

Ravensara

Ravensara aromatica

Familie Lauraceae - Lauriergewassen

Botanie en Groeiwijze

Deze grote boom, met bladeren die veel op de Laurier lijken

Klimaat en herkomst

Ravensara komt oorspronkelijk uit Madagascar, waar deze in het wild groeit.



Extractie

De olie wordt door waterdamp destillatie gewonnen uit de bladeren. Er is 100 kg plantenmateriaal nodig voor 1 ltr. olie.

Geurervaring

Fris en kamferachtige geur.

Geschiedenis

De naam Ravensara of Ravinsara komt van ravi-"blad" en tsara-"aromatisch".

Therapeutische werking *helderheid - opbeurend*

Psyche: Ravensara brengt helderheid, duidelijk zicht op de samenhangen. Zij ontwart emotionele knopen en schenkt een weldadige distantie. Het is een tonicum op het centrale zenuwstelsel, het heeft een opbeurende werking.

Ravensara heeft antiseptische en anti-bacteriële eigenschappen, sterk anti-infectie, sterk antiviraal, is slijmoplossend en hoestverlichtend en bevordert een gezonde slaap. Het is een goede vervanger voor Melisse bij Gordelroos. De olie werkt zeer goed huidvriendelijk.

Ravensara bezit een goede kou en griep synergie door zijn chemische samenstelling.

Gebruiksmogelijkheden

Gebruik Ravensara o.a. in- of uitwendig bij; griep, sinusitis, herpes, vastzittende hoest verkoudheid, wondjes en zweertjes.

Ravensara is goed te combineren met: Eucalyptus, Lavendel, Citrusoliën, Rozemarijn, Kajeput, Mirte.

Hier enige toepassingen van Ravensara:

- *Bij wondjes en zweertjes;* doe 3 dr Ravensara op een vochtig watje en dep hiermee.
- *Bij herpeszoster (gordelroos);* 1 dr Ravensara, 2 dr Niaouli en 3 dr Helicryse mengen met 1 eetlepel basis olie. Direct als u de blaasjes voelt opkomen 5 dagen lang, 3-4x per dag met dit mengsel aanstippen of deppen.
- *Bij post herpes neuralgie;* Kamille of Lavendel hydrolaat met een paar dr Ravensara als spray of kompres toepassen.
- *Ziekte van Pfeiffer;* neem een bad met een paar dr Zwarte peper en Ravensara, dit werkt bij een virusinfectie.
- *Bij verkoudheid, griep;* meng 15 dr Ravensara in 50 ml. basis olie en wrijf hiermee borst en rug in.
- *Verdampen:* 5 dr Ravensara en 5 dr Eucalyptus in de aromalamp werken heel verlichtend.

Parfum

Midden noot



Symbolische betekenis van de plant
Open de ogen en zie.

Waarschuwingen

Niet gebruiken tijdens zwangerschap, niet gebruiken bij kinderen met spastische luchtwegklachten. Bij baby's niet gebruiken op de huid.

Praktijkervaring

Ik gebruik Ravensara in mijn saunamengsel samen met Eucalyptus en Tijm.

Chemische samenstelling

Citrus aurantium var. Amara

F = Monoterpenen (17,40%)

- 7,9% Sabineen
- 3,8% o-Pineen
- 2,8% β-Pineen
- 1,2% γ-Terpineen
- 1,1% Myrceen
- 0,7% α-Thujeen
- 0,7% α-Terpineen
- 0,6% trans-Ocimeen
- 0,4% Terpinoleen
- 0,3% Campheen
- 0,08% γ-Muuroleen

B = Sesquiterpenen (0,20%)

- 0,6% α-Humuleen
- 0,5% Caryophylleen
- 0,1% β-Selineen
- 0,09% β-Elemeen

K = Monoterpenolen (12,7%)

- 8,1% α-Terpineol
- 4,3% Terpeneol-4
- 0,2% Linalool
- 0,1% Nerol

G = Monoterpenketonen

- 0,071 Borneon (Kampher)

D = Oxiden (64,3%)

- 64,3% 1,8-Cineol

