



Numéro 17  
Juillet 2018

Bee Api Association  
<http://apimc.free.fr>

## Actualités

**Apimedica & Apiquality**  
Congrès co-organisé, pour la première fois, par **Apimondia** et la **Société Roumaine d'Apithérapie**

Du **11 au 16 octobre 2018**  
à **Sibiu** en Roumanie  
<https://apimedica2018.org/>

## Coup de cœur

Une source d'information sur les usages thérapeutiques des produits de la ruche.

<http://apitherapy.blogspot.com>

Parmi les dernières informations présentées :

« *Propolis component could help age-related pathologies* »  
from Cells stress chaperones  
4 juin 2018 ;

« *Malaysian Stingless Bee Honey Shows Probiotic Properties* » from journal of Apicultural research, 9 juin 2018



## Le sujet du mois :

### « Je t'aime de tout mon cœur » dit l'enfant

Il a raison l'enfant, c'est avec le cœur que l'on aime !!

Selon la Médecine Traditionnelle Chinoise, chacun de nos organes est relié à des émotions, des sentiments. Or **le cœur, l'Empereur, gouverne toutes les émotions**, celles-ci auront une grande influence sur lui. Elles seront bienfaites mais pourront lui être néfastes si elles sont excessives (*arythmie, perte de connaissance, insomnies, dépression, anxiété...*). C'est le cas, par exemple, de la haine, des fortes colères, de la profonde tristesse (*avoir le cœur gros*), des grandes frayeurs, des soucis obsessionnels. *Tous nos organes, sont respectivement impliqués dans ces émotions : cœur, foie, poumon, rein, rate.*

**Lorsque l'énergie du cœur est bonne** nous sommes heureux, joyeux, paisibles, plein de vitalité, nous entretenons et développons de bonnes relations avec autrui, nous sommes chaleureux, nous ouvrons notre cœur à l'amour, notre esprit est vif et curieux. Notre joie de vivre se manifeste par le sourire (*le sourire du cœur que le maître de Qi Gong nous invite à installer*) et le rire. Ils donnent de l'éclat à nos yeux et à tout notre visage. Par **un effet rétroactif**, en développant en nous ces belles attitudes nous aidons notre cœur dans toutes ses fonctions circulatoires : toutes les cellules et tissus de notre corps sont bien approvisionnés en sang, nos vaisseaux sanguins sont vigoureux, notre rythme cardiaque est bon et régulier.

**Je résume : sourire, être joyeux, aimants et cordiaux (racine latine : cor = cœur !) : c'est bon pour la santé !!!**

Mais ce n'est pas tout ! **Notre cœur**, dit la Médecine Chinoise, **abrite notre Esprit** (le Shen) sous deux aspects.

Le premier concerne **nos facultés mentales** : notre pensée, nos idées, notre mémoire, nos capacités à traiter l'information à partir de nos connaissances et de notre expérience, la connaissance et la conscience que nous avons de nous-mêmes... Lorsque notre cœur est ouvert, notre Esprit est ouvert. *Nous avons tous l'exemple de l'adolescent qui, cette année là, au collège, a d'excellentes notes en mathématiques parce qu'il aime bien le professeur !*

Le deuxième aspect de l'Esprit, est le lien que nous établissons/entretiens avec ce qui nous dépasse, quel que soit le terme que l'on utilise pour désigner cela, c'est **la dimension spirituelle**, le sens profond que nous donnons à notre vie.

Toutes ces dimensions : physio-énergétiques, émotionnelles, mentales et spirituelles sont en étroite et subtile cohésion, et font de chacun(e) de nous **les êtres uniques que nous sommes**. Le cœur en est le chef d'orchestre, c'est pourquoi il est nommé Empereur en énergétique chinoise.

Comment faire pour avoir un cœur « heureux », vous le saviez déjà je crois.

Voici, en complément, quelques conseils apithérapiques. Les deux produits phares sont le pollen frais et la gelée royale.

**Le pollen** pour bien entretenir le système cardio-vasculaire : des vaisseaux propres débarrassés des déchets que le foie ne parvient peut être pas à nettoyer car trop abondants, un sang riche en nutriments et non chargé de graisses, sucres en excès ou en substances toxiques et un sang bien oxygéné.

**La gelée royale** pour son action sur l'ensemble de notre système nerveux et sur le sang. Pollen et gelée royale pour leur action conjointe sur la bonne humeur, l'enthousiasme, la créativité.

**Ah ! J'allais oublier de vous le dire : l'été est la saison énergétique du cœur !** Très bel été à vous !