

# L'Olivier *Olea europea*

L'olivier est un arbre de la famille des oléacées. Il est cultivé dans les régions de climat méditerranéen pour son fruit, l'olive, qui donne une huile recherchée.

Des feuilles fossilisées datant de 12 000 ans avant J-C ont été trouvées en bordure du Sahara. Son commerce apparaît dès l'âge du Bronze (1000 av JC).

Il peut mesurer de 15 à 20m de haut, mais il est taillé pour sa culture (à 4m environ) ce qui permet des récoltes chaque année (autrement, il ne produirait des fruits que tous les 2 ans).

Il vit très vieux et on en connaît de plus de 2 000 ans (St Jeannet - Roquebrune Cap Martin).

Il s'adapte remarquablement aux terrains arides grâce à ses racines qui ont un pouvoir d'absorption de l'eau plus important que les autres arbres et résiste aussi très bien à la sécheresse grâce à ses feuilles qui emmagasinent de l'eau quand il pleut, et se rétractent tout en bloquant l'activité de photosynthèse (au détriment des fruits) en cas de forte chaleur prolongée.

*Selon la légende Athéna déesse de la Sagesse se querella avec Poséidon Dieu de la Mer à propos de la protection d'une ville nouvelle.*

*Pour les départager, Zeus, Dieu des Dieux, leur proposa de faire un don à l'Humanité.*

*Poséidon brandit un trident et fit jaillir d'un rocher un cheval pouvant porter cavaliers et armes, traîner des chars et faisant gagner les batailles.*

*Athéna se pencha alors sur un morceau de terre, et fit naître un arbre nourrissant, soignant plaies et rhumes et ne mourant jamais : l'Olivier. Il fût reconnu « le don le plus utile à l'Humanité ». C'est ainsi qu'Athéna obtint la protection de cette nouvelle ville : Athènes*

*La fleur de Bach **Olive** (Olivier) vous sera utile si vous vous sentez psychologiquement et/ou physiquement épuisé au point que la vie quotidienne vous semble une épreuve.*

*Avec **Olive**, vos forces, votre vitalité et votre intérêt dans la vie sont restaurés. Vous retrouvez un nouvel équilibre énergétique, et apprenez à ne plus négliger votre corps en le respectant.*



# *L'Olivier* *Olea europea*

Depuis l'Antiquité, l'olivier est le symbole de la ville grecque Athènes et représente la force, la Victoire (couronne d'olivier), la sagesse, la fidélité, l'immortalité, l'espérance, la richesse et l'abondance.

Dans la mythologie égyptienne, c'est Isis qui aurait enseigné aux hommes le procédé d'extraction de l'huile d'olive.

Au fil du temps, cette huile devint porteuse de nombreux symboles :

*Dans la religion chrétienne, elle symbolise la paix, la réconciliation, et la bénédiction (huile bénite, onctions, sacrements).*

*Pour les Grecs, les symboliques principales de l'olivier comprennent force et sagesse, longévité et espérance, victoire et gloire, richesse et abondance, mais aussi fidélité.*

*L'olivier symbolise la paix universelle au travers du drapeau de l'ONU qui représente le monde entouré d'une couronne de rameaux d'olivier.*

*Au Japon, c'est l'arbre de l'amabilité et de la victoire morale, mais aussi de la réussite professionnelle.*

*En Chine, il joue un rôle protecteur contre le poison.*

*Dans le Coran, l'olivier est un arbre béni, symbole de l'homme universel. Il est l'axe du monde, mais aussi, associé au figuier, il tient le rôle d'arbre sacré du Paradis. L'huile d'olive est la divine source de lumière, servant de guide aux hommes.*





# L'Olivier *Olea europea*



*Comme le dit un vieil adage : « L'huile d'olive fait fuir tous les maux ! »*

Il faut environ 5 kilos d'olives pour faire 1 litre d'huile, et sa qualité dépend du lieu sa culture. L'huile d'olive est très digeste. Préférez la de qualité vierge extra, pressée ou extraite à froid. Elle est traditionnellement utilisée en Méditerranée pour les soins de la peau et la fabrication d'onguents ou de savons.

L'authentique savon de Marseille est toujours fabriqué avec des huiles végétales dont l'huile d'olive et ne contient pas de colorants. Le savon d'Alep (ville de Syrie la plus ancienne du monde) est le savon le plus ancien du monde et est exclusivement élaboré à partir d'huile d'olive et d'huile de laurier. Dépourvu de produits artificiels, il est conseillé pour les peaux sèches.

Le bois de l'olivier est utilisé en artisanat (confection d'objets divers).



## **Les Bienfaits de l'olivier**

*Macérées ou en décoction, les feuilles d'olivier combattent l'hypertension et font tomber la fièvre. L'huile d'olive est laxative ; elle protège naturellement l'estomac; elle régule la sécrétion de la bile et prévient les calculs biliaires. Riche en vitamines A, D, E, et en acides gras mono insaturés, elle lutte contre le mauvais cholestérol et prévient des maladies cardiovasculaires.*

- La tapenade
- est une purée
- à base
- d'olives,
- d'anchois et
- de câpres.

*L'olive est riche en polyphénols, reconnus comme de puissants antioxydants, et donc anti-vieillessement.*

*Sur la peau, elle est **adouçissante** et calme les irritations.*

*Elle **fortifie et adoucit les cheveux.***

*En **massage**, elle assouplit la peau et détend les muscles contractés, combinée à une huile essentielle de lavande ou de romarin.*

***Contre les rides** : masser délicatement le visage, deux fois par semaine, avec le même mélange d'huile et citron avant de se coucher.*

