

Dr. med. Barbara Bichsel | Dr. med. Julia Brönnimann



Spagyrik
als Therapie-
Ergänzung

GEMMO THERAPIE

Die Kraft der Knospen



Dr. med. Barbara Bichsel | Dr. med. Julia Brönnimann

GEMMO THERAPIE

Die Kraft der Knospen

Extra:
Spagyrik als Therapie-
ergänzung





Inhalt

Vorwort 4

GEMMOTHERAPIE KENNEN UND HERSTELLEN 6

Die Kraft der Bäume und Sträucher 8

Was ist Gemmotherapie? 14

Gemmomazerate selbst herstellen 24

PORTRÄTS DER BÄUME UND STRÄUCHER 36

24 Arten: Botanik, naturheilkundlicher Hintergrund und Anwendungsgebiete

BESCHWERDEN SELBST BEHANDELN 86

Selbsthilfe – umsichtig und sicher 88

Atemwege 90

Mund 98

Herz-Kreislauf-System 100

Bewegungsapparat 102

Nervensystem 105

Haut 110

Magen und Darm 115

Leber-Galle-Stoffwechsel, metabolisches Syndrom 120

Nieren und Blase 123

Männerbeschwerden 125

Frauenbeschwerden 128

Kinder 131

Immunsystem 135

Spagyrik als Begleittherapie 136

SERVICE 144

Bewährte Indikationen im Überblick 146

Schnell nachgeschlagen 152

Literatur 156

Vorwort

Mit diesem kleinen Ratgeber möchten wir Ihnen die wunderbare Heilskraft der Pflanzenknospen näherbringen. Die von Dr. Pol Henry begründete Gemmotherapie ist vielfältig einsetzbar und frei von Nebenwirkungen.

Die Beschreibungen der Bäume, Sträucher und Kräuter sowie die bis heute bekannten heilenden Wirkungen ihrer Knospen sind bewusst knapp gehalten, um Ihnen einen kompakten Überblick und eine gute Orientierung zu ermöglichen. Eingeflossen in dieses Werk sind unsere praktischen Erfahrungen mit den Gemmoheilmitteln im hausärztlichen Alltag. Uns beiden ist aufgefallen, dass diese Heilmittel als Ergänzung zu Arzneien der klassischen Homöopathie oder in Kombination mit anderen pflanzlichen oder chemischen Heilmitteln eingesetzt werden können. Im Laufe der Jahre stellten wir zudem fest, dass die gemeinsame Anwendung von mehreren bestimmten Knospen die Wirkung bei gewissen Krankheiten noch verstärken kann. Im Text verweisen wir auf diese vorteilhaften Zusammenstellungen.

In einem Kapitel des Buches beschreiben wir, wie Sie die Knospenmazerate selbst herstellen können. Das ist ein wunderbares Erlebnis, wenn Sie bereit sind, Zeit und Geduld mitzubringen. Sollte Ihnen der Aufwand zu groß sein oder benötigen Sie Heilmittel außerhalb der Knospensaison, sind diese selbstverständlich in der Apotheke erhältlich.

Ebenfalls enthalten ist in diesem Buch ein Exkurs in die Herstellung und die Grundlagen spagyrischer Heilmittel. Dabei wird deutlich, dass zwischen der Gemmotherapie und der Spagyrik wesentliche Unterschiede bestehen. In der Anwendung können sich diese beiden natürlichen Therapieformen aber bestens ergänzen.

Wir wünschen viel Freude beim Kennen- und Schätzenlernen der feinen Heilkräfte der Knospen.

B. Zichl

J. Brunnemann







*Gemmotherapie
kennen und herstellen*

Die Kraft der Bäume und Sträucher

Aus Knospen, in denen die Bäume und Sträucher im zeitigen Frühjahr ihre Kräfte sammeln und verdichten, um dann neu auszuschlagen, können beruhigende, stärkende und heilende Arzneien gewonnen werden. Auf dieser Idee beruht die Gemmotherapie.

Doch nicht erst seit Begründung der Gemmotherapie, sondern von alters her besteht eine enge Beziehung von Mensch und Baum – manchmal wird sogar von einer Seelenverwandtschaft gesprochen.

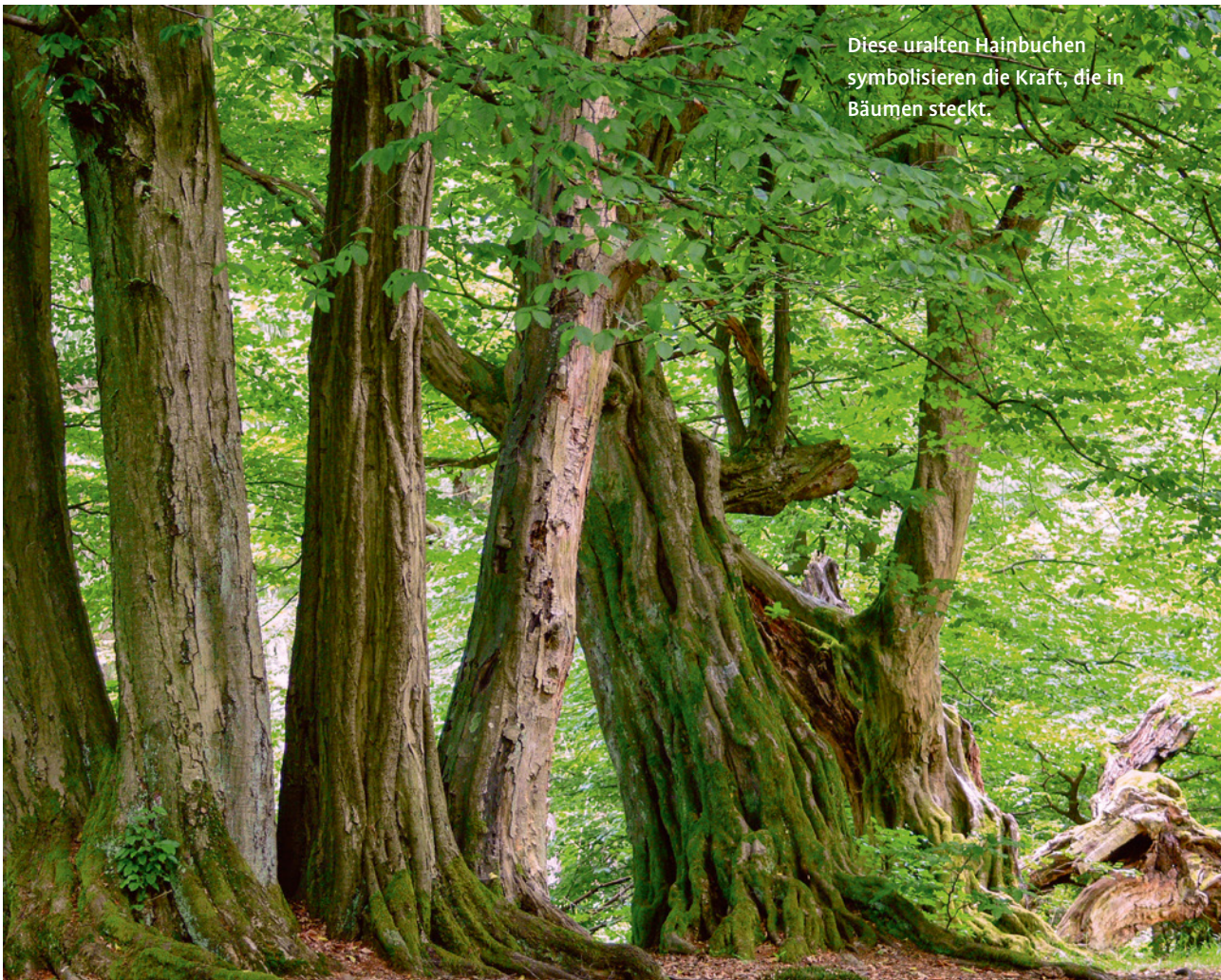
Einen wesentlichen Aspekt dieser Beziehung finden wir dabei in der aufrechten Gestalt des Baumes: Bäume bilden eine zentrale Achse, einen Stamm, erheben sich vom Boden und wachsen mit ihrer Krone weit in den Himmel hinauf; dies ist innerhalb des Pflanzenreiches eine Besonderheit. Innerhalb des Tierreiches ist es der Mensch, der sich mit seinem aufrechten Gang von den anderen Säugetieren abhebt. Die symbolische Bedeutung der Aufrichtung des Baumes wurde schon frühgeschichtlich als Verbindung zwischen Erde (Wurzel) und Himmel (Krone) gesehen. Übertragen auf den Menschen sehen wir auch ihn mit den Füßen im Boden gleichermaßen verwurzelt, während er sich in der Aufrichtung dem Geistigen zuwendet.

Symbolik des Baumes

Wird die aus verschiedenen Kulturen stammende Symbolik des Baumes betrachtet, dann stehen deutlich zwei Aspekte im Vordergrund: Einerseits ist der Baum ein Sinnbild für Langlebigkeit – viele Bäume überleben mehrere Menschen- generationen – und andererseits für den ewigen Kreislauf des Absterbens und Wiederaufstehens. In seinen Knospen trägt jeder Baum die Kraft, nach der lebensfeindlich kalten Jahreszeit wieder frisches Leben, frisches Laub sprießen zu lassen.

Eben diese Kraft wird in der Gemmotherapie dem Menschen verfügbar gemacht.

Die hohe, schlanke Gestalt des Baumes betont die Aufrichtung, die Vertikale. Damit ist er in vielen Kulturen Sinnbild für die Verbindung zwischen dem Irdischen und dem Geistigen. In der Bibel wird dies mit der Jakobsleiter ausgedrückt; andere Kulturen haben vergleichbare Bilder entwickelt: So sind der Pfosten der schamanischen Jurte oder der Pfahl beim Sonnentanz der nordamerikanischen Indianer der gleichen Idee, eine Verbindung zwischen Erde und Himmel herzustellen, entsprungen. Denn sowohl die schamanische Reise als auch der Sonnentanz sind Rituale, die als Heilungszeremonien oder Initiationsriten mit dem Ziel angesehen werden, sich mit überirdischen Kräften in Verbindung zu setzen.



Diese uralten Hainbuchen symbolisieren die Kraft, die in Bäumen steckt.



Eichen wurden von den Kelten
als heilige Bäume verehrt.

Baum und Menschheitsgeschichte

In der Geschichte der Menschheit besitzt der Baum eine besondere Rolle. Die Bibel lässt Eva den Apfel vom „Baum der Erkenntnis“ pflücken. Dadurch werden Adam und Eva sehend, aber sie müssen das Paradies verlassen. Die Beziehung der Bäume zur Erkenntnis, zum göttlichen Wissen, ist uns auch aus alten ägyptischen Grabzeichnungen und entzifferten Hieroglyphen übermittelt. Bäume stellten Gottheiten dar oder Götter erschienen im Baum und nährten die Menschen. In vielen alten Kulturen werden Bäume als Urmutter der Menschen angesehen; der Mensch wird aus dem Holz eines Baumes – auffallend häufig aus der Esche – geschaffen oder entspringt als lebendiges Wesen dem Stamm des Baumes.

Heilige Bäume

In den alten nordischen Kulturen Europas wurden verschiedene Bäume als heilig betrachtet. Während den Kelten die Eiche der heiligste Baum war, verehrten die Germanen die Linde und für die Skandinavier war die Weltenesche Yggdrasil das Zentrum und der Ursprung ihrer Welt. Unter Einzelbäumen oder in heiligen Hainen wurden Versammlungen abgehalten oder es wurde gerichtet. Dabei hoffte man auf göttliche Eingebung. So wurde diesen Bäumen und Hainen eine Gottheit oder eine Seele zugeschrieben, die dem Menschen Hilfe war auf seinem irdischen Weg. Diese drei heiligen Bäume – Eiche, Linde und Esche – sind heute, dank der Entdeckung der Knospenheilkunde, wertvolle Heilmittel!

Bekannt ist auch die Geschichte des indischen Prinzen, der unter der Pappelfeige (*Ficus religiosa*) seine Erleuchtung erlebt haben soll und sich fortan Buddha nannte.

Bei den Griechen heiligten Priesterinnen oder Priester gewisse Bäume, weil nach ihrer Vorstellung eine Gottheit darin wohnte. Den einzelnen Göttern wurden passend zu ihren Charakteren bestimmte Bäume zugeteilt, wie die Eiche dem Göttervater Zeus, der Birnbaum und der Granatapfel seiner Götterfrau Hera, die Platane und die Myrthe der Göttin der Liebe, der Schönheit und des sinnlichen Begehrens, bei den Griechen Aphrodite, bei den Römern Venus genannt.

Mensch und Strauch

Anders ist die Beziehung des Menschen zum Strauch.

Sträucher sind Gehölze, die sich gleich auf Erdbodenhöhe verzweigen, also keinen Stamm, keine Mittelachse haben wie die Bäume.

Es gibt auch bei den Sträuchern Geschichten von Beziehungen zu Göttern und Nymphen. Vor allem in der griechischen Mythologie wurden Götter oder Menschen in Sträucher verwandelt, um sich dem Blick anderer Wesen zu entziehen oder unsterblich zu werden. Die Nymphe Leukothea wird, nachdem sie der Gott Apollo verführt hatte, von ihrem Vater zwar getötet, aber von Apollo in einen wunderbar duftenden Rosmarinstrauch verwandelt. In der Bibel hat der Strauch eine besondere Bedeutung: Gott offenbart sich im Feuerbusch. Interessant ist zudem, dass in der keltischen Sprache

Bäume als Zivilisationsbegleiter

Plinius der Ältere, ein römischer Gelehrter, der im 1. Jahrhundert nach Christus lebte, zeigt die Bedeutung, die Bäume für unsere Zivilisation haben, sehr schön auf. Er schrieb in seinem Buch über die Natur Folgendes über die Wälder: „Lange waren die Wohltaten (der Natur) verborgen und als das höchste dem Menschen gegebene Geschenk galten Bäume und Wälder ... Wälder waren die Tempel der höheren Mächte ... Mit dem Holz des Baumes durchfurchen wir die Meere und nähern uns anderen Ländern, mit dem Baum bauen wir die Häuser.“ Plinius deutet hier an, dass die Menschheitsentwicklung ohne Bäume nie zur Sesshaftigkeit und zur heutigen Zivilisation geführt hätte. Das von den verschiedenen Bäumen gelieferte Holz ist ein unersetzbares Material für viele Lebensbereiche des Menschen.

der Ausdruck für „Gebüsch“ identisch ist mit dem Wort „Gedanke“.

Uns Menschen bieten Sträucher häufig wunderbare und vitaminreiche Früchte an. Denken wir an die Schwarze Johannisbeere, an die Feige oder an den Holunderstrauch. Auch viele der Zwergsträucher beschenken uns mit herrlichen und heilsamen Früchten wie die Heidel- oder Preiselbeeren.

Bäume in der Literatur

In der Literatur finden sich viele Hinweise auf die Bedeutung der Bäume und ihre Beziehung zum Menschen. Der römische Dichter Ovid erzählt in seinem Buch „Metamorphosen“ von Verwandlungen in Not geratener Menschen in Bäume.

Friedrich Schiller weist in seinem Gedicht „Der Baum“ auf die Langlebigkeit der Bäume hin:

„Der Baum, auf dem die Kinder der Sterblichen verblühen,
steinalt, nichts desto minder stets wieder jung und grün...

Er setzt neue Ringe, so oft er blühet, an,
das Alter aller Dinge zeigt er den Menschen an.“

In der Schrift mit dem Titel „Bäume“ fasst Hermann Hesse wesentliche Eigenschaften der Bäume zusammen. Von den Wurzeln bis in den Gipfel symbolisieren sie, was wir uns wünschen: unserem eigenen inneren Sinn zu folgen, zu werden und zu erfüllen, was in uns angelegt ist. So werden sie uns gleichsam „die eindringlichsten Prediger“: „Wer ihnen zuzuhören weiß, der erfährt die Wahrheit. Sie predigen nicht Lehren und Rezepte, sie predigen, um das Einzelne unbekümmert, das Urgesetz des Lebens.“

So schätzt auch Erich Kästner in seinem Gedicht „Die Wälder schweigen“ die heilende Kraft der Wälder. Seine Quintessenz lautet:

„Mit Bäumen kann man wie mit Brüdern reden
und tauscht bei ihnen seine Seele um.

Die Wälder schweigen. Doch sie sind nicht stumm.

Und wer auch kommen mag, sie trösten jeden.“

Philosophischer formuliert es Antoine de Saint-Exupéry:

„Mitnichten ist der Baum zuerst Same, dann Spross, dann biegsamer Stamm, dann dürres Holz. Man darf ihn nicht zerlegen, wenn man ihn kennenlernen will. Der Baum ist eine

Macht, die sich langsam mit dem Himmel vermählt.“


Heilende Bäume und Sträucher

Bereits im Mittelalter finden wir in der klösterlichen Literatur viele Hinweise auf die Heilkraft der Bäume und Sträucher. Viel von diesem Wissen floss in unsere heutigen Pflanzenheilkundebücher ein. Als Beispiel soll die Klosterfrau Hildegard von Bingen über die Esskastanie (*Castanea sativa*) zitiert sein: „Wer sich aus Edelkastanienholz einen Stock macht und ihn in der Hand trägt, dass sich die Hand davon erwärmt, dem werden aus dieser Erwärmung die Venen und seine Körperkräfte gestärkt. Nimm oft auch den Duft dieses Holzes auf, denn es trägt dem Gehirn Gesundheit ein.“

Baumkulte blieben bis in die Neuzeit erhalten; dann wurden sie im europäischen Kulturkreis in die christliche Religion eingebaut. Im 19. Jahrhundert setzte die Erforschung der einzelnen Inhaltsstoffe der verschiedenen Bäume und Sträucher ein, die unser Wissen über die heilenden Kräfte auf andere Art erweiterte.

Ganzheitlich

In der ganzheitlich wirkenden Gemmotherapie ist neben den wissenschaftlich untersuchten Wirkungen einzelner Knospenbestandteile die Verbindung zu den mythologisch hergeleiteten Bedeutungen der Bäume und Sträucher spürbar und wesentlich.



So vielseitig: Preiselbeersträucher bringen gesunde Früchte hervor, ihre jungen Triebe eignen sich für ein gemmotherapeutisches Mazerat.

Was ist Gemmotherapie?

Gemmotherapie beruht auf der genialen Entdeckung der Heilkraft, die sich in den Knospen, den winzigen Energiebündeln der Bäume und Sträucher, verbirgt. In den Knospen ist die Kraft verborgen, die eine Pflanze wachsen, sich entfalten, regenerieren und verjüngen lässt.

Es ist die Leistung von Dr. Pol Henry, der diese höchste Potenz an Vitalität dem Menschen nutzbar gemacht hat, indem er Heilmittel aus den Knospen herstellte.

Der Name „Gemmotherapie“ geht auf den französischen Arzt Max Tétou zurück. Er entlehnte ihn dem lateinischen Wort für Knospe: „Gemma“.

Kraftvoll entfalten sich die Knospen der Wildrose im Frühjahr.



Zur Herstellung der Gemmomittel wird ausschließlich das „Lebendigste“ der Pflanze, werden nämlich die frischen Knospen, die Triebspitzen und jungen Schösslinge verwendet. Es sind also weder Blüten noch Früchte oder Blätter, sondern nur deren Knospen. In ihnen steckt die ganze Kraft zum Wachsen und zur Ausbildung der Pflanzengestalt.

Geschichte der Gemmotherapie

Bereits im Mittelalter wurden die Menschen auf die Wirkung der Knospen aufmerksam, doch fehlten ihnen die Möglichkeiten, die Auszüge über längere Zeit aufbewahren zu können. Vor allem die Pappelknospen wurden schon in alter Zeit arzneilich genutzt. In früheren Arzneibüchern findet man die Anleitung zur Herstellung der Unguentum populii, der Pappelsalbe.

Der junge belgische Arzt Dr. Pol Henry befasste sich anfangs mit diversen Untersuchungen von Pflanzenknospen und jungen Triebspitzen. Er interessierte sich für die Forschungsarbeiten des Schweizer Arztes Dr. Paul Niehans (1882–1971), dem Erfinder der Frischzellentherapie. Bei dieser heute nicht mehr angewandten Therapieform wurden dem Menschen tierische Embryonalzellen in der Absicht injiziert, die körpereigene Immunabwehr zu stimulieren und chronische Krankheiten zu lindern. Dr. Pol Henry wollte in Analogie eine Therapieform mit pflanzlichen Embryonalzellen entwickeln.

In seiner ersten Hypothese nahm er an, dass in den Knospen, die ja aus vielen teilungsaktiven Zellen bestehen, das ganze Erbgut des Baumes oder Strauches stecken muss. Diese Hypothese wurde später (1952) durch die Entdeckung der DNA bestätigt.

Pol Henrys Untersuchungen zeigten, dass er nicht, wie bis dahin in der Pflanzenheilkunde üblich, nur mit Alkohol einen Auszug bereiten konnte, sondern dass sich aus einem ausgewogenen Gemisch aus Alkohol, Wasser und Glycerin viel mehr Inhaltsstoffe aus den Knospen herauslösen lassen und diese Mischung auch stabil bleibt. Seine Entdeckung war es also, die wertvolle Essenz bestmöglich aus den Pflanzenknospen herauszulösen und dieses Kraftkonzentrat haltbar zu machen. Der erste Extrakt, der von Pol Henry eingehend untersucht wurde, war jener der Moorbirke. Er konnte hier eine starke Ausleitungswirkung beobachten. Es folgten weitere Versuche,

Dr. Pol Henry – Begründer der Gemmotherapie

Pol Henry wurde am 22. Oktober 1918 in Profondeville in Belgien geboren. Er studierte in Brüssel und Gent Medizin (1940–1945) und promovierte während des 2. Weltkriegs. Der Homöopathie und Phytotherapie sehr zugetan, war er auch ein großer Naturbeobachter. Nach einigen Versuchen entwickelte er eine eigene neue Therapierichtung, die auf der Verwendung von jungen, frischen Knospen und Triebspitzen basierte. Er gilt als der Begründer der „Phytoembryotherapie“ wie er seine Therapieform mit den Knospen zuerst nannte. Jahre später kreierte der französische Arzt Dr. Tétau den heute noch gebräuchlichen Begriff „Gemmotherapie“.

Durch seine wissenschaftlichen Publikationen erreichte Dr. Pol Henry internationale Anerkennung und Bekanntheit. Er starb am 7. Oktober 1988 kurz vor seinem 70. Geburtstag.