



# lekarstwo z morza

*Nie znajdziesz go nad Adriatykiem ani nad Morzem Czarnym czy Czerwonym. Od 50 milionów lat bursztyn czeka na ciebie ukryty w bałtyckim piasku. Schył się po niego, a zyskają twoje zdrowie i uroda.*

**Z**alety skamieniałej żywicy drzew doceniały już nasze prababcie. Rozgrzane grudki bursztynu przykładają do oczu, by łatwiej wyciągnąć z nich ciała obce – pyłki, owady, piasek. Przy chronicznych przeziębieniach, aby oczyścić zatoki, serwowaly ten kamień starty na proszek, każąc wciągać go nosem, jak tabakę. Bursztynowe korale nosiły natomiast na szyi, by wyleczyć bóle gardła i głowy, a także wzmocnić tarczycę. To zresztą także i dziś zalecają leczący kamieniami szlachetnymi litoterapeuci. Moda na grube bursztynowe korale wprowadziła już przeminęła, ale wiara w lecznicze właściwości tego kamienia powraca. I nic w tym dziwnego, bo to, co na zasadzie prób, błędów i obserwacji odkryli nasi przodkowie, obecnie potwierdza nauka.

## BURSZTYNOWA APTEKA

Kwas bursztynowy. To w nim tkwi sekret leczniczych właściwości bursztynu. Jak wynika z badań, w organizmie pełni on funkcję biostymulatora: reguluje pracę jelit i nerek, pobudza system nerwowy, działa przeciwzapalnie, usuwa toksyny, obniża ciśnienie tętnicze, aktywizuje system odpornościowy i przyspiesza regenerację tkanek. Spośród 60 znanych odmian bursztynu to właśnie ten bałtycki (inaczej: sukcynt) zawiera najwięcej kwasu bursztynowego – od 3 do 8 proc. Szczególnie jego zewnętrzna część, tzw. kora, obfituje w ten pożyteczny dla nas związek. Dlatego do celów leczniczych najlepiej wybierać bursztyn surowy, nieoszlifowany. Także ze względu na wiele cennych mikroelementów: magnez, krzem, żelazo, wapń, potas, substancje lotne, kwasy żywiczne, związki organiczne połączone z jodem. Te cenne składniki znaleźć można w nalewkach z bursztynu, maściach i olejach.

## ZŁOCISTY PYŁ NA PIĘKNĄ CERĘ

Mocno rozdrobniony, a nawet sproszkowany bursztyn doskonale sprawdza się jako naturalny piling. Nie tylko nie traci w tej postaci swoich właściwości, ale też składniki mineralne – jak krzem, magnez, żelazo, wapń czy potas – jeszcze lepiej wchłaniają się przez skórę, która wygląda zdrowiej i promiennie. Bursztynowy pył można wykorzystać do domowej produkcji mydła. Do rozpuszczonej glicerynowej bazy mydlanej (ok. 25 zł w aptece) dodajemy odrobinę pyłu i czekamy, aż całość zastygnie.



## MAŚĆ NA BÓLE STAWÓW I MIĘŚNI

Związki z grupy terpenów zawarte w bursztynie bałtyckim poprawiają krążenie krwi, rozgrzewają i rozluźniają mięśnie wokół stawów. Po bursztynową maść warto sięgnąć, gdy doskwiera ból mięśni, stawów, dokuczają zylaki i pobołowają obtłuczenia. Maść można kupić w sklepach zielarskich lub aptekach. Należy wcierać ją w bolące miejsce kilka razy dziennie.

## NALEWKA NA GORĄCZKĘ, GRYPĘ I KATAR

.....  
Przed rozpoczęciem sezonu grypowego warto wspomagać się nalewką bursztynową, pijąc ją 2-3 razy dziennie. Najlepiej ok. 30 kropli rozpuścić w wodzie lub innym płynie, koniecznie chłodnym.

Bo bursztyn, podobnie jak miód, traci w wysokiej temperaturze swoje dobroczynne właściwości. Gdy jednak choroba już dopadnie i za nic nie chce odpuścić, wtedy nalewkę wcieramy w klatkę piersiową, stopy i plecy, a w przypadku kataru także w okolice nosa i nozdrza.

Przy bólach głowy z kolei ulgę przyniesie kilka kropel porządnie wmasowanych w skronie. Rozcieńczoną miksturę można także stosować jako płukankę w razie zapalenia gardła. Bardzo ważne, by nalewka była przyrządzona z naturalnego, niemodyfikowanego bursztynu, bo tylko taki zawiera dużo cennego kwasu bursztynowego. Łatwo można ją przygotować w domu. Kluczowe są proporcje (50 g bursztynu na ½ litra spirytusu), a także czas. Pokruszony w młynku bursztyn zalewamy i odstawiamy na 14 dni w ciepłe, ciemne miejsce. Mikstura z czasem nabierze pięknego, złocistego koloru. Będzie mieć intensywny, żywiczny zapach.



## OLEJ NA POPRAWĘ KRĄŻENIA

.....  
„Z bursztynu wyrabia się niezwykle cenny olej, bardzo mocny, cierpki i zawieszisty, który posiada tysięczne zalety, jak to stoi w przepisie, który dostałem w Gdańsku, gdzie proces ten do doskonałości doprowadzono...” – pisał w 1652 roku Giacomo Fantuzzi, włoski podróżnik. Czy olej będący produktem suchej destylacji bursztynu „posiada tysięczne zalety”, można dyskutować, pewne jest natomiast, że poprawia krążenie krwi, zwalcza skurcze i bóle mięśni. Nieprzypadkowo maści i balsamy z jego dodatkiem są używane do masażu. Ponadto jest naturalnym środkiem dezynfekcyjnym, po który warto sięgnąć w razie poparzeń, trudno gojących się ran, trądziku, wrzodów. Jedyń minus jest taki, że mikstura ma nieprzyjemny, ostry zapach. Choć czasem może to być zaletą, np. gdy chcemy pozbyć się z domu nieproszonych gości – moli, mrówek czy komarów.

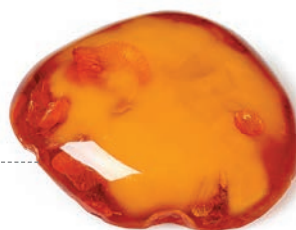
## Z BURSZTYNEM PRZEZ WIEKI

„Złoto północy” fascynowało już starożytnych Greków i Rzymian, którzy leczyli nim febrę, zapalenie migdałów, choroby uszu, obniżali gorączkę, a nawet przeciwdziałali atakom szaleństwa. Zmielone na mąkę, z dodatkiem wonnej żywicy, było popularną miksturą stosowaną w dolegliwościach żołądkowych.

### Po bursztyn chętnie sięgano również

w średniowieczu. Mnisi klasztorni zalecali picie bursztynowych nalewek zmieszanych z piwem – gdy bolał brzuch, bądź z mlekiem – przy chorobach pęcherza moczowego.

Mikołaj Kopernik radził pacjentom chorującym na serce, aby aplikowali sobie bursztynowy proszek, a nieoszlifowany kawałek bursztynu nosili na splocie słonecznym. Nawet jeśli dolegliwości nie ustaną całkowicie, to może będą nieco łagodniejsze. Choroby serca wydają się jednak błahostką w porównaniu z epidemiami, które dziesiątkowały średniowieczne miasta. W obliczu szalejącej dżumy sięgano po wszystko – także po bursztyn. Dymem ze spalonego proszku okadzano miejsca dotknięte zarazą.



## JAK ROZPOZNAĆ PRAWDZIWY BURSZTYN

Nie tonie w słonej wodzie, lecz unosi się na jej powierzchni (w odróżnieniu od innych minerałów czy syntetyków).

Jest lekki i ciepły w dotyku.

Po ogrzaniu w dłoniach i delikatnym potarciu wydziela przyjemny, żywiczny zapach.

Przy potarciu łąduje się ujemnie. Można to sprawdzić, pocierając bursztyn wełnianą szmatką, a następnie przybliżając do niego np. papierowe ścinki. Oryginalny bursztyn powinien je przyciągnąć.

Pali się jasnym, żółtym płomieniem, wydzielając przy tym przyjemną woń. Po gwałtownym rozgrzaniu pęka.