



Plante aux multiples facettes, herbe sainte des Indes,
Le Chanvre dont on a fait de tous temps cordages et voilages,
Nous revient aujourd'hui sous forme de plante à tout faire,
Parée de mille vertus.

« **Canna-bis** : la tige qui connaît deux sexes » : La plante est dioïque, monsieur et madame Chanvre prospèrent côte à côte. Il existe une seule espèce, *Cannabis sativa*, avec plus de 400 variétés. Originaire des steppes d'Asie, cette plante des habitats secs et ensoleillés s'est adaptée aux climats les plus divers. Elle peut atteindre 2m50 voire 4m de haut selon les régions et les variétés, et cette **grande vitalité** deviendra la garante de sa renommée.

Grâce à son port ramifié, sa croissance dense et rapide, le Chanvre étouffe les autres herbes et sa culture ne nécessite ni engrais, ni herbicides. En outre, la plante ne connaît que peu de maladies, et elle sait résister aux prédateurs. Son feuillage très ramifié témoigne d'une intime **relation à la lumière** et grâce à ses profondes racines, elle puise du sol les ressources dont elle a besoin.

Le Chanvre est **tout bénéfique pour la terre**, il l'ameublir, l'assainit, la régénère...

Par ses qualités le Chanvre fut l'une des premières plantes cultivées par l'homme, et son histoire s'inscrit dans la nôtre...

C'était en Orient une plante sacrée, venue du Paradis pour nous aider à le construire ici-bas. Les dieux, par compassion, l'auraient envoyée sur terre pour satisfaire les besoins de l'humanité, stimuler ses désirs et lui permettre d'atteindre la volupté par la communion avec le Principe Cosmique Universel.

Véritable **plante civilisatrice** depuis le Néolithique, le Chanvre fut durant plus de quatre millénaires une espèce textile de premier plan, classée produit **de première** nécessité au même titre que le pain. Gutenberg imprima sa première bible sur papier de Chanvre. Cordages, voiles, filets, tissus d'habillement, sacs d'emballages furent son œuvre. Avec son aide et celle **des vents favorables**, l'homme put traverser les mers, conquérir le Nouveau-Monde.

Mais ce tableau élogieux a ses ombres, puisque par leurs **propriétés stupéfiantes** dues au THC du Chanvre, les drogues dites « douces » que sont *haschisch* et *marihuana* ont ouvert à nos sociétés industrielles les voies des « paradis artificiels »...

La **graine** de Chanvre ou chènevis, utilisée en médecine traditionnelle depuis l'époque gréco-romaine a une valeur nutritionnelle surpassant le soya grâce à huit acides aminés essentiels, et à son taux élevé en acides gras insaturés dont le rare acide stéaridonique.

Elle est si riche, que « *Bouddha se nourrit d'une graine par jour durant les trois années de sa période d'ascétisme* », nous raconte l'histoire.

Depuis que le Chanvre connaît une lente réhabilitation, sa culture s'est peu à peu répandue. Pour éviter les dérapages, le législateur s'est montré restrictif quant aux variétés autorisées, ce qui a fait apparaître sur le marché toute une gamme de sélections pauvres en THC mais dotées d'une grande productivité.

Nous avons pu rester fidèles à la souche sauvage *Cannabis sativa* d'un rendement n'excédant pas 250 kg de graines/ha (soit le quart des valeurs atteintes par les variétés clonées). En effet, dans l'espèce originelle la part des plants mâles (sans graines) peut s'élever à plus de 55 %. La teneur en huile moyenne étant de 22%, un hectare de Chanvre naturel produira à peine plus de 50 litres d'huile.

Conseils d'utilisation : L'Huile verte au goût de noisette obtenue par première pression à froid est une petite merveille rassemblant toutes les qualités de la plante-mère. Les bienfaits que celle-ci rend à la terre, l'huile les donne à notre peau, car l'une et l'autre ont pratiquement la même structure en acides gras.

L'huile réhydrate, restructure, raffermi les tissus. Elle s'utilise comme huile de massage, pure ou mélangée aux produits cosmétiques journaliers. De plus, tout comme les oiseaux nourris de graine de Chanvre ont un plumage soyeux, un peu d'huile appliquée sur la chevelure avant le shampooing l'embellit et la protège.

En usage interne, la présence d'**acide gras gamma-linolénique** lui confère un rôle important au niveau du métabolisme des graisses (vieillesse cellulaire et cholestérol) et de notre système immunitaire. La plante ayant su s'adapter à toutes sortes de climats, l'huile nous permettra à son tour de faire face à toutes sortes de situations. Elle aide à la croissance et à l'épanouissement, agissant favorablement sur les systèmes sanguins et nerveux.

L'Huile de Chanvre se prend en cure de deux à trois semaines, à raison d'une c.c chaque matin à jeun, après avoir bu un verre d'eau tiède. A garder en bouche quelques instants.

En diététique, l'Huile de Chanvre, avec seulement quelques gouttes, relève de façon élégante les entrées, mescluns et autres hors d'oeuvre...

C'est une huile fragile, sensible à la lumière qu'il convient de stocker avec précaution.

Composition moyenne : 10% d'acides gras saturés, 14% d'acides gras mono-insaturés, 76% d'acides gras poly-insaturés (dont 55% linoléique, 19% alpha-linolénique et 2% gamma-linolénique).

Conditionnement : flacon de 50 ml