, etc) ;
- guérison d'une **kératose** cutanée (zones sèches et épaisses sur la peau) ;
- disparition de **nodules lymphatiques** ;
- retour du sommeil dans le cas d'**insomnies**, même rebelles (une patiente explique qu'elle en imbibait des cotons qu'elle plaçait dans ses oreilles) ;
- même recette pour des **infections** de l'oreille ;
- **troubles du comportement** et de l'humeur chez les enfants (enfant capricieux, hyperactif, etc.), qui se volatilisent par application d'emplâtres d'huile de ricin sur l'abdomen ;
- une étrange recette pour le **rhume des foins** : une goutte d'huile de ricin sur la langue, une fois par jour, avec un compte-gouttes ;
- éviction d'un très grand nombre d'opérations de l'**appendicite**, même en phase aiguë ;
- guérisons remarquables, en un temps record, pour des **doigts écrasés**, des **ongles retournés**, **ongles incarnés**, etc.
- mais aussi guérison de plein d'autres bobos : **cors aux pieds**, **kystes**, **oignons**, **ichtyose**, **nævus**, **cholécystite**, diverses **affections du foie**, **sclérodermies**, **maux de tête**, **troubles intestinaux**, **névrite**, **toxémie**, **rages de dents**, **sinusite**, etc.

Bref, l'application de cette huile ne semble avoir d'autres limites que celles de votre ingéniosité. Elle serait bonne pour tout !

Je ne doute pas que vous lui trouviez vous-mêmes beaucoup d'autres utilisations.

Les secrets de l'huile de ricin

Je partage l'avis du docteur MacGarey : **cette huile appelle le sang et la lymphe à l'endroit où vous l'appliquez.**

Edgar Cayce n'en recommandait pas l'usage interne.

À son époque, elle était utilisée comme puissant purgatif. Les gens à qui il conseilla de l'appliquer sur la peau ont dû être surpris (comme ma pharmacienne en début d'article). Pourtant, il affirmait nettement que l'huile de ricin était toxique et ne devait pas être prise par voie orale.

Alors, si elle est toxique, comment expliquer ses effets miraculeux ?

Pour le comprendre, il faut aller chercher ailleurs.

Il existe un autre remède totalement impopulaire et néanmoins efficace : *l'urinothérapie* (amaroli)³. Bien que l'urine soit stérile, son usage pour se traiter est presque tabou. Pourtant, ceux qui ont testé cette technique relatent des résultats étonnants.

Une de mes patientes septuagénaire se massa les mains avec son urine du matin, et cela régulièrement, tous les jours sans exception. Elle souffrait de polyarthrite déformante avec des doigts en « coup de vent », c'est-à-dire qu'ils étaient déviés comme les tiges de blé après une bourrasque.

C'était inquiétant.

Pourtant, un an plus tard, et bien que la médecine affirme que cela est impossible, ses doigts avaient retrouvé leur position naturelle.

J'apprécie ces exceptions à la règle, parce qu'elles remettent en cause pas mal de nos a priori.

Comment un traitement aussi simple peut-il fonctionner ?

J'en suis arrivé à la conclusion que ce sont les déchets que contient l'urine qui lui donnent son pouvoir de régénération. En fait, ils ne font qu'activer le pouvoir de guérison du corps.

L'augmentation de la circulation locale semble attirer in situ sang et lymphes pour nettoyer et réparer, régénérant du coup toute la zone, tous tissus confondus.

Mais le gros avantage de l'huile de ricin, que n'a pas forcément l'urine, c'est qu'elle est riche en minéraux, et particulièrement en vitamine E et en acides gras essentiels. Ces nutriments sont indispensables :

- 1 – pour activer les cellules lymphatiques et immunitaires appelées sur la zone polluée ;
- 2 – pour réparer les cellules lésées.

L'urine n'a pas forcément toutes ces qualités, parce que sa composition dépend de l'état de minéralisation de la personne. Or nous souffrons actuellement d'une cruelle carence en micronutriments, par le simple fait que notre alimentation est industrialisée.

L'huile de ricin apporte incontestablement un gain nutritionnel d'une grande valeur, chose que ne fait pas l'urine

Comment l'appliquer ?

La manière la plus simple de l'utiliser est d'en enduire la peau et de masser, à condition de bien frotter pour la faire pénétrer jusqu'au derme.

Elle peut être appliquée sur n'importe quelle partie du corps : le ventre, le cou, le visage, les mains, etc.

Il est toutefois plus pratique, et plus efficace aussi, d'en faire des emplâtres. Pour cela, il vous faut :

- un **tissu de flanelle** en coton ou en laine (mais n'importe quel tissu en coton peut aussi faire l'affaire) ;
- une **assiette** ;
- du **papier cellophane** (ou film alimentaire) ;
- une **bande de crêpe** qu'on trouve en pharmacie (prenez-en une longue si vous souhaitez maintenir le cataplasme sur le ventre) ;
- du **scotch dermique** (en pharmacie) si vous voulez faire un cataplasme sur une toute petite surface ;
- et du **bicarbonate de sodium** (on en trouve même en grande surface).

1 -Mettez un peu d'huile dans l'assiette.

2 – Placez-la sur le feu ou la plaque électrique (évités le micro-ondes !) et faites chauffer délicatement (attention : l'huile chauffe très rapidement).

3 – Pliez le tissu en huit épaisseurs. Posez-le dans l'assiette afin qu'il s'imprègne d'huile.

4 – Coupez un morceau de papier cellophane d'une taille suffisamment grande pour qu'il recouvre largement le tissu.

5 – Placez d'abord la compresse (le tissu imbibé d'huile) sur la peau, au niveau de la zone à traiter

6 – Puis recouvrez-la du papier cellophane.

7 – Enfin, bandez le tout, pour maintenir, avec la bande de crêpe.

Après 1 heure d'application au minimum, enlevez l'ensemble. Rangez la compresse dans une boîte en plastique ou un sachet plastique pour la reprendre ultérieurement (en rajoutant à nouveau un peu d'huile chauffée dans l'assiette au moment opportun).

Nettoyez la peau avec de l'eau bicarbonatée. Pour cela, mélangez, dans un récipient, un verre d'eau et une cuillère à café de bicarbonate de sodium. Vous serez surpris de constater que le bicarbonate dissout le gras.

Renouvelez l'opération tous les jours, pendant plusieurs semaines, en fonction du résultat. Tout dépend de l'ampleur du problème et de la profondeur des tissus à atteindre.

Optimiser la recette

L'huile est plus performante lorsqu'elle est chauffée. La chaleur permet à l'huile de pénétrer la peau. Il est donc recommandé de poser par-dessus le bandage une couverture chauffante ou une bouillotte.

Au minimum, **la compresse devra rester une heure sur la zone à traiter.** Au mieux, on la garde tout la nuit, en fonction de la commodité (sur la joue, par exemple, ce n'est pas facile).

Il est possible d'activer l'huile de ricin en y ajoutant du **bicarbonate de sodium**. Cela semble améliorer les vertus de l'huile.

Vous devez absolument garder à l'esprit l'éventualité d'une probable application journalière des cataplasmes, et ceci pendant plusieurs semaines. Certains cas nécessiteront moins de temps, c'est évident. Quoi qu'il en soit, **ce remède requiert persévérance et patience.** Vous devez en tenir compte, sinon, vous risquez d'être déçu, alors que le produit est exceptionnel.

A quel endroit du corps faire un cataplasme ?

L'huile de ricin s'applique sur les parties malades. Certaines sont plus accessibles que d'autres.

Sur la douleur

Hormis des zones très locales, comme un traumatisme sur un doigt ou une côte, une douleur fulgurante et aiguë ou une zone enflammée, la pratique m'a montré qu'il était plus utile de guérir la cause du problème que son expression distale.

Beaucoup de problèmes d'épaule, par exemple, ont pour origine des dysfonctions organiques (les viscères). A droite, cela dénonce souvent un trouble hépatique (ou biliaire), alors qu'à gauche, c'est plutôt l'estomac ou le pancréas qui sont en cause. Cela ne veut pas dire qu'il n'y a rien à l'épaule, mais que l'origine du problème est le viscère.

Sur la cause

Il est plus efficace de traiter la cause que la conséquence. Et les résultats sont rapides. C'est pourquoi, quand le résultat tarde, c'est qu'il faut aller voir ailleurs.

Comment trouver la cause ?

Instinctivement, nous pressentons l'endroit qui ne va pas. Il s'agit de parties du corps qui avaient déjà posé des problèmes, apparemment résolus. Ceux-ci reviennent en général régulièrement, mais disparaissent de même, ne laissant qu'une petite gêne insignifiante.

Observez le côté sujet à ces retours fréquents. Souvent nous n'avons des problèmes que d'un seul côté. C'est un bon indice. Vous pouvez être certain que l'origine du problème est du même côté et qu'il touche plutôt un viscère. Ce peut être l'intestin droit, le foie sous les côtes, l'estomac, etc.

Notez qu'il y a toujours à proximité de petits grains de beauté.

Placer le cataplasme sur cette zone fragile est extrêmement bénéfique, et résout une foule de problèmes que vous n'auriez jamais soupçonnés.

Par ailleurs, cherchez aussi les micro-traumatismes dans les muscles. Ils sont très souvent la cause de problèmes articulaires beaucoup plus importants à distance. Fouillez dans les muscles les endroits douloureux (pour les problèmes de genou, allez voir particulièrement les mollets. Pour les cervicales, cherchez dans les bras). En temps normal, les fibres musculaires ne font pas mal. Si vous trouvez un « nœud » douloureux, faites-y un cataplasme sur plusieurs jours. Ce sont des zones faciles d'accès.

Quelques emplacements privilégiés

Les résultats sont également spectaculaires sur des ganglions enflammés et douloureux. Parmi les ganglions, **les amygdales** sont des zones importantes et très souvent problématiques. Les vieilles angines à répétition peuvent laisser des séquelles insoupçonnées (sur la première cervicale par exemple).

Enfin, considérez aussi **les cicatrices**. Mine de rien, elles sont à l'origine de bien des dysfonctionnements dans notre machinerie. En temps normal, la peau doit être souple. Derrière une cicatrice suspecte, il y a toujours des adhérences. Si vous tirez la peau dans tous les sens, même délicatement, vous sentirez que la peau a perdu de sa souplesse.

Pour terminer, peut-être est-il utile de mentionner **le plexus solaire** ? Vous avez sans doute déjà remarqué qu'après plusieurs nuits blanches, il est très difficile de retrouver un sommeil malgré la fatigue. En réalité, arrivé à un point extrême, le corps a du mal à déconnecter et à retrouver son équilibre. Idem pour les émotions (tant centrifuges comme la colère, que centripètes comme la tristesse) : à flirter dans les excès, on n'arrive plus à redescendre. La machinerie s'emballe. On peut imaginer cette anomalie comme une surtension du plexus solaire. Un cataplasme dessus permet un retour à la normale rapidement.

Bien souvent, les tensions du diaphragme sont en réalité des surtensions du plexus solaire.

Pour conclure,

Autrefois, le ricin portait le nom de *Palma Christi*, « *Paume du Christ* ». On ne sait si cela était en raison de la forme de ses feuilles – qui ressemblent à des mains – ou à cause de son pouvoir de guérison extraordinaire.

Voulant en savoir plus, j'ai interrogé un jour un vieux shaman sur ses propriétés déroutantes. Avec des yeux remplis de bonté, il m'a dit : « *à l'endroit où vous la poserez, elle saura aimer, même là où il n'y a plus d'amour* ». Et c'est en effet la sensation que cela m'avait donné.

Si vous avez l'impression d'être dans une impasse, qu'il n'y a pas de solutions, voici donc un remède merveilleux. Une lueur d'espoir dans les ténèbres. En libérant ainsi une à une les tensions internes, vous retrouverez un équilibre depuis longtemps perdu. Vivre sa vie, sans tension dans le corps, est totalement différent que de trainer les raideurs et les gênes disparates de son passé. Il n'y a rien de plus fabuleux que de vivre libéré de ses soucis.

Wladislas BARATH

(Source : www.masantenaturelle.com)

L'huile ricin serait-elle un remède universel méconnu?

L'huile de ricin est tellement efficace qu'elle est souvent utilisée pour purifier le système digestif dans les cas d'empoisonnements.

r

Le ricin (*ricinus communis*) qui est également appelé Palma Christi (paume du Christ) est cultivé dans toutes les régions tropicales, particulièrement en Afrique et en Asie méridionale.

L'huile de ricin est utilisée depuis plus de 4000 ans. Jusqu'à récemment elle servait à purifier l'organisme. Combien de jeunes ont-ils été "martyrisés" par le goût peu plaisant de l'huile de ricin, qui dans de nombreuses familles servait de remède universel!

L'huile de ricin, qui est également appelée huile de castor en Amérique du Nord (non pas en référence à l'animal, mais bien par rapport au nom de la plante en anglais: *castor bean*) est puissamment laxative et même purgative lorsque utilisée à forte dose.

L'huile de ricin est tellement efficace qu'elle est souvent utilisée pour purifier le système digestif dans les cas d'empoisonnements.

Elle est bien tolérée par la peau et entre dans la composition de nombreux préparations médicinales et cosmétiques.

En Inde on l'utilise pour soulager les articulations enflammées et pour stimuler la lactation, en massant les seins, des femmes ayant accouché.

L'onguent de ricin, un remède universel méconnu

William A. Mc Carey est un médecin américain qui s'intéressa aux traitements préconisés par le célèbre mystique Edgar Cayce, qui diagnostiqua et soigna des milliers de personnes entre 1910 et 1945.

Le docteur Mc Carey a étudié et mis à l'épreuve de nombreuses recommandations de guérisons, de même que les conseils de mode de vie holistique préconisés par Cayce. Parmi les traitements régulièrement recommandés par celui-ci, un de ceux qui impressionna le plus le docteur Mc Carey et qu'il devait utiliser régulièrement pour une grande variété de troubles de santé, il y a **l'onguent d'huile de ricin**.

Le traitement à l'onguent d'huile de ricin était devenu tellement important pour le Dr Carey qu'il lui consacra un livre dans lequel il mentionne quatre vingt études de cas individuels ayant eu recours avec succès à ce remède. Selon le Dr Carey, **jamais il n'a rencontré un remède qui surpasse l'huile de ricin** en ce qui concerne les qualités curatives et la diversité des applications thérapeutiques possibles.

Le Dr Carey a utilisé et recommandé l'huile de ricin en onguent, en application locale, en gouttes et par voie orale dans des milliers de cas et il n'a rencontré que deux ou trois patients qui y étaient allergiques. **Selon lui, les problèmes que résout l'huile de ricin vont de l'appendicite à la sclérodémie, en passant par les syndromes douloureux, les glissements**

de disques vertébraux, l'hyperactivité, les tumeurs, les nausées, les tintements d'oreille, etc. Il ne semble y avoir aucune limite.

Le Dr Carey admet qu'il est parfois difficile de dire pourquoi les traitements à l'huile de ricin produisent de tels effets. Certains de ses patients lui ont assuré que ces onguents leur faisait plus de bien que les meilleurs tranquillisants. Il semble qu'ils apaisent le corps d'une manière mystérieuse mais efficace.

Explication sur l'efficacité des onguents d'huile de ricin

Le Dr Carey explique que l'un des concepts qui l'a aidé à comprendre pourquoi ces onguents étaient aussi efficaces est la nature de l'huile de ricin en usage interne.

Elle purifie l'ensemble du système intestinal et en raison de la proximité des courants sanguins et lymphatiques elle purifie également ces flux vitaux.

La lymphe est un fluide semblable au sang, mais dépourvu de globules rouges. Elle est d'une nature plus alcaline que le sang. Elle agit en tant qu'agent purificateur des cellules individuelles; elle traverse également les divers nodules lymphatiques, les parois de l'intestin, le foie et les plaques de Peyer.

Il ressort, de l'observation clinique de la manière selon laquelle divers états répondent aux onguents, que **l'huile de ricin a pour effet de stimuler l'activité des courants lymphatiques tout en favorisant l'élimination de substances toxiques** des cellules de la région où elle a été appliquée.

Traiter par onguents une zone blessée ou enflammée pour l'une ou l'autre raison permet au tissu cellulaire de cette zone de réagir plus normalement face aux toxines et donc de maîtriser l'infection ou l'inflammation.

Note importante: si l'utilisation raisonnable de l'huile de ricin ne présente pas de danger, il n'en va pas de même de **la consommation de ses graines ou de ses feuilles, qui peut-être mortel**. En effet elles contiennent des toxines très dangereuses pour la consommation humaine. Mais ces toxines sont absentes de l'huile obtenue par pressage.

Les médecines douces cayciennes

Il est réconfortant aussi de savoir que Cayce a encouragé ce renouveau des médecines douces pour lesquelles nous nous battons depuis si longtemps... Nous étions cayciens sans le savoir !

(Voir *Médecines douces pour nos enfants*, aux Éditions du Rocher, où sont résumées les caractéristiques de chacune de ces médecines douces, ainsi que leur utilisation pratique). Commençons par la phytothérapie.

Les plantes de toujours

Le ricin

L'huile de ricin se dit « Castor Oil » en anglais. Au début, j'ai cru qu'il s'agissait d'un genre d'huile de vison, et j'avais été très choquée dans mes sentiments écologiques... Puis j'ai compris qu'il s'agissait de l'huile extraite de l'arbuste bien connu appelé en latin « *Palma christi* » !

La grande originalité de Cayce est de l'avoir recommandée par voie externe — et très peu par voie interne (cauchemar de tant de pauvres gosses d'autrefois !). Sa façon de l'employer, ce sont des cataplasmes chauds posés sur la peau. Cayce l'a pres-

crité, cette Castor Oil, près de 570 fois ! C'est dire s'il la considérait comme importante ! J'ai moi-même fait l'essai... C'est génial !

Ce n'est pas un remède vraiment nouveau : on sait depuis toujours que l'huile de ricin est un puissant cathartique, c'est-à-dire une substance qui provoque une catharsis, ou réaction rapide du corps pour se débarrasser des toxines. Voici une lecture typique :

Chauffez l'huile. Plongez dedans 2, 3 ou 4 épaisseurs de flanelle. Égouttez-les et appliquez directement à même le corps. Veillez à ce qu'une source de chaleur sèche maintienne ce cataplasme chaud pendant une heure environ, tant qu'il reste en contact avec la peau. Après quoi, lavez et baignez le corps, avec une solution savonneuse, pour le débarrasser de l'acidité et des sécrétions naturelles qui auront été provoquées par le cataplasme. (Lecture 1034-1.)

Pour simplifier, on peut aussi enduire la peau de cette huile de ricin, qui est assez visqueuse, puis mettre dessus une écharpe de laine (Cayce dit que la flanelle de laine était préférable au coton) et ensuite sur le tout une bouillotte bien chaude. Il faut demander de l'huile de ricin Codex* — pas trop « purifiée », la plus naturelle possible. Celle que l'on vend à Virginia Beach (au magasin Heritage store, spécialiste des remèdes cayciens) est excellente, pas trop raffinée, de teinte jaune, et d'une odeur très supportable.

Que soigne-t-on avec l'huile de ricin par voie externe ?

Eh bien !... Tout, ou presque. Oignons, verrues, dermatoses, kystes, tumeurs bénignes... mais aussi tumeurs malignes : par exemple cancers de la peau et du sein (où Cayce a obtenu des succès définitifs). Et non seulement les maladies qui se manifestent au niveau de la peau, mais aussi de très graves désordres internes qui n'apparaissent pas toujours au niveau cutané ; cystites et cholécystites, coliques hépatiques et néphrétiques, tous les problèmes hépatiques et digestifs de façon générale, colites, coliques, constipation, appendicite ; les rhumatismes, les maux de tête, certains désordres du système

* En France : pharmacie Dufour-Festy, 89, avenue de Wagram, 75017 Paris, tél. : (1) 763.28.69.

nerveux comme l'épilepsie ; les néphrites, et même la toxémie gravidique. Toutes les fièvres...

Puisque tout ces maux proviennent d'un empoisonnement interne, l'huile de ricin joue alors un rôle de catalyseur dans l'élimination des poisons. Il faut appliquer le cataplasme plusieurs jours de suite, pendant plusieurs heures de temps dans les cas aigus — jusqu'à obtenir un soulagement de la douleur et une amélioration des symptômes — et sur la zone qui correspond à l'organe (par exemple sur le foie, en cas de colique hépatique, sur les reins en cas de colique néphrétique et de calcul, etc.).

Une seule contre-indication : ne pas utiliser les cataplasmes d'huile de ricin pendant les règles. De nombreux médecins qui ont fait des recherches sur les remèdes cayciens ont confirmé l'efficacité puissante de l'huile de ricin, que Cayce explique ainsi :

L'effet de ces cataplasmes d'huile est de dynamiser, par l'absorption à travers le système transpiratoire, les activités physico-chimiques qui produisent une plus grande quantité de lymphes, en augmentant l'activité des échanges à la surface. Cela provoque un drainage qui permettra l'élimination des poisons. (Lecture 631-4.)

La bonne huile d'olive des familles

Celle-là, c'est une vieille amie — et nous n'en avons pas été dégoûtés par un usage abusif. Considérée depuis toujours comme doucement laxative, elle est très souvent recommandée par Cayce. Par exemple, il conseille une « diète de pommes », où l'on ne mange, pendant trois jours, que des pommes crues — (non traitées, bien sûr !) en terminant cette mini-cure par une tasse à café d'huile d'olive. Cette cure a un but dépuratif : elle fait maigrir, corrige la constipation, draine l'organisme à l'entrée de l'hiver. La salade niçoise aurait enchanté Cayce, s'il l'avait connue !

... On sait bien que l'huile d'olive est l'amie du foie (à condition d'être consommée crue, et que ce soit une huile d'olive vierge, extraite par première pression à froid). Cayce la recommande aussi bien par voie externe que par voie interne :

L'huile d'olive, préparée comme il faut — de la pure huile d'olive vierge — devrait toujours être utilisée. Elle est l'un des meilleurs stimulants de l'activité musculaire et de la sécrétion des muqueuses, lorsqu'on l'applique sur le corps. (Lecture 440-3.)

Dans les cas de cicatrisation difficile, de brûlures, Cayce recommande l'huile d'olive camphrée (camphre naturel, bien entendu, produit du camphrier du Japon). Le mélange des deux :

appliqué sur l'épiderme, a pour effet, non seulement de produire un apaisement, un adoucissement, mais de stimuler la circulation de façon telle que, peu à peu, en deux ans ou deux ans et demi, il se produise un renouvellement complet de la peau. (Lecture 440-3.)

Avis aux grands brûlés, et à ceux qui souffrent de cicatrices chéloïdes, c'est-à-dire vicieuses. Cayce donne les proportions : huile d'olive et camphre en parties égales, mais l'on peut doser le mélange de façon qu'il ne soit pas trop fort, et ne brûle pas (donc, avec moins de camphre). Autres usages, encore, de cette huile d'olive camphrée : coups de froid, angines, pneumonies, congestions. Ou en massage pour rétablir la circulation. Demandez à votre pharmacien de vous la préparer — mais fournissez-lui l'huile d'olive « bio » ! Enfin, le shampooing à l'huile d'olive a toutes les faveurs de Cayce, ainsi que les savons. On en fabrique en France, dans le Midi, d'excellents ! (Une chance pour nous !)

De façon plus générale, pour une meilleure élimination des déchets :

Prenez matin et soir de petites quantités d'huile d'olive pure. La moitié d'une tasse à café stimulera la sécrétion gastrique, qui est activée par l'huile d'olive. (Lecture 1481-1.)

Le bouillon-blanc

Appelé encore Molène, ou Cierge de Notre-Dame, etc., vous le connaissez bien, il fleurit jaune en poussant très haut sa hampe florale. Ses feuilles sont très larges, veloutées, d'un vert amande. Et son petit nom latin est *Verbascum thapsus*. Cayce recommande d'en boire des tisanes, dans le cas de varices et hémorroïdes :