



Stéphane Boistard



GEMMOTERAPIA

PĄCZKI ROŚLIN DLA NASZEGO ZDROWIA

Praktyczny przewodnik rodzinny



GEMMOTERAPIA

PĄCZKI ROŚLIN DLA NASZEGO ZDROWIA

Tytuł oryginału: *Gemmothérapie. Les bourgeons au service de la santé.
Guide pratique et familial*

Copyright © Editions de Terran, 4e trimestre 2016
All rights reserved

Copyright © for the Polish edition by PURANA 2023

Przekład: Natalia Zmaczyńska

Kompleksowe opracowanie książki:
Agencja Wydawnicza Synergy Elżbieta Meissner
www.agencja-wydawnicza-synergy.pl

Zespół w składzie:
Konsultacja: dr Iwona Mróz, lek. med. Beata Kossakowska-Nowakowska
Redakcja: Beata Wieseń
Korekta: Małgorzata Kryska-Mosur, Natalia Nowak
Indeks: Anna Sadczuk
Skład, łamanie i adaptacja okładki: Barbara Kryska
Analiza tekstu: Lingventa

ISBN: 978-83-66200-65-4

Wydawca:
Wydawnictwo PURANA
ul. Agrestowa 11, 55-330 Lutyń
tel.: 71 35 92 701, 603 402 482
e-mail: biuro@purana.com.pl
www.purana.com.pl
Facebook: FB Wydawnictwo Purana

Zapraszamy do naszej księgarni internetowej:
www.purana.com.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej książki nie może być powielana bądź przekazywana w jakiegokolwiek formie, żadnymi środkami elektronicznymi lub mechanicznymi, łącznie z fotokopiowaniem, nagrywaniem lub przez dowolny system przechowywania informacji, bez pisemnej zgody wydawcy.

Stéphane Boistard

GEMMOTERAPIA

PĄCZKI ROŚLIN DLA NASZEGO ZDROWIA

Praktyczny przewodnik rodzinny



Pączek kasztana

Spis treści

Wstęp	9
Co to jest gemmoterapia?	10
Jaka jest różnica między gemmoterapią a aromaterapią?	11
Czy łatwo jest stosować gemmoterapię?	12
Jakie są naukowe podstawy gemmoterapii?	12
Czy gemmoterapia działa na zwierzęta?	13
Czy gemmoterapia działa również na emocje, jak esencje kwiatowe Bacha?	14
A wibracje?	15
Do czego służy gemmoterapia?	15
Jak to działa?	17
Część I: Informacje ogólne o gemmoterapii	21
Krótką historia współczesnej gemmoterapii	22
<i>Pol Henry i Jean-Claude Leunis</i>	22
<i>Max Tétou i Daniel Scimeca</i>	30
<i>Philippe Andrianne</i>	33
<i>Christian Escriva</i>	35
Gemmoterapia i inne naturalne terapie	37
<i>Gemmoterapia i nowoczesna fitoterapia</i>	37
<i>Gemmoterapia i homeopatia</i>	42
<i>Gemmoterapia i aromaterapia</i>	45
Zrób to sam	53
<i>Kiedy zbierać?</i>	53
<i>Pączki czy młode pędy?</i>	54
<i>Przygotowanie maceratu</i>	55
<i>Jaką ilość materiału zebrać?</i>	57

<i>Zbieranie, sztuka przodków dostępna dla wszystkich</i>	57
<i>Przebieg zbierania</i>	66
<i>Skład</i>	67
Gemmoterapia, czyli historia pączków	71
<i>Tajemnica pączków</i>	72
<i>Wibracje</i>	77
Jak wybrać właściwy preparat	78
<i>Forma specyfiku</i>	78
<i>Składniki</i>	83
<i>Pojedyncze maceraty, połączenia, mieszaniny i kompleksy</i>	85
<i>Dawkowanie, przeciwwskazania, działania niepożądane</i>	90
<i>Działanie hormonalne</i>	97
<i>Kuracje i programy gemmoterapii</i>	105
<i>Wybór maceratów i tradycyjnej medycyny chińskiej</i>	111
Część II: Opisy roślin	123
<i>Ostrzeżenie</i>	124
Borówka brusznica	125
Borówka czarna	127
Brzoza	129
Buk zwyczajny	133
Cedr	136
Dąb	139
Dereń świdwa	143
Figowiec pospolity	147
Głóg	151
Grab zwyczajny	155
Grusza pospolita	157
Jabłoń domowa	159
Jałowiec pospolity	162
Jarząb domowy	164
Jesion wyniosły	165
Jeżyna krzewiasta	167
Jodła pospolita	170

Kalina hordowina	171
Kasztan jadalny	173
Kasztanowiec pospolity	176
Klon polny	179
Leszczyna pospolita	181
Lilak pospolity	185
Lipa	187
Malina właściwa	190
Oliwka europejska	192
Olsza czarna	195
Olsza szara	198
Orzech włoski	200
Platan wschodni	203
Porzeczka czarna	205
Rozmaryn lekarski	209
Róża dzika	211
Sekwoja olbrzymia	214
Sosna	217
Topola	221
Wiąz polny	223
Winobluszcz trójklapowy	225
Winorośl właściwa	228
Indeks terapeutyczny	231
Indeks głównych nazw roślin	245
Bibliografia	250
Podziękowania	253



Wstęp

Książka ta jest przeglądem literatury przedmiotu oraz syntezą wielu tekstów, wzbogaconą anegdotami i osobistymi przemyśleniami. Przez dziesięć lat zbierania pączków i doradzania innym w gemmoterapii zgromadziłam wiele opinii.

Celem tej książki jest udostępnienie wszystkim możliwości skorzystania z pomocy, jaką jest gemmoterapia. Niektóre pytania pojawiają się regularnie na konferencjach czy targach. Oto odpowiedzi – rozwijane na kolejnych stronach.

Życzę miłego odkrywania treści, niech ta pozycja przyczyni się do poprawy zdrowia waszego, waszych bliskich i znajomych.

Stéphane Boistard

Co to jest gemmoterapia?

Jest to sposób leczenia oparty na pączkach i młodych pędach drzew i krzewów. Pączki są macerowane w mieszaninie alkoholu i gliceryny (lub miodu).

Gemmoterapia to terapia związana z mocą drzew. Została opracowana w latach 50. XX wieku przez doktora Pola Henry'ego i od tego czasu ciągle się rozwija.

Jej główne zalety to:

- regenerowanie osłabionych narządów,
- oczyszczanie narządów z nadmiaru płynów i wydzielin,
- zapewnienie lepszej ogólnej witalności.

Dzięki regeneracji osłabionych narządów gemmoterapia pozwala ograniczyć ich przedwczesne starzenie się, przeciwdziałać procesom chorobowym w organizmie oraz leczyć dolegliwości ostre lub przewlekłe.

Oczyszczenie narządów z nadmiaru płynów i wydzielin pomaga organizmowi zredukować obrzęki, usunąć toksyny, zmniejszyć zmęczenie, obniżyć zakwaszenie. Przyczynia się także do poprawy krążenia krwi, zmniejszenia zanieczyszczenia wewnętrznego i polepszenia funkcjonowania narządów.

Zapewniając lepszą ogólną witalność:

- zmniejsza podatność na choroby, wirusy i bakterie,
- wzmacnia obronę immunologiczną, zdrowie fizyczne i psychiczne,
- ogranicza starzenie się tkanek,
- zapewnia młodzieńczą formę.



Jaka jest różnica między gemmoterapią a aromaterapią?

Zanim omówimy różnice między nimi, wspomnimy o istotnym podobieństwie: obie są terapiami wywodzącymi się z roślin. Wpisują się także w holistyczne podejście do zdrowia. Oznacza to, że są to naturalne metody wspomagające organizm w łagodzeniu różnych dolegliwości.

Stosuje się je w połączeniu z innymi metodami wspomagającymi, takimi jak aktywność fizyczna i odpowiednia dieta, suplementy... Obie terapie można dość łatwo zastosować w domu.

Tym, co je różni, jest przede wszystkim pochodzenie i sposób działania.

Olejki eteryczne wykorzystywane w aromaterapii powstają w wyniku destylacji roślin aromatycznych. Produkty stosowane w gemmoterapii powstają w wyniku maceracji pączków drzew i krzewów w alkoholu lub innym rozpuszczalniku.

Najprościej mówiąc, aromaterapia leczy ostre problemy zdrowotne, działając silnie w krótkim okresie. Gemmoterapia zajmuje się raczej problemami przewlekłymi, a jej działanie jest rozciągnięte w czasie.

Na przykład w razie potrzeby złagodzenia bólu stawu kolanowego powszechnie stosuje się olejki eteryczne przeciwbólowe i przeciwzapalne, takie jak olejek z golterii rozesłanej, eukaliptusa cytrynowego lub trawy cytrynowej. Natomiast żeby zadziałać dogłębnie przeciwzapalnie i zregenerować staw, lepsze będą maceraty z porzeczki czarnej, sosny lub winorośli.

Aromaterapia i gemmoterapia są w stosunku do siebie komplementarne.

Czy łatwo jest stosować gemmoterapię?

Terapeutyczne wykorzystanie pączków roślin było badane od lat 60. XX wieku. Z badań wynika, że gemmoterapia ma bardzo niewiele skutków ubocznych lub przeciwwskazań.

Terapia ta jest jednocześnie łagodna i skuteczna. W sposób naturalny znajduje swoje miejsce zarówno w praktyce medycznej, jak i w użytku domowym – podobnie jak aromaterapia.

Jakie są naukowe podstawy gemmoterapii?

Naukowcy zajmujący się gemmoterapią już na początku obrali kierunek przeciwny do modeli ziołolecznictwa.

Wraz z pojawieniem się komputerów i elektroniki ziołolecznictwo skupiło się na analizowaniu cząsteczek poprzez przypisywanie im właściwości leczniczych. To rozwinęło „chemiczne” podejście medyczne do podstaw leków.

Gemmoterapia poszła inną drogą. Prekursorzy postulowali, że nie ma sensu przeprowadzać drobiazgowej analizy składu rośliny w celu poznania jej molekuł. Nie zamierzali produkować leków laboratoryjnych, wystarczyło im bowiem laboratorium leśne. W przyrodzie istnieje swego rodzaju tajemnica dotycząca złożoności i składu roślin oraz tego, jak działają wszystkie molekuły. Poza tym – czy nowoczesne przyrządy są w stanie wszystko przeanalizować?

Minęły dziesięciolecia badań nad skutecznością preparatów z pączków. Mamy ich wyniki. Dziś, po 50 latach obserwacji i popularyzacji gemmoterapii, baza danych jest ogromna.



Interesujące jest to, że ten rodzaj terapii obiera oryginalny kierunek, a jednocześnie staje się popularny. Każdego roku dziesiątki tysięcy opinii są przetwarzane w celu pogłębienia wiedzy na temat właściwości pączków. Ten wspaniały trend jest przeciwieństwem pracy chemików w laboratorium, którzy drobiazgowo analizują rośliny i przeprowadzają testy na zwierzętach.

Popularność gemmoterapii jest coraz większa ze względu na to, że przygotowanie własnych maceratów pączków jest bardzo łatwe.

Czy gemmoterapia działa na zwierzęta?

W latach 80. XX wieku, zanim naukowcy rozpoczęli testy na ludziach, przeprowadzili je najpierw na zwierzętach. Okazało się, że korzyści były zasadniczo podobne. Gemmoterapię można więc zastosować w leczeniu zwierząt.

Jednak jednym z problemów jest trudność diagnozy. Zwierzęta rzadko okazują cierpienie. Tak więc gemmoterapię stosuje się profilaktycznie lub po diagnozie lekarza weterynarii.

Czy gemmoterapia działa również na emocje, jak esencje kwiatowe Bacha*?

Jeśli chodzi o wpływ maceratów z pączków na psychikę, należy zwrócić uwagę na kilka dodatkowych kwestii.

Przede wszystkim istnieją specyficzne maceraty, w wypadku których celem działania jest mózg. Mają one właściwości dodające energii (na przykład rozmaryn) lub uspokajające (na przykład figowiec lub lipa).

Istnieje także wiele opinii na temat działania maceratów na psychikę, te informacje są jednak w trakcie analizy.

W małych dawkach maceraty działają na emocje, dając podobne efekty jak eliksiry zalecane przez doktora Bacha. To łagodne podejście prezentowane było od końca lat 90. XX wieku, głównie za sprawą doktora Téttau. Ja osobiście odróżniam maceraty od eliksirów. Maceraty, bardziej skoncentrowane, są raczej zorientowane na objawy, znaki, które mówią, że organizmowi brak harmonii i człowiek potrzebuje pomocy, by poczuć się lepiej.

Eleksiry, bardziej rozcieńczone, skuteczniej nadają się do niesienia pomocy emocjonalnej lub duchowej. Są one związane głównie z „charakterem” drzew.

* Esencje (eliksiry) kwiatowe Bacha to maceraty wodno-alkoholowe z płatków kwiatów 38 różnych roślin, zawierające „wibracje kwiatowe”, które leczą negatywne emocje i stres. Twórcą esencji kwiatowych był angielski lekarz Edward Bach [przyjp. kons.].



A wibracje?

Pytanie o wibracje pojawia się dość często, ponieważ wielu terapeutów używa różnych przyrządów do ich testowania (wahadło, anteny...). Nasza książka nie omawia tego zagadnienia. Możemy tu jednak przywołać pewne obserwacje, aby udzielić częściowej odpowiedzi.

Dowody wskazują na to, że takie czynniki jak łagodne podejście do drzew, raczej zbieranie tego, co opada, niż cięcie na ilość, spokojny stan ducha zbieracza, jakość pączków, a także czas pomiędzy ich zerwaniem a maceracją wpływają na jakość wibracji preparatu.

Mamy również dowody potwierdzające zasadność stosowania maceratów. Akupunkturzysta używa ich z niesamowitymi rezultatami zamiast igieł. Mnożą się również opowieści o dobroczynnym działaniu maceratu, gdy po prostu trzyma się go w pobliżu (w kieszeni lub na stoliku nocnym).

Na przykład gdy kończyłem pisać tę książkę, otrzymałem opinię od kobiety, która doświadczyła działania maceratu z derenia świdwy. Od miesięcy budziła się w nocy z powodu uderzeń gorąca, co utrudniało jej funkcjonowanie. Próbowala różnych kuracji – bez powodzenia. Pomimo sceptycznego nastawienia kupiła butelkę maceratu z derenia świdwy i zostawiła ją na stoliku nocnym, by użyć, dopiero gdy inne sposoby zawiodą. Ostatecznie, mimo że nie zażyła ani jednej kropli, macerat zadziałał i po raz pierwszy od miesięcy obudziła się tylko raz, z niewielkim niepokojem.

Ponieważ podobnych opinii jest coraz więcej, prowadzone są badania na ten temat. Wyniki tych badań są pozytywne.

Do czego służy gemmotherapia?

Dzięki preparatom pozyskanym z drzew metoda ta pozwala ograniczyć cierpienie i podnieść jakość życia. Gemmotherapia jest szczególnie skuteczna w stanach przewlekłych i problemach zdrowotnych związanych z wiekiem.



Pączki platanu

Jak to działa?

Ostatnie prace badawcze dotyczące drzew pozwalają lepiej zrozumieć „efekt gemmoterapii”.

Drzewa nie mogą się poruszać i są narażone na ekstremalne warunki pogodowe, które zmieniają się wraz z porami roku: przenikliwe zimno, nadmiar wody, susza lub upały... Aby przetrwać, wykształciły wyjątkową zdolność adaptacji.

Pączki obecne są na całym drzewie. Są pączki widoczne, znajdujące się u nasady liści, a także mnóstwo pączków niewidocznych – bo są maleńkie – rozsianych po całej zdrewniałej powierzchni rośliny (pień, gałęzie, gałązki). Te pączki działają jak czujniki i regulatory. Są dobrze widoczne latem, jesienią i zimą. Natomiast w okresie wiosennym otwierają się i wydłużają w młode pędy – pączki szczytowe. Pod koniec wiosny gałązki, liście oraz pączki rozwiną się i zeszytnieją, a niewidoczne pączki, rozmieszczone w zdrewniałych częściach rośliny, zapewnią przyrost średnicy gałęzi i pnia. W gemmoterapii wykorzystuje się pączki szczytowe otwierające się wczesną wiosną.

Gdy pączki się otwierają, informacje zaczynają krążyć po całym drzewie. Czujniki drzewa, w postaci pączków, badają środowisko. Oceniają otoczenie i dostosowują swój wzrost do panujących w nim warunków. Oznacza to, że modyfikacji ulega cała informacja genetyczna drzewa, aby zapewnić mu jak najlepszą adaptację do środowiska. W rzeczywistości kod genetyczny się nie zmienił. Jest to raczej ekspresja określonej informacji kodu genetycznego odpowiedzialnej za tę lub inną cechę.

Gdy zatem stwierdzamy, że miłorząb dwuklapowy lub platan są odporne na duże zanieczyszczenia, nie będzie to do końca zgodne z prawdą. Drzewa te mają po prostu większą niż inne zdolność adaptacyjną do czynnika „zanieczyszczenie”. Oznacza to, że dzięki różnorodności możliwych rozwiązań w kodzie genetycznym niektóre drzewa lepiej niż inne przystosowują się do nadmiernej wilgoci, suszy, zimna lub upału.

Ta sama zdolność adaptacji umożliwia nam również pozyskanie sadzonek: fragment liścia lub gałązki może wytworzyć korzenie i stać się

nową rośliną. To trochę tak, jakby wystarczyło ściąć nasze włosy, a z nich wytworzyłoby się ciało i powstałby nowy człowiek.

Kiedy pączki się otwierają, drzewo ma niezwykłą zdolność do badania swojego otoczenia i przeprogramowywania działania organów (korzeni, pni, przyszłych gałęzi, przyszłych owoców...), aby lepiej znosić trudne warunki środowiska i stale się rozwijać.

O dziwo **pączki użyte w terapii zdają się działać podobnie na ludzkie ciało. Będą więc dążyć do zmodyfikowania istniejącej informacji genetycznej, aby dana osoba lepiej radziła sobie z dolegliwościami i stale się rozwijała.** Nasz wewnętrzny program, zegar, który wyzwala patologie zgodnie z naszym wiekiem i kodem genetycznym, można modyfikować tak, jak ma to miejsce w wypadku drzewa.

Nie jesteśmy jednak drzewami, działanie to jest więc ograniczone. Innymi słowy, ta zdolność drzewa do adaptacji i regeneracji sugeruje potencjalną nieśmiertelność. Jednak u ludzi cechy regeneracyjne mają działanie miejscowe, są ukierunkowane na jeden lub więcej narządów, aby ograniczyć, a nawet odwrócić pewne procesy degeneracyjne.

Na przykład w wypadku głogu, gdy pączki już się otworzą, zapoczątkowują rozwój korzeni, gałęzi i liści, aby przystosować drzewo do zagrożeń środowiskowych (w granicach możliwości oferowanych przez jego genetyczny rezerwuar).

Głóg, podobnie jak inne drzewa, wiosną regeneruje wszystkie swoje organy. Jednak u ludzi pączki głogu działają tylko na serce, krew i psychikę.

Inne pączki będą oddziaływać na pozostałe narządy.

Ta złożoność skłoniła mnie do stworzenia programów gemmoterapeutycznych, aby każdego roku, podobnie jak drzewa, rozmaite pączki działały na różne narządy: rozmaryn na wątrobę, głóg na serce...

Gemmoterapia to sposób na transformację człowieka. Chociaż po 50 latach badań tej dziedziny jej działanie wciąż pozostaje tajemnicą, to efekty istnieją. Wymierne. Widoczne. To działa. Zmiany chorobowe w płucach hamuje leszczyna. Dereń oczyszcza krew. Dzięki winorośli osteofity na kościach spowalniają wzrost...

Pozostaje pytanie: „Czy jeśli procesy zwyrodnieniowe zostaną spowolnione, zatrzymane, a czasem odwrócone, pozwoli to na długowieczność?”.

Trudno uzyskać jednoznaczną odpowiedź. **Można jedynie stwierdzić, że stosowanie pączków pozwala zmniejszyć cierpienie fizyczne, przez co pozytywnie wpływa na psychikę, a tym samym podnosi jakość życia.**

Ktoś zadał mi kiedyś pytanie: „Czy myśli pan, że ludzie naprawdę mają zdolność do adaptacji?”.

Zainteresowałem się badaniem zjawiska pojawiającego się zaraz po urodzeniu dziecka. Kiedy noworodek ssie pierś, na końcu brodawki aktywują się receptory, które analizują ślinę dziecka, zwłaszcza pod kątem tego, czego brakuje mu do wzrostu i vitalności. Podczas kolejnego karmienia organizm matki pobierze ze swoich zapasów brakujące elementy. Pokarm jest więc na bieżąco dostosowywany, a niemowlę otrzymuje potrzebne mu składniki (witaminy, mikroelementy itp.) w odpowiedniej ilości. Inne badania pokazują, że dziecko potrafi rozpoznać swoją matkę i na odwrót. Ta interakcja między matką a dzieckiem przypomina tę, która zachodzi między drzewem a pączkiem.

Tak, wierzę w zdolności adaptacyjne ludzi i drzew. Po dziesięciu latach obserwacji, na podstawie setek otrzymanych opinii, widzę tylko, że to działa.

Nie wiem, jak i dlaczego, ale efekty są widoczne. Lubię odnosić się do tej relacji matka–dziecko. Niczego nie dowodzi ani niczego szczególnie nie wskazuje w dziedzinie gemmoterapii, ale używając pączków, lubię myśleć o tym, że natura nas odżywia, że czerpiemy z matki natury. Potem zadaję sobie pytanie: „A czy ja jestem w stanie to rozpoznać? W życzliwości, wsparciu życia, pomocy w rozwoju, matczynej troskliwości. A kiedy dorosnę, jak z kolei ja mogę okazać jej miłość i uwagę?”.



Pączki lipy

GEMMOTERAPIA

PĄCZKI ROŚLIN DLA NASZEGO ZDROWIA

Cholesterol, ciśnienie, cukrzyca, migreny, nadkwasota, problemy ze stawami, stres, trądzik, zmęczenie... gemmoterapia jest niezbędną naturalną metodą do zastosowania przy wielu schorzeniach. Preparaty wykonane z pączków drzew i krzewów mogą być z łatwością stosowane przez całą rodzinę. Pączki mają wyjątkowe właściwości regeneracyjne, co pozwala leczyć nimi codzienne dolegliwości.

Ta obszerna książka, podsumowująca pięćdziesiąt lat badań nad gemmoterapią – od jej prekursorów w latach 60. XX wieku do prac najnowszych – ma na celu niesienie wsparcia wszystkim, którzy chcą skorzystać z tego daru drzew. Dowiecie się z niej, jak **stosować gemmoterapię** jako dodatek do innych terapii naturalnych (aromaterapia, fitoterapia), jak **wybierać maceraty** w zależności od ich właściwości, jak **przeprowadzać kuracje wspierające zdrowie**, jak dzięki wskazówkom dotyczącym zbioru przygotować własne maceraty.

Stéphane Boistard

Zbieracz, trener i wykładowca specjalizujący się w gemmoterapii i rozsądnym podejściu do lasu. Od ponad dwudziestu lat pracuje nad połączeniem tradycyjnej wiedzy ludowej z wiedzą nowoczesną. Jest spadkobiercą „roślinnych” linii mężczyzn i kobiet o nadzwyczajnej więzi z lasem, drzewami i „ludźmi drzew”. Autor kilku książek, w tym *Sylvothérapie* (wydawnictwo Terran, 2018).

Ze zdjęciami Yannicka Alrama, fotografa i filmowca dzikiej przyrody mieszkającego w Ariège.



Odwiedź nas na stronie
www.purana.com.pl



Ilustracje © Shutterstock - koncepcja graficzna © Aurélie Pello

