

Les bourgeons de prêle : de la silice assimilable !

Soumis par Philippe Andrienne, Collaboration spéciale
23-04-2007

{mosimage ch=80} La prêle, communément appelée « queue de cheval » (horse-tail en anglais), fait partie de la famille des équisétacées. Proche parente des fougères, cette plante qui était autrefois un arbre, est apparue sur terre depuis 3-400 millions d'années, époque des forêts du carbonifère. Actuellement, ces « fossiles vivants » se rencontrent sur le territoire belge : 8 espèces qui se situent entre 20 et 40 cm de haut à l'exception de la prêle « géante » qui atteint 1 m.

M. Henry, un médecin belge, a créé cette nouvelle méthode et a publié ses travaux en 1970 sous le nom de « phytoembryothérapie ». M. Tétau, médecin français, a donné à cette méthode le nom de gemmothérapie, terme qui a été adopté. Les tissus embryonnaires végétaux (bourgeons, jeunes pousses, ...) renferment toute la puissance de la future plante. Ils contiennent plus d'acides nucléiques (information génétique) que les autres tissus mais également des hormones de croissance, des vitamines, des oligo-éléments, des minéraux et surtout de la sève apportée par l'arbre.

M. Henry, un médecin belge, a créé cette nouvelle méthode et a publié ses travaux en 1970 sous le nom de « phytoembryothérapie ». M. Tétau, médecin français, a donné à cette méthode le nom de gemmothérapie, terme qui a été adopté. Les tissus embryonnaires végétaux (bourgeons, jeunes pousses, ...) renferment toute la puissance de la future plante. Ils contiennent plus d'acides nucléiques (information génétique) que les autres tissus mais également des hormones de croissance, des vitamines, des oligo-éléments, des minéraux et surtout de la sève apportée par l'arbre.

La prêle, communément appelée « queue de cheval » (horse-tail en anglais), fait partie de la famille des équisétacées. Proche parente des fougères, cette plante qui était autrefois un arbre, est apparue sur terre depuis 3-400 millions d'années, époque des forêts du carbonifère. Actuellement, ces « fossiles vivants » se rencontrent sur le territoire belge : 8 espèces qui se situent entre 20 et 40 cm de haut à l'exception de la prêle « géante » qui atteint 1 m.

Cette plante occupe principalement les sols argileux et siliceux dénudés. Considérées comme « mauvaise herbe », indicatrices de sols acides, elle peut coloniser des sables pauvres en matières organiques et en éléments minéraux. Elle participe donc à sa restructuration, en luttant contre l'érosion et en facilitant l'implantation progressive d'humus. Toutefois, la prêle recolonise facilement le sol après le passage des herbicides totaux, notamment dans les cultures de céréales et de vignes désherbées chimiquement. Elle ne peut donc être récoltée à ces endroits pollués et déstructurés par des pratiques agricoles inadaptées.

La prêle est formée d'éléments de tige articulés autour d'une collerette, un reste de feuille, c'est une plante essentiellement « tige », une plante de structure qui va jouer à l'intérieur de l'organisme le rôle écologique qu'elle occupe dans la nature.

De nature froide et sèche, la prêle est déjà mentionnée par les anciens médecins pour ses vertus hémostatiques tant externes qu'internes (hémorroïdes saignantes, règles abondantes, saignements de nez, sang dans les urines,

crachements de sang, etc.). En raison de son action astringente et raffermissante au niveau des tissus, elle est recommandée contre la diarrhée, la transpiration des pieds. Elle soulage les ulcères du poumon, soigne la tuberculose et la dégénérescence du tissu pulmonaire. Mais c'est principalement son action reminéralisante qui est la plus connue. Elle permet de lutter contre l'ostéoporose, facilite la fixation du calcium, notamment dans la consolidation des fractures.

La silice intervient également dans la structure de la trame osseuse, responsable du maintien du calcium dans la structure osseuse. L'ostéoporose n'est pas une carence en calcium, mais une fuite de calcium. Il est inutile de donner du calcium inassimilable à l'organisme, comme le signale le professeur Louis Kervran dans son ouvrage sur les transmutations biologiques à faible énergie. La présence d'une certaine acidité stomacale favorise l'assimilation de la silice organique. On comprend beaucoup mieux pourquoi Rika Zarai employait, pour réparer les fractures, le jus d'un citron dans lequel un œuf avait macéré une nuit (la paroi de l'œuf est riche en silice).

D'une grande richesse minérale, la prêle renferme de nombreux oligo-éléments dont la composition varie en fonction de la nature du substrat ; citons le potassium, le manganèse, le zinc, le fer, etc.), mais également des vitamines (Vit PP importante dans la circulation sanguine).

Plante diurétique, indiquée dans le traitement des cystites et l'élimination des oedèmes, elle accroît le volume urinaire et constitue l'une des plantes d'amaigrissement.

La prêle et le silicium

Le corps renferme au total 7 g de silice alors qu'il ne contient que 4-5 g de fer.

Les besoins journaliers en silicium de l'être humain s'élèvent de 20 à 30 mg (si, métalloïde du groupe du carbone à ne pas confondre avec la silice SiO₂, qui est en réalité du silicium oxydé). Ce sont les tissus conjonctifs qui en contiennent le plus : tendons, muscles, parois des vaisseaux sanguins (notamment l'aorte), cheveux, ongles, peau. Elle favorise à la fois souplesse, élasticité et résistance des tissus. A ce titre la prêle s'indique dans les vergetures et le vieillissement cutané, son action antirhumatismale est très bien connue de longue date.

Au niveau de l'aorte et des vaisseaux sanguins, le silicium favorise la prolifération des fibres élastiques et donc contribue à la souplesse des parois des artères et des veines. Or au cours du temps, la teneur en silice des vaisseaux diminue avec l'âge et avec l'artériosclérose. Certains chercheurs supposent que le silicium diminuerait le passage des lipides nocifs à travers la paroi des vaisseaux sanguins.

Rappelons que le bambou est également très riche en silice, responsable de ses propriétés mécaniques de résistance et de souplesse (en Asie, les échafaudages pour la construction sont en bambous !).

Pourquoi les jeunes pousses employées en gemmothérapie sont-elles supérieures à la plante adulte ?

La prêle des champs contient de l'acide monosilicique qui au cours du temps migre dans les parois de la tige pour se retrouver à l'extérieur sous forme de cristaux minéraux... inassimilables. Ce sont eux qui provoquent cette impression de rudesse lorsqu'on touche la plante. En effet, ces cristaux minéraux visibles à la loupe sont formés par de la silice cristallisée sous forme opale, analogue à la carapace des diatomées. Ces algues jaunes forment des dépôts fossilisés dénommés diatomite, une roche friable utilisée notamment dans la filtration de laboratoire (c'est le fameux Kieselghur des chimistes !).

Dans la jeune pousse, la silice est présente sous forme d'acide monosilicique, une forme organique assimilable car liée à des colloïdes et particulièrement abondante au printemps. Cela explique pourquoi l'on récolte préférentiellement la plante à ce moment. La gemmothérapie utilise la jeune pousse en pleine croissance, récoltée au tout début du printemps car toute l'énergie de la future plante y est concentrée.

Ce produit est en vente à l'adresse suivante : info@herbalgem.com