



Nouveau printemps

L'école du Qi pour redevenir jeune après 60 ans

Les alicaments :

La noix d'arec



Les alicaments :

La noix d'arec

Bienvenue dans cette nouvelle vidéo, où on va parler d'un produit qui va devenir fondamental dans les prochaines décennies, au travers de nos habitudes alimentaires. Il s'agit de la **noix d'arec** ou **Bing Lang** 檳榔.

Un peu d'histoire...



La noix d'arec fait partie des **plantes qui éliminent les parasites.**

Cette catégorie de **Yao** a comme rôles :

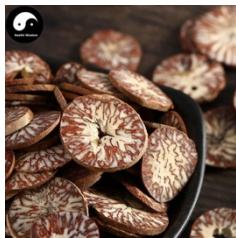
- **D'activer la digestion ;**
- **De purger vers le bas ;**
- **De renforcer la Rate ;**
- **D'harmoniser l'Estomac.**

Nouveau printemps

Elle provient du fruit mûr de l'aréquier (*Areca catechu*), un arbre à feuilles persistantes de la famille des **Palmacées**. C'est un palmier élégant atteignant une quinzaine de mètres de haut, qu'on retrouve dans quasiment toutes les zones tropicales.



La graine d'arec est aussi appelée **Hainan Zi**. C'est sous sa forme séchée que l'on va la consommer le plus traditionnellement en pharmacopée chinoise. Très souvent, et à tort, on l'appelle « **noix de bétel** ». En effet, dans de très nombreux pays et surtout en Asie, elle est consommée sous une forme de préparation à mâcher avec de la feuille de **bétel**.



Il faut savoir que **la noix d'arec en elle-même n'est pas dangereuse quand on suit scrupuleusement les dosages, mais les différentes préparations qu'on trouve peuvent le devenir** (dans chaux, dans les feuilles de poivrier, de tabac, de bétel). Sous ces formes, elle est consommée par des millions de personnes ! Avec l'alcool, le tabac et le café, elle est classée comme la quatrième drogue psychotrope dans le monde.

Vertus thérapeutiques en médecine chinoise

Bing Lang a une saveur **amère** et **piquante**. Sa nature est **tiède**.

La saveur amère brise les stagnations et la saveur piquante disperse les perversités. Il est dit que sa nature est semblable à celles des métaux et des



Nouveau printemps

pierres. Elle fait descendre tous les médicaments jusqu'au point le plus bas du corps.

Ses organes-méridiens cibles sont :

- **L'Estomac ;**
- **Le Gros intestin.**

Ses principales actions sont :

- **D'attaquer le dur et d'éliminer les gonflements ;**
- **De faire circuler l'énergie ;**
- **De résoudre les stagnations d'aliments et les accumulations ;**
- **Faire circuler les mucosités, le Tan ;**
- **Favoriser la descente des liquides et l'évacuation de l'eau ;**
- **Expulser le vent ;**
- **Détruire les parasites ;**
- **Soulager les symptômes de la malnutrition.**



Nouveau printemps

Explications

- **Bing Lang** est employé en cas d'infestation parasitaire par le ténia, le Fasciolopsis, l'Ascaris et l'oxyure. Elle est non seulement capable de les tuer mais, grâce à **ses propriétés purgatives**, elle en favorise aussi l'expulsion par les selles. Il est **particulièrement efficace contre le ténia provenant du porc**. On prend alors deux cuillères de poudre de noix d'arec en une seule fois. On peut aussi en découper une lamelle et la mâchonner.

Notre maître nous disait qu'avec la dépression et les cancers, la parasitologie allait devenir le grand fléau du troisième millénaire. Une des raisons est d'origine alimentaire, avec des produits amenant trop d'humidité dans notre bol alimentaire. Avec les **graines de courge séchées**, la noix d'arec est **un très bon vermifuge**.

Dans de plus en plus de certaines publications officielles, on se rend compte que, pour traiter différents types de cancers, on pouvait utiliser l'ivermectine, un antiparasitaire que les vétérinaires emploient très souvent. Quand j'aidais mon père à opérer, je m'amusais de temps en temps à ouvrir un appendice ou une vésicule biliaire qu'on venait d'enlever. On y voyait grouiller des dizaines de milliers de petits vers ! Notamment, quand les enfants commencent à être agités, à avoir des brûlures anales le soir et le nez qui gratte tout le temps, cela signifie qu'ils sont infestés, mais en leur donnant un vermifuge, les choses s'arrangent très vite. Au contraire, si ces déchets stagnent dans le corps, ils finissent par devenir du **Tan**. Or s'il y a une stagnation à l'endroit où se produit le **Tan**, on peut avoir une transformation de ce **Tan** en poison, et ce poison peut être à



Nouveau printemps

l'origine de cancers. On pourrait alors imaginer que certains vermifuges puissent avoir **une action secondaire importante sur le traitement de certains types de cancers.**

- Elle entre en tant que principal composant de la formule **Jie Nue Qi Bao Yin** ou « **boisson aux sept trésors** », pour traiter les accès paludéens.
- La noix d'arec permet de **traiter la constipation et la rétention urinaire due au dysfonctionnement des mouvements du Qi**. La personne a tout le temps envie de pousser, mais elle est bloquée. Cela entre dans le cadre de ce que l'on appelle le ténésme, symptôme que l'on retrouve très souvent dans les maladies parasitaires.
- En présence de parasites dans les poils du pubis, la prescription la plus efficace est de préparer une décoction de **Bing Lang** et de s'en servir en lavage local. On peut aussi frotter cette région avec **Bing Lang** au cœur rouge.
- C'est **une plante très efficace en cas de douleurs abdominales et de vomissements dus aux Ascaris.**
- C'est aussi **un très bon produit pour soigner l'eczéma**. On l'utilise alors sous forme de décoction concentrée en application externe.



Nouveau printemps

Vertus thérapeutiques en médecine moderne

- C'est un **puissant antihelminthique et antiparasitaire à large spectre**.
- Son infusion aqueuse **inhibe les dermatophytes et le virus influenza**.
- Contenant de l'**arécoline**, elle a un **effet cholinergique** : elle augmente la sécrétion salivaire et la transpiration, active le péristaltisme intestinal, diminue la fréquence cardiaque et la tension artérielle.
- Elle provoque le myosis quand elle est mise en gouttes dans les yeux.
- Les deux principes actifs que sont l'**arécaïdine** et l'**arécoline** sont présents dans la noix d'arec. Ils sont comparables à la **nicotine** pour **leurs effets stimulants et coupe-faim**. D'ailleurs, en Afrique, en Inde ou même en Chine, quand les gens n'ont pas assez d'argent pour se nourrir, ils mâchent en permanence cette noix d'arec. Comme ils n'ont plus faim, ils ne mangent plus et se dénutrissent complètement.

Modes de préparation

- La noix doit être de bonne taille, dure et intacte. Elle est collectée à la fin du printemps et jusqu'au début de l'automne. Elle est ensuite bouillie dans de l'eau, séchée, pelée, puis séchée de nouveau au soleil pour être découpée après macération.



Nouveau printemps

- La posologie moyenne est de 6 à 15 grammes. Elle passe de 1 à 3 grammes quand elle est présentée en poudre concentrée ou en pilule. Pour tuer le ténia, la posologie peut passer de 60 à 120 grammes en décoction.
- Sa forme est semblable à celle d'un cœur de poulet allongé et pointu. Lorsque sa coupe présente des rayures colorées, elle est de meilleure qualité.
- Son utilisation la plus courante est crue après avoir été découpée en tranches, en décoction ou en mastication. On fait bouillir de l'eau. On met un tamis sur la casserole et la noix séchée est posée dessus. Quand elle devient molle, on la retire et on la coupe tout de suite en lamelle de 2 à 3 millimètres.

On peut aussi la torréfier à feu doux jusqu'à l'obtention d'une coloration jaune profond. Elle s'appelle alors **Jiao Bing Lang**.

- La noix d'arec est souvent bouillie dans un vase en fer. On la retire et la liqueur est évaporée par ébullition. Elle peut alors être incorporée dans une feuille de bétel et mastiquée en permanence, comme le font les Indiens ou les Asiatiques. Après une vingtaine de minutes de mastication, le consommateur recrache ce qui reste de la chique. Certaines rues sont ainsi jonchées de résidus de chiques ! Cela génère **une sensation de coupe-faim avec des dangers de dénutrition**. Prise sous cette forme, il y a **de grands risques d'addiction et de cancers de la bouche**.



Nouveau printemps

Contre-indications

- **Administrée en trop grande quantité, elle endommage l'énergie véritable.** Elle provoque de l'hypersalivation, des nausées, des vomissements, des douleurs abdominales, des palpitations, des vertiges et même des convulsions.
- **Il ne faut pas en consommer en cas de déficience et de froid au niveau de la Rate-Estomac** avec des diarrhées, des selles molles non moulées et de l'inappétence.
- **On ne la consommera pas non plus en cas de déficience ou d'effondrement de l'énergie (Qi).**
- Elle est interdite d'emploi dans certains pays occidentaux.
- Si la noix d'arec n'est pas considérée comme une drogue, **son association avec le tabac, la chaux ou la feuille de bétel pour la chiquer peut devenir très dangereuse pour l'organisme.**

Conclusion

Il s'agit là d'un très grand produit de la pharmacopée pour agir sur les **parasites de toutes sortes**. En Occident, combien de personnes sont porteuses dans leur microbiote d'une population d'oxyures trop importante ?



Nouveau printemps

- Si vous avez des démangeaisons anales le soir, que votre nez vous gratte ou que vous avez des problèmes de ballonnements, il est grand temps d'aller voir de ce côté-là !
- Pour plus d'efficacité, vous pouvez prendre en même temps les fameuses **graines de courge séchées**.

Bien sûr, tout le monde n'est pas porteur de parasites. Mais à chaque fois que je vais au Burkina Faso, j'en prends. Pour peu que les aliments soient mal lavés et porteurs d'œufs, cela peut vite s'ajouter à une population de ces fameux parasites à l'intérieur de soi.

À suivre...

Dans la prochaine vidéo, on va voir un dernier massage local : **le massage du visage**.