

# L'Erborista



n° 8

Colture  
di botanica  
e orticoltura  
in campo  
e in serra

Utile  
di salute  
e benessere  
in campo  
e in serra

Infiammazione  
e dolore  
in campo  
e in serra

Spazio aperto  
alla ricerca  
e alla pratica

Terapie naturali  
e integrative  
in campo  
e in serra

Salute  
e benessere  
in campo  
e in serra

Herbalismo  
e integrative  
in campo  
e in serra



BUSH FLOWER

Dai fiori australiani  
la forza del benessere



Dal verde e incontaminato  
continente australiano  
essenze floreali  
uniche e ricche di energia  
creme per ritrovare  
benessere emotionale e fisico

www.bushflower.it



# Respirare salute

Laurence Salomon, naturopata francese, presenta in *Integrazione respiratoria* l'ossigenazione biocatalitica realizzata con il Bol d'Air di René Jacquier, un apparecchio di nuova concezione per il benessere e la rigenerazione psicofisica



renti stili di vita e nelle condizioni ambientali, fanno sì che tutti siamo in maggiore o minore misura ipossigenati, con conseguenze negative sul nostro stato di salute. Si instaura, infatti, una sorta di asfissia cronica che mina il terreno organico, favorendo l'insorgere di varie patologie. Come naturopata ho un approccio olistico e il mio procedimento consiste nell'agire in modo non sintomatico, orientando ogni terapia sulle cause delle malattie e sul miglioramento del terreno, per il quale è necessario non solo adottare un sano stile di vita (alimentazione corretta, esercizio

fisico, riposo, equilibrio psichico), ma anche porre rimedio all'ipossigenazione cronica dei tessuti, con un vero e proprio rilancio metabolico, quale può essere ottenuto con l'inalazione dei biocatalizzatori dell'ossigenazione prodotti dal Bol d'Air Jacquier.

## Quali sono gli effetti sul 'terreno' dell'ossigenazione biocatalitica?

Riattivando il metabolismo generale, l'ossigenazione biocatalitica (OBC) esercita un'influenza benefica sul terreno, base della salute, sulle nostre difese e sulle nostre possibilità di adattamento. Durante le sedute, l'energia vitale è direttamente stimolata dalla presenza delle molecole di ossigeno allo

preparazione scientifica, decisi di scriverne uno che presentasse il suo metodo con linguaggio chiaro e semplice, ma anche scientificamente esatto e rigoroso, per raggiungere sia il grande pubblico che la classe medica, per la quale il BAJ può rappresentare una preziosa integrazione terapeutica.

## Come si deve intendere il concetto di 'integrazione respiratoria' a cui fa riferimento il titolo?

Abbiamo assistito da diversi anni al successo dell'integrazione in campo nutrizionale, nel senso di integrare l'alimentazione con specifiche sostanze in condizioni di ridotto apporto o di aumentato fabbisogno. Questo può e deve avvenire anche per la respirazione e un elemento di vitale importanza quale è l'ossigeno, che rendendo possibile la vita cellulare e influenzando le varie funzioni metaboliche è la base stessa della vita e dell'energia. Oggi diversi fattori, insiti nei cor-



**I**l Bol d'Air è un'apparecchiatura di nuova concezione, messa a punto nel 1986 dal chimico e biologo francese René Jacquier, allievo del premio Nobel Victor Grignard, che attraverso l'ossigenazione biocatalitica si propone come azione preventiva per una respirazione ottimale o come integrazione terapeutica, qualora siano compromesse la respirazione o l'ossigenazione dei tessuti. Specchio fedele delle idee e dei metodi di René Jacquier, come riconosce lui stesso nella prefazione, è il libro *Integrazione respiratoria* della naturopata francese Laurence Salomon, che in questa intervista a *L'Erborista* ne sintetizza i contenuti.

## Quando e come è nata l'idea di scrivere questo libro?

Ho scoperto il Bol d'Air Jacquier (BAJ) in modo del tutto casuale nel novembre 1998 a Parigi, al Salone Marjolaine, assistendo a una conferenza di René Jacquier, che ho poi conosciuto di persona. In quell'occasione ho provato il trattamento, con due sedute da cui ricavai un'energia tale da farmi trascorrere buona parte della notte sveglia, senza avvertire nessuna necessità di dormire. Il giorno dopo acquistai un apparecchio BAJ professionale, da usare sia per me che per i miei pazienti. Dopo aver letto i due libri di René Jacquier *De l'atome à la vie* e *Essai sur une mécanique universelle*, di estremo interesse ma non facilmente accessibili a chi non ha un'adeguata

stato nascente nell'organismo. Tutti gli alimenti, metabolizzati meglio, possono liberare completamente l'energia che serve alla cellula per le sue funzioni, mentre risulta più completa anche la combustione delle scorie esogene ed endogene. Con la sua azione favorevole sul metabolismo, il metodo BAJ influisce beneficamente in modo polivalente sulle diverse patologie a carico di tutti gli organi, ed è raccomandato tanto a chi è affetto da malattie, sia benigne che gravi, quanto a chi è in buona salute, in funzione preventiva e per raggiungere un più elevato stato di benessere. È altresì valido per contrastare gli effetti ossidativi dell'invecchiamento e per aumentare la resistenza organica nell'attività sportiva. Altro campo in cui l'ossigenazione cellulare ha effetti positivi è quello estetico, dato che il processo naturale di ossigenazione della cute (massimo a 20 anni, quando la pelle è tonica, liscia ed elastica) diminuisce con il passare degli anni, spesso scendendo al di sotto del 50% già a 40 anni. Naturalmente anche nel campo della bellezza, come in quello della salute, il discorso va affrontato in ottica olistica con una corretta igiene globale di vita, di cui la pratica del Bol d'Air è uno degli aspetti.

## Quali sono le regole base su cui impostare una corretta igiene di vita?

Come ho esposto più in dettaglio nel libro, le basi di un sano stile di vita sono un'alimentazione accuratamente scelta, l'esercizio fisico costante e una migliore gestione dello stress nella vita professionale e privata. Per quanto riguarda in particolare l'alimentazione, le regole fondamentali sono: moderare la quantità di cibo e distribuirla armoniosamente nei vari pasti, mangiare senza fretta e masticare bene, privilegiare il piacere gustativo e gli alimenti naturali, biologici e di stagione, diversificare le fonti proteiche. Quello della nutrizione è un ambito in cui il BAJ ha un ruolo d'importanza fondamentale, perché favorisce una migliore assimilazione e trasformazione dei nutrienti in seno alla cellula, e poi l'eliminazione delle scorie prodotte.

L'ossigenazione cellulare favorita dal BAJ è il complemento razionale di una sana alimentazione, soprattutto quando l'organismo è indebolito da una patologia. Per questo nel ristorante biologico che gestisco, proponendo congiuntamente il concetto di

piacere e salute nell'alimentazione, a disposizione dei clienti vi è un apparecchio Bol d'Air Jacquier che, unito a scelte alimentari accurate, sane e gustose, agisce in modo sinergico e globale sulla salute e sul benessere sia fisico che psichico.

## Come e quando va usato il Bol d'Air e in cosa consiste il procedimento?

Le sedute di inalazione si praticano generalmente per 20-30 giorni. Il loro numero e la durata sono condizionati in funzione del terreno organico, delle affezioni in causa e della loro durata, evoluzione e gravità. L'esperienza mi ha insegnato che più una persona è indebolita, più occorre praticare l'OBC dolcemente e progressivamente all'inizio della cura. Talvolta è necessario iniziare con brevi sedute di 3 minuti una volta al giorno, per passare progressivamente a due o tre sedute quotidiane di 6 minuti ciascuna, per venti giorni. L'ideale, per poter impostare liberamente la propria progressione, è disporre di un apparecchio BAJ in casa. Il procedimento consiste nell'inalare dei catalizzatori dell'ossigenazione (derivati di essenza di resina di pino, comunemente chiamata essenza di trementina) in grado di favorire l'assimilazione dell'ossigeno, al fine di aumentarne la disponibilità nei tessuti dell'organismo. In pratica si inala una miscela di essenze terpeniche ricavate da *Pinus pinaster* e particolarmente ricche di alfa e beta pinene che, attraverso una specifica procedura tecnologica di perossidazione, acquisiscono la proprietà di ottimizzare l'ossigenazione e il metabolismo cellulare. È noto che l'ossigenazione cellulare migliora per effetto dell'attività fisica, della vita all'aria aperta e di particolari condizioni climatiche e ambientali (aria pura, alta montagna, boschi di Conifere) mentre peggiora, oltre che in presenza di varie patologie, a causa dell'umidità, del microclima degli ambienti chiusi e dell'inquinamento urbano. In pratica il BAJ, consentendo di inalare dei derivati concentrati di essenza di resina, ricrea in casa propria, e in forma concentrata e potenziata, gli effetti benefici sull'organismo che si hanno in montagna nei boschi di abeti e di pini.

Per informazioni: [www.herbapharma.it](http://www.herbapharma.it)

PROVAMEL

Lo specialista della soia per le intolleranze al lattosio



senza colesterolo  
senza lattosio

Distribuito da:  
KI Group Spa  
Tel. 011/7176700 - [www.kigroup.com](http://www.kigroup.com)