

LA SCIENCE DE L'ABEILLE POUR L'ÉNERGIE ET LE BIEN-ÊTRE

Depuis l'aube des temps, les abeilles ont été consacrées, vénérées, craintes, et toutes les grandes traditions les ont intégrées à leurs mythologies. Présente depuis 150 millions d'années, l'abeille est véritablement la grande prêtresse de la terre.

Il y a 2400 ans, le plus grand apiculteur de l'histoire, Aristote, enseignait déjà que la ruche était une pharmacie et il consommait abondamment les merveilles que les abeilles alchimistes accumulent dans le secret de leur prodigieuse organisation sociale.

Deux siècles avant lui, un autre génie de l'histoire humaine, Pythagore, faisait de même et assurait que, grâce au miel, il conservait sa vitalité et sa créativité.

Les recherches modernes, utilisant les méthodes d'investigation et d'analyse physique les plus avancées, montrent la justesse de l'intuition de ces deux hommes prodigieux.

Au fur et à mesure que la science évolue, de nouvelles possibilités d'exploration physique et chimique permettent de mettre à jour la plus juste composition du miel, pollen, gelée royale, propolis, cire et autre venin d'abeille.

Les perspectives de l'apithérapie, innombrables et résolument prometteuses pour l'avenir, honorent cette merveilleuse profession d'apiculteur.

LE MIEL EXCEPTIONNEL ALIMENT D'ÉNERGIE VITALE ...

Indispensables à l'organisme : les oligo-éléments

Les oligo-éléments sont des substances indispensables au bon fonctionnement de notre organisme. En petites quantités ou en traces infimes, ils assurent des fonctions-clés dans le métabolisme cellulaire. Leur carence entraîne des troubles importants de la santé.

Si l'alimentation d'autrefois, basée directement sur des milliers d'espèces végétales, assurait un apport régulier et équilibré de ces substances, il n'en est hélas pas de même aujourd'hui, notre alimentation moderne nous prive dans une large mesure de ces éléments indispensables.

Les miels de France : particulièrement riches en oligo-éléments

Le miel vient à point pour pallier ces carences.

Issu des extraits floraux ou des exsudats d'une végétation variée, dans lesquels les plantes ont concentré toute leur richesse en substances précieuses, le miel révèle, entre autres qualités, une forte concentration en minéraux et oligo-éléments ; et cela sous une forme particulièrement assimilable par l'organisme.

Le rôle des oligo-éléments

Un ensemble de 5000 mesures réalisées montre une omniprésence et un dosage équilibré des oligo-éléments recherchés. Citons notamment le magnésium, le fer, le cuivre, le zinc. Le miel est riche, également, en potassium (jusqu'à 1 g et plus par Kg). Le potassium est indispensable au bon fonctionnement des cellules, en particulier des cellules nerveuses et du muscle cardiaque. Un pot de miel « toutes fleurs » renferme un cinquième du manganèse stocké dans le corps humain (env. 20 mg). Certains éléments, dont les fonctions sont encore mal comprises, sont également présents sous forme de traces, comme le silicium, le bore et le baryum. Le silicium est un stimulateur du système immunologique. Le bore est, dans les végétaux, un précurseur pour la formation de composés antiviraux.

Une assimilation parfaite

Ces travaux de recherche ont ainsi révélé que les miels de production française, en plus de leurs qualités déjà bien connues, grâce à la diversité des origines végétales et géographiques, et aux différentes périodes de production, sont une source exceptionnelle et équilibrée d'oligo-éléments, de surcroît très facilement assimilable par l'organisme. En effet, contrairement à une administration simple de sels minéraux, le miel, en plus de ses qualités gustatives, en assure la parfaite assimilation, permettant de prévenir les infections et de lutter efficacement contre le stress et la fatigue croissante de notre vie quotidienne.

Manger du miel ? C'est naturel !

Le miel est l'un des tous derniers aliments 100% purs et naturels. De la ruche à votre tartine, il ne subit aucune transformation. Sans ajout d'aucune sorte, ni colorant, ni conservateur, il peut cependant se conserver sans s'altérer durant des années. Enfin n'oublions pas que le rôle écologique fondamental de l'abeille est la pollinisation. Ainsi en consommant du miel, vous contribuez à protéger l'environnement. Le miel est à exclure de la liste sombre de notre alimentation semi-empoisonnée et n'a rien à voir avec les excès devenus incontrôlables constatés dans le secteur agro-alimentaire.

Renforcer les effets bénéfiques du miel avec le pollen et la gelée royale

A suivre dans le prochain Echo du Rucher ...