

Gember

Zingiber officinalis

Familie: Zingiberaceae - gembergewassen

Botanie en Groeiwijze

Gember is een tropische overblijvende plant die 60 tot 120 cm groot wordt, met rietachtige stengels, langwerpige bladeren en gele bloemen met paarse markeringen. De stam groeit rechtstreeks uit de dikke knolachtige wortelstok, waaruit zowel de beroemde specerijen als de etherische olie wordt geproduceerd.



Klimaat en herkomst

Tropisch klimaat, afkomstig uit Zuid-oost Azië.

Extractie

De etherische olie wordt gedestilleerd uit de gedroogde wortelstok. Voor 1 ltr. olie is 50 kg wortelstok nodig.

Geurervaring

Kruidig, pikant, warm, zoet en houtachtig.

De olie is lichtgeel tot groenachtig van kleur en heeft een milde aromatische geur.

Geschiedenis

Hoewel Gember al vele duizenden jaren gebruikt wordt is de werkelijke oorsprong niet bekend. Griekse bakkers verwerkten al 2800 jaar voor Christus Gember in hun brood, een Gemberbrood schenken was toen een gebaar van respect. In de middeleeuwen was Gember net zo waardevol als Zwarte Peper.

Therapeutische werking

initiatief - zelfvertrouwen – vaardigheid

Psyche; Gemberolie stimuleert de verbeelding en is daarom bij uitstek de essence van kunstenaars of mensen die moeite hebben vorm te geven aan hun leven.

Gemberolie is wezenlijk verwarmend, stimulerend en ontstoppend.

Gember geeft helderheid, geeft doorstroming, het is een zachte olie bij koude en stijfheid, met name voor de gewrichten.

Het versterkt het gezichtsvermogen, werkt eetlustopwekkend, en hartversterkend.

Het helpt tegen diarree, moeilijke stoelgang en reumatische pijnen.

Gember is een licht afrodisiacum.



Gebruiksmogelijkheden

Gebruik Gember o.a. bij; artritis, vermoeidheid, spierpijn, reumatische aandoeningen, verstuingen, verrekkingen, slechte bloedsomloop, slijmvliesontsteking, sinusitis, heesheid, keelpijn, krampen, indigestie, flatulentie, misselijkheid, reisziekte, koorts, infectieziekten, griep, verkoudheid, geestelijke uitputting.

Gember laat zich uitstekend combineren met; Ylang Ylang, Rozenhout, Sandelhout, Geranium en Grapefruit.

Hier enige toepassingen van Gember:

- *Bij stijve spieren in het koude jaargetijde;* meng 5 dr Gember, 2 dr Bay St. Thomas, 5 dr Palmarosa, 4 dr Geranium en 4 dr Rozenhout met 20 ml. Sesam-olie. Met dit mengsel de stijve spieren regelmatig masseren.
- *Bij stijve spieren;* mengen met Mandarijn en Helicryse, in de winter mengen met Sinaasappel.
- *Bij keelontsteking, heesheid;* meng 6 dr Gember in een glas gekookt, afgekoeld water en gorgel hiermee 2x per dag.
- *Als verwarmend bad;* 3 dr Gember, 3 dr Rozemarijn en 4 dr Zwarte Peper mengen met 10 ml neutrale badolie. Dit toevoegen aan een warm bad en 20 minuten baden.
- *Bij griep, verkoudheid;* 10-15 dr Gember mengen met 10 ml neutrale badolie. Dit toevoegen aan een warm bad en 15 - 20 minuten baden. Dit bad versterkt de afweer.
- *Bij oedeem;* Gember met Grapefruit mengen.
- *Voor een warm kompres bij rugpijn;* doe geraspte gemberwortel in een pan heet water van 40°C, dit laten trekken en uitwringen, en de hete kompresdoeken op de rug leggen.
- *Energetisch verwarmen;* Gember combineren met Sandelhout.
- *Bij maagpijn en wagenziekte;* kan je Gemberthee drinken.
- *Bij jicht;* druppel bij acute jicht 5 dr Gember vermengt met 1 eetlepel basisolie direct op het gewricht en masseer hem er zacht in. Leg er een warm kompres op zodat de olie goed in het gewricht kan dringen.

Type mens

Het Gember-type weigert oude idealen en ideeën op te geven omdat hij bang is voor het heden. Hij wijst het tegenwoordige af en daarom ook de mogelijkheden die erin verborgen liggen. Hij moet leren de lessen uit het verleden toe te passen in het heden. Hij moet zijn eigen schat aan kwaliteiten opgraven en kunstzinnig trachten vorm te geven.



Parfum

Basis noot

Energie

Heet en droog

Yang

Hoofdelement

Water (en vuur)

Symbolische betekenis van de plant

De bloem heeft een pittige uitstraling.

Ik breng weer pit in je leven.

Waarschuwingen

Pas op bij een gevoelige huid.

Praktijkervaring

Ik gebruik Gember in een warm bad als ik erg verkleumd ben samen met sinaasappel en zwarte peper.

Als massageolie voor de stijve spieren pas ik hem ook regelmatig toe samen met Sinaasappel en Helicryse.

Chemische samenstelling

Zingiber officinalis

F = Monoterpenen (20%)

8% campeen
4,2% α -Phellandreen
3,1% Limoneen
2,5% α -Pineen
0,9% Myrceen
0,4% β -Pineen
0,7% p-Cymeen

B = Sesquiterpenen (90%)

30-56% Zingibereen
0-13,8% β -Farneseen
0-11,6% α -Farneseen
9% β -Sesquiphellandreen
8% α -Curcumeen
7% γ -Bisaboleen
0,6% Germacreen B
0,3% trans- β -Farneseen
0,2% β -Elemeen
0,1% β -Caryophylleen
0,1% α -Copaeen

K = Monoterpenolen

2% Citronellol
0,6% Linalool

J = Sesquiterpenolen

0,8% Nerolidol
0,6% β -Eudesmol
0,4% Zingiberol
0,4% trans- β -Sesquiphellandrol
0,2% Elemol

H = Aldehyden

0,9% Geranial
0,5% Neral
0,4% Citronellal
aliphatische Aldehyde: Butanal
2-Methylbutanal - 3-Methylbutanal Pentanal

G = Ketonen

Crypton
Carvotanaceton
aliphatische ketone:
0,2% Methylheptenon
0,1% 2-Hexanon
0,1% 2-Heptanon
0,1% 2-Nonanon

Andere

Undecan, Dodecan, Hexadecan
Toluen 2-Butanol, 2-Heptanol
2-Nonanol 2-Methylbut-3-en-2-ol

