

Maria Treben

Salud de la Botica del Señor

Leseprobe

[Salud de la Botica del Señor](#)

von [Maria Treben](#)

Herausgeber: Ennsthaler Verlag



<http://www.unimedica.de/b18387>

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

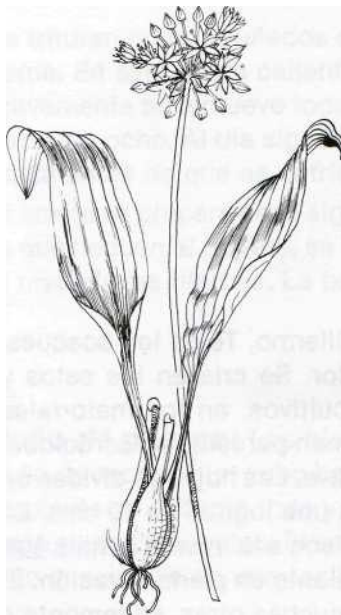
Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>



AJO DE OSO (*Allium ursinum*)



Cada primavera nace la esperanza de los días de sol y de calor. Nos sentimos animados y de buen humor, nos alegramos del primer verde y del júbilo de los pájaros y con el corazón abierto percibimos en estos regalos la bondad del Creador. En vista de este rejuvenecer de la naturaleza tendríamos que decidarnos a someternos a una **cura primaveral depuradora**, cuyo efecto refrescante para nuestra salud no hay que tener a menos.

El Ajo de oso es uno de los primeros anunciadores de la primavera. Las hojas lanceoladas, brillantes y de un verde llamativo, parecidas a las del Lirio de los valles, brotan de un bulbo alargado cubierto de unas membranas blancas transparentes. El bohordo liso y verde claro con las flores blancas agrupadas en forma de una bola alcanza unos 30 cm. de altura. Esta planta sólo se cría en los prados húmedos, ricos en mantillo, en las vegas sombreadas y húmedas y en los bosques de los Alpes, debajo de los arbustos. Su fuerte olor a ajo nos revela la planta antes de percibirla con la vista. Por este olor característico es imposible confundir las hojas con las del Lirio de los valles o del venenoso Cólquico. Al principio de la primavera en muchos bosques alpinos se ven por todas partes las hojas frescas y verdes del Ajo de oso. Empiezan a salir en abril

o mayo y a veces antes. La floración es en mayo o junio. Poderosas virtudes curativas se ocultan en esta hierba medicinal y se cuenta que los osos, después de su sueño hibernal también la buscan para limpiarse el estómago, los intestinos y la sangre.

En general se puede decir que el Ajo de oso tiene las mismas propiedades que nuestro ajo común, sólo que aquél es mucho más eficaz. Por eso es muy indicado para las **curas primaverales depuradoras** y para mejorar las **enfermedades crónicas de la piel**.

Como el secado disminuye considerablemente las virtudes medicinales de las hojas, hay que utilizarlas frescas para las **curas de purificación**. Cortadas a pedacitos se pueden comer con pan y mantequilla o se utilizan bien trituradas como condimento, sin hervirlas, para enriquecer las sopas, patatas u otras comidas, donde normalmente se echa perejil y otras hierbas finas. También se pueden consumir en forma de ensalada o hervidas. En este último caso se mezclan con hojas de Ortiga para suavizar el gusto fuerte que tienen cuando se preparan en grandes cantidades.

En abril y mayo, es decir antes de que salga la flor se recolectan las hojas jóvenes; los bulbos se desenterran a fines de verano o en otoño. Estos se pueden utilizar al igual que el ajo común. Para las personas delicadas del estómago recomiendo el siguiente uso: picar las hojas y el bulbo, cubrirlo todo de leche tibia y después de dejarlo en maceración una o dos horas se bebe el líquido a sorbos. — Para poder gozar todo el año de las virtudes del Ajo de oso, se prepara en casa una tintura (véase en Modos de preparación). De ésta se toman cada día 10 ó 15 gotas diluidas en un poco de agua, lo que constituye un buen remedio para **fortalecer la memoria**, prevenir la **arteriosclerosis** y curar muchos otros males.

El Ajo de oso actúa favorablemente sobre el **estómago** y los **intestinos**. Combate tanto las **diarreas agudas y crónicas**, aunque vayan acompañadas de **gases y cólicos**, como el **estreñimiento**, lo mismo que se deba a un espasmo interno como a la relajación de los intestinos. Los **gusanos**, incluso las **ascárides** se expelen después de ingerir durante una cierta temporada Ajo de oso. Una vez equilibrado el sistema digestivo, desaparecen también aquellas molestias que suelen hacer sufrir a muchas personas ancianas o a gente muy comedora, por relajación o hartura de los intestinos. También ayuda a curar los **trastornos cardiacos** o el **insomnio**, causados por el estómago, así como las molestias debidas a la **arteriosclerosis** o a la **tensión alta de la sangre**, como **mareo**, **presión en la cabeza** y **ansiedad**. La tensión de la sangre se normaliza lentamente.

El vino de Ajo de oso (véase en Modos de preparación) es un remedio maravilloso para los ancianos que sufren de **catarro bronquial crónico** y, en consecuencia, de **dificultades respiratorias**. Incluso en casos **de tos antigua** facilita la expectoración y elimina la **disnea**. Asimismo recomiendo este vino para combatir la **tisis pulmonar** y la **hidropesía**, de las cuales padecen con frecuencia las personas de edad. Las hojas recién cogidas limpian también los riñones y la vejiga y tienen un efecto diurético. **Heridas de mala curación** se cicatrizan rápidamente untándolas con jugo fresco de Ajo de oso. Las afecciones de los vasos coronarios también se mejoran.

El Ajo de oso es uno de los mejores **purificantes de la sangre**, por lo que es muy eficaz para combatir las **impurezas crónicas de la piel**. El herborista y médico naturista suizo, el padre Künzle, no se cansa de elogiar esta planta: «Limpia todo el organismo, elimina las sustancias tóxicas y los residuos impuros y malos, renueva la sangre, destruye y expulsa las sustancias tóxicas. Las personas eternamente enfermizas, los afectos de líquenes y granos, los pálidos, escrofulosos o reumáticos deberían apreciar el Ajo de oso como si fuera oro. Ninguna hierba del mundo es tan eficaz para depurar el estómago, los intestinos y la sangre. Los jóvenes florecerían como las rosas en el jardín y se desarrollarían como una pina al sol.» — Künzle prosigue diciendo que conoce a familias enteras que antes de consumir el Ajo de oso «estaban todos enfermizos, pendientes del médico, llenos de erupciones y líquenes y tenían todo el cuerpo escrofuloso; estaban pálidos como los muertos en la tumba, desenterrados por las gallinas» y después de someterse a una cura prolongada de Ajo de oso, ese magnífico don del Señor, se pusieron todos sanos y frescos.

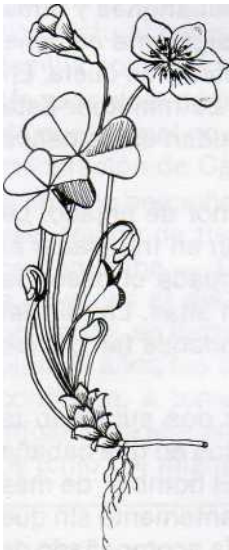
MODOS DE PREPARACION

Como condimento: Las hojas frescas picadas (como el perejil) se emplean para aliñar bocadillos, sopas, salsas, ensaladas y platos de carne.

Tintura de Ajo de oso: Se trituran las hojas o los bulbos de la planta y se llena una botella, sin apretar, hasta el gollete. Después se cubre todo de un aguardiente puro de 38-40° y se deja 15 días al sol o cerca de la lumbre. Se toman de 10 a 15 gotas diluidas en un poco de agua, cuatro veces al día.

Vino de Ajo de oso: Un puñado de hojas cortadas a pedacitos se hierven brevemente en aprox. VA l de vino blanco. Endulzado con miel o jarabe se bebe de este vino unos cuantos sorbos distribuidos durante el día.

A L E L U Y A (Oxalis acetosella)



Sus nombres populares son, entre otros, Pan de cuclillo, Trébol acedo o Acederilla y se cría en los bosques, cubriendo por todas partes el suelo como un tapiz con sus hojas de un verde claro y sus finísimas florecitas blancas. Ofrece un aspecto verdaderamente encantador. Cuando estoy buscando setas, me agacho a veces para coger una hoja y comérmela. Las flores las recolecto en pequeñas cantidades para preparar una mezcla de tisana, indicada en la página 70.

La Aleluya no se deseca, sólo se utiliza fresca. Es un remedio contra la **acidez del estómago** y las **indisposiciones del hígado y de la digestión**. En estos casos se toman dos tazas al día de la infusión fría. Contra la **hepatitis**, la **nefritis**, las **erupciones de la piel** y los **gusanos** se administra la misma cantidad de infusión, pero se bebe templada.

La medicina popular recomienda el jugo fresco de Aleluya para combatir el **cáncer de estómago incipiente**, las **úlceras** y los **tumores cancerosos**, internos y externos. El jugo fresco se obtiene mediante una licuadora. Cada hora se toman de 3 a 5 gotas, disueltas en agua o tisana. Los tumores externos se untan con el jugo fresco. En

los casos de **parálisis agitante** (enfermedad de Parkinson) se recomienda el jugo fresco, cada hora de 3 a 5 gotas diluidas en una infusión de Milenrama; en uso externo se hacen fricciones en la espina dorsal.

Es muy importante atenerse concienzudamente a las indicaciones acerca de la dilución y la dosis, tanto en los casos de cáncer de estómago, úlceras y tumores, como en el de la enfermedad de Parkinson.

MODOS DE PREPARACION

Infusión: 1 cucharada sopera de hojas frescas se escalfa con ½ l. de agua hirviendo y se deja reposar un poco.

Jugo fresco: Las hojas se lavan y se pasan por la licuadora.



Maria Treben

[Salud de la Botica del Señor](#)

Consejos y experiencias con hierbas medicinales

108 Seiten, kart.
erschienen 2013



bestellen

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung www.unimedica.de