

12 rimedi di Santa Ildegarda per curare il mal di stomaco

Inviato da Amministratore

venerdì 18 dicembre 2020

Ultimo aggiornamento venerdì 18 dicembre 2020

di Gelsomino del Guercio Contro il mal di pancia, la santa che ha speso la sua vita per la medicina naturale, dice di utilizzare menta e vino caldo. Rimedi naturali contro il mal di stomaco. Ce li insegna santa Ildegarda da Bingen, la monaca tedesca, nota per aver scritto dei trattati di medicina naturale. Nel “Il Libro della Medicina di Santa Ildegarda — Guarire nel corpo e nello spirito” di Marcello Stanzione e Bianca Bianchini per Gribaedi edizioni, spiegano 12 rimedi contro il mal di pancia della santa “medico”. Ecco quali sono. ...

1) Menta curda La mente cruda o cotta rinfresca l’intestino e frena il mal di stomaco. “Se lo stomaco è aggravato di troppo cibo e troppe bevande, e se si respira a fatica (asma), si mangi spesso la menta di ruscello cruda o cotta con la carne, o nella minestra o verdura, e così si riprende fiato, poiché la menta acquatica rinfresca gli intestini adiposi ed infiammati” (PL II61 B). 2) Artemisia “Se lo stomaco è riempito di cibi cattivi ed aggravato, polverizza l’artemisia, aggiungi un po’ di farina di farro ed acqua e fanne un biscotto, e cuocilo al forno. Poi polverizza questo biscotto e leccalo spesso a digiuno, e di sera quando vai a letto, e il tuo stomaco si rimetterà a posto” (PL II35 B). 3) Salvia La salvia è tra gli ottimi rimedi contro il mal di stomaco, da associare ad altre erbe. “Se lo stomaco è così debole che gli alimenti lo rendono suppurante, allora si prende la salvia con il moscatello, di cui un terzo di menta puleggio, del finocchio (tanto come un terzo di menta puleggio), si fa cuocere con un buon vino, aggiungendo un po’ di miele, si filtra con un telo e se ne beve spesso dopo i pasti e verso la notte. Lo stomaco guarirà e si purificherà, e si riavrà l’appetito” (PL II91 B). SALVIA - “La salvia è utile contro gli umori nocivi, poiché questa erba è asciutta. Mangiandola cruda o cotta, essa è buona per coloro che sono tormentati dagli umori cattivi, perché essa li elimina. Prendi perciò delle foglie di salvia, polverizzale e mangia questa polvere sul pane. Essa diminuisce in te la sovrabbondanza degli umori cattivi" 4) Finocchi “Se una persona ha mangiato della carne o del pesce arrostiti e sente dei dolori, deve mangiare subito dei finocchi o i suoi semi, e si sentirà meglio” (PL II56 C). 5) Zenzero Lo zenzero è un’altra pianta utile, insieme al vino, utile come rimedi per il mal di stomaco. “Polverizza dello zenzero, aggiungendo una doppia dose di galanga e mezza di artemisia. Dopo i pasti sbatti questa polvere nel vino e bevila e così e anche la sera prima di andare a letto. Fallo spesso, ed il tuo stomaco starà meglio”. (PL II35 D). 6) Fegato di capra “E chi ha dolori allo stomaco, deve far arrostitire il fegato di capra e mangiarne spesso, fino a metà agosto, ed esso purificherà il suo stomaco e lo guarirà, come una buona bevanda. La carne di capra, se si mangia spesso, guarisce gli intestini rotti e strappati (ernia) e guarisce e fortifica pure lo stomaco malato”. (PL I325 B) 7) Corniolo “Il frutto del corniolo non fa male all’uomo, quando si mangia m purifica lo stomaco, malato o sano esso sia; il corniolo è utile alla salute dell’uomo” (PL 1240 B). 8) Vino caldo Tra i rimedi per il mal di stomaco c’è il vino caldo. “Se hai dolori di stomaco, fa cuocere dell’alloro nel vino e bevi questo vino caldo, ed esso eliminerà il muco dal tuo stomaco e lo purificherà e leverà perfino la febbre”. (PL 1228 B) 9) Brionia ed erba ruta “Se si propaga un fumo nebbioso (gas di putrefazione) dallo stomaco all’intestino dell’essere umano, causando lì dei dolori, allora è necessario prendere della salvia, cinque volte tanto di brionia e dieci volte tanto di erba ruta nel vino facendo cuocere queste erbe nell’acqua fino all’ebollizione. Dopo aver colato l’acqua, mettere le erbe cotte, ancora calde, là dove si avvertono i dolori e legarle con una benda come una compressa”. (CC 180, 25) 10) Purganti “I Purganti (potiones) che purificano lo stomaco non sono utili alle persone che sono molto malate e che sono così deperate come se fossero paralizzate (reumatici). Essi non sono utili anche alle persone che hanno in sé un metabolismo instabile a riguardo degli umori (disturbi di metabolismo), così come i fiumi durante le inondazioni scorrono su e giù senza stabilità. Questi purganti fanno più male che bene, poiché gli umori scorrono dopo la loro digestione nello stomaco fra la pelle e la carne e anche nei vasi, accelerando il loro corso qui e là e non si trovano più contemporaneamente nello stomaco. Quando il purgante arriva nello stomaco non vi trova più nessun umore da purificare” (CC I 35,10). 11) Atriplice Buon rimedio contro indigestione e mal di stomaco è l’atriplice, una pianta importata dall’Asia. “Mangiando l’atriplice si ha una buona digestione. E se in una persona cominciano a crescere delle glandole tossiche, la scrofolosi, allora si deve preparare una verdura con l’atriplice e un po’ meno di alium ursinum e un po’ meno di issopo ancora e mangiandola farà sparire la scrofolosi”. (PL II70 C) 12) Nasturzio “E chi non può digerire i cibi che mangia, faccia cuocere a vapore del nasturzio (nasturtium officinale) in una pentola, poiché la sua forza viene dall’acqua e poi lo mangi e starà meglio”. (PL II61 A)