



## **La collection**

- LES BIENFAITS DU CITRON
- LA POMME POUR VOTRE SANTÉ
- LE CHOU POUR VOTRE SANTÉ
- POLLEN POUR VOTRE SANTÉ
- LES SOURCES DE LA JOIE
- CUISINE VEGETARIENNE FAMILIALE NATURELLE
- GUIDE D'HOMÉOPATHIE POUR LA FAMILLE

**Publié via BOOKELIS**

© 2019 by Robert ANDREANI - 02200 Soissons  
ISBN 979-10-96600-27-4

Tous droits de reproduction et de traduction réservés pour tous pays.

Robert ANDREANI

# LA POMME

## POUR VOTRE SANTÉ

ALIMENT PROTECTEUR  
REMÈDE DES AFFECTIONS DE L'APPAREIL DIGESTIF  
HYPOTENSEUR  
PRÉVENTIF DE L'INFARCTUS DU MYOCARDE  
PROTECTEUR DU CŒUR ET DES VAISSEaux  
ANTILITHIASIQUE – ANTIRHUMATISMAL – ANTIFATIGUE  
ANTIMIGRAINEUX  
PROTECTEUR DES NERFS ET DE LA PEAU

Éditions Votre Santé

**Publié via BOOKELIS**



## DE LA LÉGENDE A LA RÉALITÉ

L'homme et la femme étaient établis dans le jardin d'Éden à l'Orient. Un jardin de délices planté de toutes espèces d'arbres séduisants et nourriciers, et l'arbre de vie était au milieu. L'arbre de la connaissance du bien et du mal...

« Tu peux manger de tous les arbres du jardin, dit Dieu. Mais de l'arbre de la connaissance du bien et du mal tu n'en mangeras pas, car, le jour où tu en mangeras tu mourras certainement.

Et vous connaissez la suite dramatique. Le tentateur symbolisé par le serpent, veut désorganiser le plan de Dieu proposé à la libre intelligence de l'homme. Il s'attaque à la femme ; celle-ci résiste, mais finit par succomber.

« Pas du tout, réplique Satan. Vous ne mourrez pas. Mais Dieu sait que le jour où vous mangerez, vos yeux s'ouvriront et vous serez comme des dieux qui connaissent le bien et le mal.

« La femme vit que l'arbre était bon à manger et séduisant à voir, et qu'il était, cet arbre, désirable pour acquérir l'entendement. Elle prit de son fruit et mangea. Elle en donna aussi à son mari, qui était avec elle, et il mangea.

« Alors leurs yeux s'ouvrirent... » Et ce fut la chute...

Il n'est pas question de pomme dans le récit de la Genèse. L'écrivain sacré parle de l'arbre de la connaissance du bien et du mal. Un arbre symbolique, sans aucun doute, figurant, me semble-t-il, l'orgueil de décider soi-même ce qui est bien et ce qui est mal, sans référence à la morale divine, à l'ordre et à l'harmonie de Dieu. Une révolte ouverte. Affranchissez-vous et vous serez comme des dieux. En d'autres termes, dépassez votre état de créature pour être pleinement créateur de votre ordre à vous, de votre cité à vous, de votre monde... sans Dieu.

## LA POMME POUR VOTRE SANTÉ

Première transgression. Transgression éternelle représentée par la manducation du fruit défendu. Pardonnez-moi ce pénible effort d'exégèse, mais j'ai voulu voir quel rapport le fruit, dont j'ai entrepris la monographie, a avec la transgression. Aucune en vérité. Pure légende. J'ai beau scruter un à un les versets de La Genèse, et particulièrement le récit de la chute, aucune trace de pomme, ni de pommier.

Mais les légendes ont la vie dure. Il ne suffisait pas de faire de la pomme le fruit de la révolte, encore fallait-il qu'elle restât en partie dans la gorge du premier cartilage du larynx, appelée, comme chacun sait, pomme d'Adam.

Quoi qu'il en soit, la récupération du fruit ne fut nullement entamée. Certains auteurs considéreraient même cette imputation comme une haute distinction : le signe que la pomme est entre tous le fruit par excellence.

Sans doute, elle fut aussi et est toujours le signe des discussions par allusion à la Discorde, cette déesse malfaisante, cette sœur du dieu de la guerre Mars, cette fille implacable de la nuit, qui furieuse de ne pas avoir été invitée aux noces de Thétis et Pélée, jeta dans la salle du festin la pomme de discorde, d'où devait sortir la guerre de Troie.

Et la déesse haineuse fut chassée de l'Olympe pour être, hélas, comme nous l'enseigne La Fontaine accueillie sur terre :

La Déesse Discorde ayant brouillé les dieux,  
Et fait un grand procès, là-haut, pour une pomme,  
On la fit déloger des cieus,  
Chez l'animal qu'on appelle l'homme,  
On la reçut à bras ouverts.

Mais la pomme résiste à l'orgueil, à la fureur, à la haine, et demeure « le fruit des fruits », connu des hommes depuis des temps immémoriaux. Son lieu d'origine est la région de Trébizonde, en Turquie, en bordure de la Mer Noire. C'est le Malus communis ou pommier commun, père de tous les pommiers.

Il pénétra très tôt en Égypte où les pharaons Rhamsès II et

## DE LA LEGENDRE À LA RÉALITÉ

Rhamsès III l'acclimatèrent et le multiplièrent dans le delta du Nil. De là, les Hébreux l'importèrent en Palestine, dans cette Terre promise à leurs ancêtres Abraham, Isaac et Jacob. Le Cantique des Cantiques fait mention de cet arbre fameux :

Comme le pommier parmi les arbres d'un verger,  
Ainsi est mon bien-aimé par les jeunes hommes.  
A son ombre désirée je me suis assise  
Et son fruit doux à mon palais.  
Il m'a menée au cellier,  
Et la bannière qu'il dresse sur moi, c'est l'amour.  
Soutenez-moi avec des gâteaux de raisin,  
Ranimez-moi avec des pommes,  
Car je suis malade d'amour.

Et plus loin, dans ce chant du mutuel amour, c'est le bien-aimé qui exprime à son tour un souhait, soulignant la particulière considération dont étaient entourés le raisin et la pommes :

Tes seins, qu'ils soient des grappes de raisin,  
Le parfum de ton souffle, celui des pommes...

Aux premières places en Égypte et en Palestine, la pomme fut également l'objet d'une grande attention chez les Grecs. Fruit suave et nourricier entre tous, digne de la sollicitude de la déesse *Pomone*, de la divinité des fruits et des jardins, épouse féconde de *Vertumne* le dieu du printemps.

Les Romains, à leur tour, l'introduisirent dans leur pépinière d'arbres fruitiers ou *pomarium seminarium* et multiplièrent le *malus communis* expression que l'on pourrait traduire par pommier commun à tous, *malus communis inter homines*.

Selon le Docteur Henri Leclerc, l'opinion des Celtes à l'endroit du pommier était semblable à celle des Grecs : « Ils lui accordaient la souveraineté sur les produits similaires de la nature... et l'appelaient *mel* ou *mâl*, origine probable du mot latin *malus*. »

En France, c'est en Normandie que le pommier trouva son

## LA POMME POUR VOTRE SANTÉ

berceau, en dépit d'affirmations contraires. Des écrits attestent (ceux du moine Raoul Ternaire entre autres) que du cidre était servi à Bayeux au XI<sup>e</sup> siècle.

Mais depuis ce temps, la culture du pommier a été perfectionnée, et c'est ainsi que près de cent cinquante variétés sont inscrites au catalogue des espèces et plantes cultivées.

Hélas ! Tant de variétés et si peu de pommes consommées une douzaine de kilos par habitant, et par an. Alors qu'il faudrait en consommer dix fois plus. Oui, dix fois plus et la santé de l'homme serait améliorée, grâce aux principes de ce fruit si parfaitement ordonnés à la physiologie humaine, à la richesse en sels minéraux et en vitamines qui activent les métabolismes, protègent la cellule nerveuse, défendent la peau, régénèrent les organes, découragent les infections.

Affirmation enthousiaste, mythe colporté par les fruitariens ?

Point du tout. Mais réalité objective. La pomme a, en partage avec quelques autres végétaux et agents naturels, de merveilleux pouvoirs. C'est ce que nous allons essayer de démontrer en nous fondant sur les travaux scientifiques les plus récents.

# LA POMME : IDENTITÉ ET ANALYSE

L'arbre dit « *Malus communis* » ou « *Pyrus malus* », le pommier, fait partie de la famille des rosacées et forme la tribu des pomacées. Les fleurs régulières avec leur calice aux pétales soudés et leurs belles corolles légères à cinq pétales composent, au moment de la floraison, des tableaux romantiques, souvent exposés aux morsures des gelées printanières.

Le beau pommier, trop fier de ses fleurs étoilées,  
Il faut qu'avril jaloux brûle de ses gelées  
Neige odorante du printemps... (1)

Ces fleurs étoilées, cette neige odorante sont les promesses des fruits. Des fruits formés d'une importante pulpe ou mésocarpe, avec au centre les pépins dans cinq loges à paroi épaisse, et le tout enveloppé d'une peau ou péricarpe qui renferme des huiles essentielles parfumées.

Les pommiers à fruits proviendraient d'une hybridation fort ancienne entre deux espèces : *Malus acerba* et *Malus dasyphylla*.

Selon certains auteurs, *Malus acerba* serait à l'origine des pommiers à fruits acides, donc des variétés à cidre, et *Malus dasyphylla* de toutes les variétés de *Malus communis*.

Pendant la fructification, le développement important de la pulpe résulte du stockage de l'eau de végétation et de la multiplication extraordinaire des cellules, précisément au moment où la rétention de l'eau devient massive.

1 Cant. Cant. 3, 3-5.