

# Maria Treben

## La Santé à la Pharmacie du Bon Dieu

Leseprobe

[La Santé à la Pharmacie du Bon Dieu](#)

von [Maria Treben](#)

Herausgeber: Ennsthaler Verlag



<http://www.unimedica.de/b18386>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

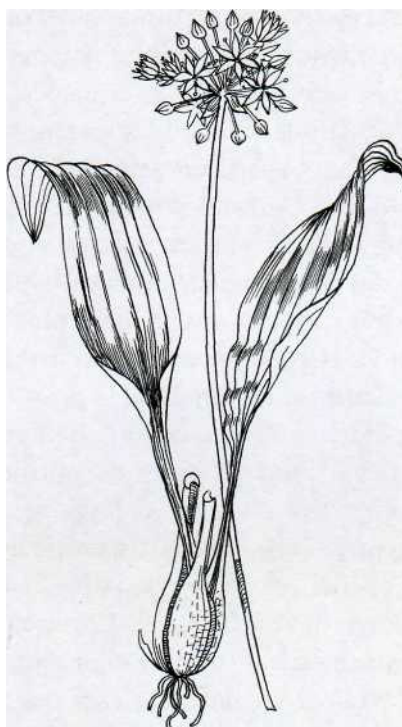
Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@unimedica.de](mailto:info@unimedica.de)

<http://www.unimedica.de>





## Ail des ours

(*Allium ursinum*)

Chaque printemps est messager de soleil et de chaleur. En nous-mêmes, nous sommes de nouveau joyeux et gais, nous nous réjouissons de la tendre verdure et des oiseaux qui s'éveillent et ressentons tout cela comme un présent de la bonté de notre Créateur. Cette nouvelle splendeur, cette verdure devrait nous inciter à commencer une cure de printemps, une **épuration et une purification** qui nous apportera rafraîchissement et santé, ce qui est sûrement appréciable.

Avant tout, c'est l'ail des ours, également nommé ail des bois, qui compte parmi les premiers messagers du printemps. Les feuilles d'un vert frais, en forme de lance, brillantes, semblables à celles du muguet, sortent d'un oignon élancé entouré de peaux blanches et transparentes. La tige lisse et vert pâle avec le bouton de fleur blanc atteint une hauteur de 30 cm. L'ail des ours ne pousse que dans des prairies riches en humus et humides, dans des marécages ombragés et humides, sous des buissons, dans des bois feuillus et de montagne. L'on sent sa forte odeur d'ail avant même de le voir. Cette odeur est également la cause de son surnom

« ail des bois », et permet d'éviter avec certitude que l'on ne le confonde avec les feuilles de muguet ou des colchiques d'automne vénéneuses.

Au début du printemps, beaucoup de bois marécageux sont recouverts des feuilles fraîches et vertes de l'ail des ours. Elles sortent du sol en avril et en mai, parfois plus tôt. Les fleurs sont cependant seulement visibles à la mi-mai et en juin. Des forces thérapeutiques énormes y sont cachées, et l'on raconte que les ours le recherchent également après leur hibernation afin de se purifier l'estomac, l'intestin et le sang. L'ail des ours possède en grande partie les particularités de notre ail, mais sa force thérapeutique est nettement plus grande. Il est donc particulièrement indiqué pour les **cures d'épuration au printemps** et aide à **apporter une amélioration aux maladies chroniques de la peau**.

Comme les feuilles perdent de leur action thérapeutique lorsqu'elles sont séchées, on les utilise fraîches pour les cures de purification et d'épuration au printemps. On les coupe en petits morceaux et les pose sur du pain beurre, on les hache finement pour en épicer (non bouilli) la soupe quotidienne, sur les pommes de terre, dans les Knoedel (boulettes de pain) et autres aliments dont on améliore généralement le goût avec du persil. L'on peut également préparer les feuilles comme épinards ou en salade. Comme elles causent un goût fort en quantités importantes, elles devraient être mélangées à des feuilles d'ortie lors de la préparation en épinards.

L'on cueille les jeunes feuilles en avril et en mai, donc avant la floraison, les oignons en automne et en hiver. Les oignons d'ail des ours peuvent employés de la même façon que l'ail. Les personnes dont l'estomac est sensible doivent recouvrir les feuilles et les oignons de lait chaud, laisser infuser deux à trois heures, puis boire ce liquide par gorgées.

Afin d'avoir toujours de l'ail des ours en réserve pendant toute l'année, l'on prépare un élixir d'ail des ours (voir : « Formes de préparation »). L'on prend 10 à 12 gouttes de cet élixir par jour, dans un peu d'eau. Ces gouttes développent une **mémoire** excellente, préviennent **l'artériosclérose**, et guérissent de bien des troubles.

L'ail des ours a un très bon effet sur l'estomac et l'intestin. Il est particulièrement approprié pour les **diarrhées chroniques et aiguës**, même si celles-ci sont accompagnées de **formation de gaz et de coliques**, mais également en cas de **constipation** lorsque celle-ci est due à des crampes internes ou à un relâchement de l'intestin. Les vers, même les **ascarides**, disparaissent quelque temps après avoir absorbé de l'ail des ours. Le fonctionnement intestinal s'améliorant, tous les autres troubles survenant chez les personnes âgées ou chez les grands mangeurs en raison d'un intestin paresseux ou trop plein s'évanouissent. Les **troubles cardiaques**, les **insomnies** et également les autres troubles provenant d'une **artériosclérose**

ou d'une **tension trop élevée** comme les **vertiges**, la **pression dans la tête** et les **oppressions** s'atténuent. La tension trop élevée baisse lentement. Le vin d'ail des ours (voir « Formes de préparation ») est un merveilleux médicament pour toutes les personnes âgées souffrant d'un **engorgement de la poitrine** chronique et des **troubles respiratoires** qui y sont liés. Même lorsque la toux est ancienne, l'engorgement de la poitrine se dégage, et empêche de ce fait la **dyspnée**. Même en cas de **phtisie** et **d'hydropisie** qui sont des maladies dont souffrent souvent les personnes âgées, ce médicament ne peut être que chaudement conseillé. Des feuilles fraîchement utilisées purifient également les reins et la vessie et rendent possible un meilleur écoulement d'urine. Des **plaies guérissant mal** que l'on recouvre de jus frais de cette plante guérissent rapidement. Il est même possible de trouver une amélioration dans le cas de **maladies des vaisseaux coronaires**.

L'ail des ours est un **dépuratif** dont l'effet est inappréciable et qui a fait avant tout ses preuves en cas de **peau constamment couverte d'impuretés**. Le médecin et prêtre suisse spécialisé dans les traitements naturels par les plantes, M. Kuenzle, a fait tout particulièrement l'éloge de cette plante : « Elle purifie tout le corps, chasse les substances malades et endurcies, rend le sang pur, chasse et tue les substances nocives. Des personnes constamment malades, comme celles souffrant de **psoriasis** et de **dartres**, de visages farineux, de **scrofules** et de **rhumatismes** devraient mettre l'ail des ours au même rang que l'or. Aucun simple de cette terre n'a un tel effet lors de la purification de l'estomac, de l'intestin et du sang. Les jeunes gens floriraient comme des paliers de rosés et se redresseraient comme une pomme de pin au soleil ! ». Kuenzle indique en outre qu'il connaît des familles « malades auparavant tout au long de l'année, essayant toutes sortes de médicaments, pleines d'éruptions et de croûtes, au corps totalement scrofuleux, pâles comme la mort, qui recouvrèrent entièrement la santé et la fraîcheur après avoir consommé pendant un laps de temps assez important ce précieux don de Dieu. »

## FORMES DE PRÉPARATION

**COMME ÉPICE** : des feuilles fraîches d'ail des ours sont coupées menu comme de la ciboulette ou du persil et mises sur du pain, sur les soupes, les sauces, les salades et les plats à base de viande.

**ELIXIR À L'AIL DES OURS** : des feuilles ou des oignons coupés en petits morceaux sont remplis dans une bouteille, jusqu'au goulot, mais sans forcer, recouverts d'eau-de-vie à 38 à 40 % ou d'autre liqueur maison, et placés 14 jours au soleil ou à proximité d'un fourneau. Tous

les jours, l'on en prend 10 à 15 gouttes réparties en quatre doses, dans un peu d'eau.

VIN À L'AIL DES OURS : prendre une poignée de feuilles coupées menu, les faire bouillir brièvement dans environ  $\frac{1}{4}$  de litre de vin blanc, les sucrer à volonté avec du miel ou du sirop, et boire de ce vin pendant la journée, lentement et par gorgées.



Maria Treben

[La Santé à la Pharmacie du Bon Dieu](#)

Conseils d'utilisation des plantes  
médicinales

232 Seiten, kart.  
erschienen 2012



**bestellen**

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung [www.unimedica.de](http://www.unimedica.de)