

Maria Treben

PLANTAS MEDICINALES

**Consejos para prevenir
y curar enfermedades**



**Identificación, recolección y
conservación de plantas.**

Sumario

I. Las plantas medicinales. 9

El estado de las plantas medicinales con dibujos en color e indicaciones de dónde crecen, qué aspecto tienen y cuándo desarrollan su máxima fuerza curativa. Además, algunas observaciones prácticas acerca de la recogida, el secado y la conservación de las plantas medicinales.

II. Más vale prevenir que curar. 25

Bajo este titular se reúnen todas las curas de té y de limpieza o desescoriado, con cuyas aplicación se pretende reforzar las defensas biológicas del organismo.

III. Las plantas medicinales sólo pueden curar, no perjudicar. 28

En este capítulo se agrupan todas las enfermedades que se pueden tratar con los remedios existentes en la farmacia casera, o bien con medicamentos que no precisan de receta médica.

IV. La fe mueve montañas. 98

En este capítulo se da una relación de todas aquellas enfermedades cuyo diagnóstico y tratamiento requieren **necesariamente la consulta a un médico.**

V. Ejemplos para animar. 197

Breve selección de cartas que me fueron dirigidas y que describen el éxito conseguido con la ayuda de las plantas medicinales.

Indice de todas las enfermedades mencionadas. 200

Relación de hierbas y plantas medicinales. 203

Relación de las recetas aplicables. 207

Cómo usar este libro en la práctica

Debajo de cada nombre de enfermedad encontrará usted todas las plantas medicinales que pueden ser de utilidad, así como su aplicación. Si se mencionan varios téis sin indicar en qué sucesión deben beberse, entonces usted es libre para elegir el té que a usted le va mejor, o bien el té cuyas hierbas ya posee o puede recolectar.

Aunque la mayoría de esencias y pomadas se pueden adquirir en las farmacias, tiendas de alimentación dietética y herboristerías, he indicado su preparación con todo detalle cada vez que se precisa. Porque los productos naturales que sufren una elaboración industrial son caros y no los costea la Seguridad Social. Las plantas medicinales crecen libremente en la naturaleza de Dios y no cuestan nada, a parte de un poco de tiempo para su preparación, un precio que bien podemos pagar en bien de nuestra salud.

En nuestra sociedad de competencia y de bienestar existe una ley brutal que los cínicos han expresado en el aforismo siguiente: «como eres pobre, tendrás que morir antes», pues bien, en el jardín de Dios esta ley no tiene validez alguna.

Identificación de las plantas medicinales

Cuando usted salga en busca de plantas medicinales del jardín de Dios, prestará ya con este simple hecho un gran servicio en favor de su salud. En efecto, usted se moverá lejos de las grandes aglomeraciones urbanas, de las calles de denso tráfico, en plena naturaleza. Con el tiempo comprobará lo beneficioso que esto resultará para su organismo y la insistencia con que el cuerpo le pedirá estos paseos prolongados. Quien se ocupa por primera vez de las plantas medicinales debería en un primer momento limitarse al estudio de la naturaleza. Busque las plantas medicinales en los lugares descritos en la introducción, identifique las plantas y conozca la región más próxima a su vivienda. Quien no tenga seguridad de enjuiciamiento de las plantas, debería participar en excursiones organizadas en su búsqueda bajo la dirección de un experto, con el fin de acumular más experiencias prácticas. No se trata en este caso de evitar un posible peligro para la propia salud, como ocurre en gran medida en las excursiones organizadas en busca de setas, sino que se trata de proteger la naturaleza. Muchas plantas curativas no son muy abundantes en la naturaleza y debe protegerse su existencia, mientras que otras hierbas, que guardan un parecido asombroso con las medicinales, resultan inútiles y no deben cogerse sin causa. Sólo cuando usted posea la seguridad necesaria para identificar las plantas debería empezar a recogerlas.

Herborizar plantas medicinales

Las plantas frescas, cuya potencia curativa es superior a la de las secas, se encuentran desde finales de febrero hasta finales de noviembre.

Durante un invierno suave se pueden encontrar en la naturaleza incluso el llantén menor y el mayor, el galio y la celidonia. A ser posible, las plantas deberían recogerse en un día soleado, no sólo porque en semejantes condiciones apetece más pasear, sino porque en tal

caso la fuerza curativa de la planta es máxima. Por lo demás, debe usted tener la precaución de buscar las plantas en lugares poco contaminados y lejos de las carreteras de mucho tránsito o de polígonos industriales. Se cortan las plantas por lo menos dos dedos sobre el nivel del suelo, nunca se arrancarán junto con sus raíces. La cesta de mimbre es lo más adecuado para esta recogida. Las bolsas de plástico no son apropiadas. Y nos queda todavía un ruego: **sea moderado en sus recogidas.**

Conservación de las hierbas

En la medida de lo posible, las plantas medicinales se utilizarán recién recogidas. Con lo sobrante, esperamos que en cantidad comedita, se dispone de una reserva. Las plantas se cortan a trozos pequeños y, sin lavarlas (por ello se deben buscar en lugares de la naturaleza poco contaminados), se secan. Se depositan las plantas sobre paños limpios o sobre papel de embalaje y se las deja secar en un lugar aireado y a la sombra. Una vez las plantas están secas como la paja, se guardan en cajas de cartón, bolsas de papel o frasco de cristal oscuro. No son adecuadas las latas, los recipientes de plástico ni las bolsas de plástico. Para la preparación del té, las plantas secas se podrán utilizar todo un año. Si se tuvieran almacenadas cantidades mayores, después del año estas plantas podrán utilizarse todavía para los baños.

Advertencia importante

Si las recetas, tés, esencias y baños que se proponen a continuación no surten efecto, se debería buscar un zahori o experto en el uso del péndulo, para buscar la ubicación adecuada de la vivienda y del puesto de trabajo según los campos geopáticos. Con su ayuda se pueden encontrar lugares exentos de radiaciones, en los que se colocará, por ejemplo, la cama y el escritorio, con el fin de no exponer por más tiempo al paciente a estas radiaciones negativas.

I. Las plantas medicinales



Árnica

Arnica montana

El nombre popular de la árnica es tabaco de montaña. En la base del tallo forma una roseta de hojas cortas, algo vello-sas, situadas directamente sobre el suelo. El tallo tiene una altura entre 30 y 50 centímetros, está coronado por una sola cabezuela terminal, pudiendo presentar un par de .hojas en-frentadas, así como otros dos vastagos rematados con sen-das flores de menor volumen que la principal. Las flores son de color amarillo intenso, yema de huevo, de ordenamiento radial, con vello sedoso y aroma fragante; se encuentran en regiones montañosas sanas, en prados y bosques de monta-ña, también en turberas y en prados húmedos y pantano-sos. Durante la siega del heno, el agricultor omite estos lu-gares, mientras que el ganado evita estas plantas. En aquellos lugares en que los prados se abonan con producto sintéticos se extinguen estas plantas.

Quienes no conocen profundamente estas plantas, las pue-den confundir con la ínula montana, de flores parecidas, de color amarillo oscuro, que, sin embargo, nunca presenta la pareja de hojas enfrentadas. Las flores de la árnica tienen un color amarillo más intenso, la envoltura exterior de los sépalos dispone de vello suave, su aroma es de una fragan-cia incomparable. Las flores contienen una sustancia amarga, la arnicina, esencia etérea, y además, resina y tanino. Flo-rece desde finales de junio hasta julio, en grandes altitudes montañosas hasta agosto. Se la encuentra en prados y linderos de bosques orientados al sol. A menudo se encuentran dentro de su cáliz los huevos negros de la llamada mosca de la cereza (*Trypetes arnicivora*). En mi tierra natal, los Su-detes, un agricultor me contó que esta mosca protege los ce-reales de otros insectos y del cornezuelo del centeno. Antes de colocar los pétalos en alcohol hay que retirar estos hue-vos negros.



Licopodio

Lycopodium clavatum

En Europa central, el licopodio recibe nombres populares tales como garra de oso, musgo del destello, hierba diurética, garra de lobo, helecho musgoso, etc. Es una planta que carece de hojas, se parece a los musgos, tiene una longitud entre 100 y 150 centímetros, sus tallos son rastreros, con ramitas blandas, empinadas, en forma de agujas: Algunas de estas ramitas presentan a partir de agosto una panícula de 10 a 15 centímetros de altura, que es el receptáculo del po-len amarillo, también denominado harina o esporas de lico-podio. El licopodio se recolecta a partir de abril, durante todo el verano y hasta entrado octubre, mientras las esporas se recogen en septiembre. Se encuentra a partir de altitudes de 700 metros sobre el nivel del mar, en bosques de coníferas secos elevados, pero se extiende también sobre suelos poco calizos, preferentemente arenosos, en pendientes de bosques y montañas orientadas hacia el norte o en linderos de bos-ques de igual orientación. En España es muy raro.



Ajo de oso
Allium ursinum

El pueblo lo denomina también ajo silvestre. Es amante de la sombra, crece en praderas húmedas, en las orillas de riachuelos y en monte bajo umbroso. Es de los primeros colores verdes de la primavera, propagándose en forma de alfombras formadas por sus hojas verde claro. Sus hojas se parecen a las de la venenosa convalaria, y a las del azafrán silvestre que también es venenoso. Este último saca sus hojas en la primavera, pero no produce flores hasta el otoño. Pero su fino olor a ajo hace que el ajo ursino sea inconfundible. No antes de finales de abril o principios de mayo brota a partir del tubérculo de su raíz, semejante a la del ajo, una hermosa umbela blanca, que corona un tallo esbelto, parecida a una borla floral redonda.

Se nota en el ajo ursino que lleva dormidas enormes potencias. Existe la leyenda de que los osos, después de su sueño invernal, limpian su sangre y su metabolismo con el ajo ursino. El ajo que se cultiva en nuestros huertos tiene en lo esencial las mismas características purificadoras de la sangre, sin embargo, el ajo ursino es más suave y posee mayor fuerza curativa.



Consuelda
Symphytum officinale

Popularmente esta planta recibe otros nombres, como consuelda mayor, suelda, consólida, sínfito mayor. La consuelda crece en campos y prados húmedos, en fosos, en barbechos húmedos, a orillas de riachuelos, de acequias, de lagunas y linderos de bosque. Puede alcanzar hasta 60 centímetros de altura, el tallo es hueco, áspero, veloso, del grosor de un dedo, se eleva por encima de una roseta de hojas lanceoladas, de color verde claro, cuya longitud puede alcanzar los 15 centímetros, y que a su vez son ásperas y vellosas y puntiagudas. La raíz penetra unos 30 centímetros en el suelo, su grosor puede ser el doble de un pulgar, muy mucosa y de tacto graso. Es muy quebradiza y se rompe con increíble facilidad. La raíz se arranca en primavera o en otoño. Las flores tienen forma de campanilla, inclinándose fácilmente hacia la tierra, son de color entre rosado y azul suave, o bien, entre amarillo y blanco, florecen en mayo o junio hasta agosto. Esta planta fue muy apreciada en la Edad Media. En la actualidad continúa conservando todo su prestigio, siendo muy apreciada ya en lo que concierne a las hojas.



Ortiga menor

Urtica urens

La ortiga crece junto a muros, cercas, setos, en matorrales espesos, en terreno yermo, en escoriales, linderos de caminos, florece desde julio a septiembre. La ortiga crece con particular exuberancia en aquellos lugares en los que existen apretadas radiaciones del suelo. Pertenecen a las urticáceas. Existen la ortiga mayor y la menor. Ambas son medicinales, pero la ortiga menor es más eficaz. Su raíz es muy ramificada, de color amarillo, mientras que el tallo es alto, cuadrado, del mismo arrancan hojas alargadas y aserradas, erizadas con numerosos pelos recios y muy afilados. Si se quiebra el tallo, en su interior se encuentran fibras largas parecidas a la rafia, con las que antiguamente se tejía un paño denominado muselina, que era algo parecido al lino. Son medicinales las hojas, el tallo, las flores y las raíces, estas últimas deben arrancarse antes de que la planta florezca. La ortiga mayor puede alcanzar una altura entre 100 y 150 centímetros, mientras la ortiga menor llega a los 40 centímetros, ambas son anuales. La ortiga mayor presenta flores o masculinas o femeninas, que el viento poliniza. La ortiga menor (*Urtica urens*) tiene ambas flores, la masculina y la femenina, en una misma planta. Además, la ortiga menor carece de la robusta cepa radicular que tiene la ortiga mayor.

La ortiga es una de aquellas plantas que todos conocen desde la niñez por el escozor que produce. Se ha propagado por toda la tierra, sin embargo, no existe en las zonas meridionales de África ni los círculos polares.



Verónica

Veronica officinalis

Otros nombres de esta planta son té de Europa y triaca. Gusta de suelos secos, crece en prados, pendientes, linderos de caminos y de bosques, en dehesas y calveros.

El tallo tiene unos 30 centímetros de altura, las hojas tienen un hálito blanco plateado, la flor en forma de espiga es de color azul celeste, parecida a la del miosota (nomeolvides). Durante su crecimiento, la verónica tiene un comportamiento algo reptante, se arrima mucho al suelo. Desde mayo a agosto se recoge toda la planta en flor: tallo, hojas, flores. La verónica más activa es la de los bosques, en particular la que crece bajo las encinas. Inverna en estado verde.



Pie de león

Alchemilla vulgaris

Otro nombre popular de esta planta es el de alquemila. Crece en prados y pastos, encontrándose en particular en zonas montañosas. A 700 metros sobre el nivel del mar, los prados pueden estar repletos de esta planta. Las hojas son de forma arriñonada, disponen entre 5 y 9 lóbulos, las flores son poco vistosas, parecen panículas amarillo-verdosas. Bajo el sol matinal las gotas de rocío depositadas sobre las hojas despiden destellos, como en una copa de cristal. La planta es vivaz, inverna en estado verde y revive en la siguiente primavera. Se utiliza la planta en su totalidad. En la antigüedad el pie de león se consideraba una planta sagrada, mientras que en la actualidad se le atribuyen fuerzas radiactivas.

Quien desee tener las mejillas coloradas, que pruebe una vez una infusión de pie de león. Un gran propagador de esta planta fue el herborista suizo Künzle: «Todas las parteras en los 10 días que preceden al parto deberían beber con asiduidad de esta hierba, realmente de haber sido así muchos niños habrían conservado a su madre y muchos viudos abatidos a su esposa, así que este don de Dios merece ser mejor conocido de las mujeres.»



Vara de oro

Solidago virgo aurea

La vara de oro crece principalmente en zonas montañosas, junto a los linderos del bosque, en áreas donde el bosque ha sido talado, y en laderas de montes cubiertas de prados. El tallo es frondoso, alcanza una altura de 80 centímetros aproximadamente, está coronado por un ramillete de cabezuelas de color amarillo dorado. Las flores y las hojas tienen un efecto refrescante, y de la planta emana un visible sosiego. La simple visión de la vara de oro dentro del paisaje tiene ya efectos tranquilizantes. Es una creencia popular que un ángel consolador está de pie junto a la planta. Su aroma tiene suavidad balsámica, diferenciándose claramente de la variedad silvestre denominada vara de oro canadiense (*Solidago canadensis*), que alcanza mayores alturas y cubre por completo los linderos de los bosques, las orillas de los lagos y cualquier lugar disponible. Mientras que nuestra vara de oro en ciertos aspectos se asemeja al pequeño gordolobo, la vara de oro canadiense, por el contrario, está dotada de panículas florales amarillas, en forma de abanico, rematadas en punta.



Pan y queso
Capsella bursa-pastoris

Otros nombres populares de esta planta son: quesillos, pan y lechuga, zurrón de pastor, jaramago. El pan y queso es una crucifera que se encuentra en campos de patatas y de hortalizas, en linderos de caminos, en suelos yermos, en terraplenes nuevos y entre las rocas. A partir de la cepa de su raíz pivotante, se desarrolla una roseta de hojas parecida a la del diente de león, hojas que se adaptan al suelo en forma plana. El tallo tiene una altura entre 20 y 40 centímetros, se halla cubierto de bolsitas acorazonadas, ordenadas a guisa de espigas, y el tallo está rematado por una flor blanca, pequeña y poco vistosa. Estas bolsitas constituyen bocados muy apetitosos para las gallináceas. La planta se recoge por entero en la primavera, su color es verde pálido por igual. En los calores del verano la planta se marchita y hasta otoño no se la encuentra de nuevo. En esta época, normalmente, está atacada por una micosis; no se aconseja recoger la planta enferma para guardarla durante el invierno. Cuando se seca no debe alterarse, debe permanecer verde por igual, de lo contrario no es idónea para el uso.

La planta es vivaz, inverna aletargada durante los largos períodos del frío invernal. Se halla difundida por toda la tierra y ya se la conocía en la antigüedad como planta restañadora de hemorragias, en la actualidad se la sigue considerando como una de las mejores plantas medicinales a este efecto, siendo alabada por sus excelentes efectos en cualquier caso de hemorragia. Cuando se le adiciona en cantidades excesivas en las infusiones o se la toma con frecuencia excesiva pueda influir negativamente en la memoria. Por ello, su aplicación externa en forma de esencia es la más beneficiosa.



Fárfara
Tussilago farfara

Otros nombres populares de esta hierba son: tusilago, uña de caballo, pata de asno, pie de mulo. La hoja en forma de uña de caballo es la que ha dado el nombre a esta planta. La fárfara es una compuesta tubuliflora, una de las primeras flores amarillo-doradas, se encuentra en suelos arcillosos, en guijarales y minas de arena, en caminos y cunetas. Reaccionan a los rayos solares abriendo sus cálices, cerrándolos de inmediato cuando el cielo se nubla. Las hojas son de envés plateado, apareciendo tres o cuatro semanas más tarde que las flores propiamente dichas. El rizoma es pródigo en la producción de bástagos, que con el primer sol primaveral se elevan hacia la luz con su flor dorada en el ápice de los tallos escamosos. Se parecen a las flores del diente de león, pero son muchos más pequeñas. Cuando se recogen las hojas hay que prestar atención a no confundirlas con las de la petasita (sombrerera). Los médicos de la antigüedad apreciaron su gran fuerza curativa contra la tos y las enfermedades pulmonares. En aquellas épocas, las hojas de fárfara seca se fumaban con fines curativos a guisa de tabaco en la pipa



Hipérico

Hypericum perforatum

Otros nombres populares de esta planta son: pericón, perforata, corazoncillo, hiberba de san Juan, hierba de las heridas, hierba militar, sanjuanés. Se encuentra en taludes secos, en suelos yermos, en linderos y en claros de bosque, en guijarrales abandonados y en eriales. Es una planta vertical de altura entre 60 y 70 centímetros, con hojas opuestas y sin rabillo, los brotes son ramificados, terminados en ramilletes de flores doradas. Se desarrollan en la época de mayor insolación, en el solsticio. La planta parece realmente inundada de luz. Si se miran al trasluz las hojas y las flores se advierte que existe en ellas gran cantidad de puntos traslúcidos, como si estuvieran perforadas. Estos puntos provienen de glándulas oleáceas traslúcidas.

Por esta razón, la planta se denomina también hierba de las heridas, porque da la sensación de que las flores y los brotes contienen gotas de sangre. Triturando las flores con los dedos, aparecerá un colorante rojo. Se recoge la totalidad de la planta, las flores, el tallo y las hojas. Para la preparación del aceite se toman las flores y los brotes.

La popularidad de la planta se remonta hasta la antigüedad. El mismo Paracelso apreciaba grandemente el hipérico y su fuerza curativa. Habla de él con gran veneración, dice que en la época de su florecimiento se debería llevar no sólo bajo el sombrerito sino incluso en el pecho, en las manos, y por las noches, debajo de las almohadas, puesto que Dios ha escondido en esta planta un gran secreto.



Ácoro

Acorus calamus

Nombres populares de esta planta son: cálamo aromático, lirio de los lagos. El ácoro es una planta acuática parecida a los juncos, crece en lagunas, aguas estancadas, estanques y zonas pantanosas, que siempre conservan humedad. Las raíces se hunden directamente en el agua, son blancas, del grosor de un pulgar, su longitud puede alcanzar el metro. Tienen un olor aromático, que apunta ya a su acción estimulante sobre los nervios. Junto al rizoma arrancan hojas en forma de espada, cuya longitud puede llegar a los 120 centímetros. En julio y agosto surgen del tallo verde las panículas arqueadas, de color pardo amarillento. Las hojas se parecen a las del junco, a las del lirio común y a las del ácoro bastardo. Sólo se aprovechan las raíces, arrancadas en la primavera temprana o en el otoño, lavadas y recortadas, se les quitan las raíces laterales, se trocean y se secan. El ácoro es amargante y estomacal, se le denomina también jengibre alemán. Al igual que el jengibre verdadero, se comía antiguamente confitado. Sus raíces pulverizadas se añaden al agua del baño. El ácoro resiste los fríos del invierno.



Manzanilla

Matricaria chamomille

Otros nombres populares de la planta son: manzanilla romana y camomila. La manzanilla es de la familia de las compuestas tubulifloras, crece en los campos de cultivo y en particular en los de cereales, patatas y remolachas, en los márgenes de los caminos, en escombreras y suelo yermos, aunque prefiere los suelos arcillosos. La planta con sus tallos ramificados puede alcanzar los 50 centímetros de altura, las hojas son plumosas, con lacinias muy finas. Florece desde julio a septiembre. Las flores son cabezuelas compuestas de botón amarillo dorado y lígulas blancas. Estas cabezuelas presentan una cavidad hueca que distingue la manzanilla verdadera de los restantes tipos. Se recolectan las flores sin tallo, en las horas del mediodía, porque de esta manera se duplica la fuerza curativa de los aceites etéreos. El olor aromático de las flores fomenta su actividad tranquilizadora. Una variedad es la manzanilla de jardín, que entre nosotros se cultiva por doquier.



Malva enana

Malva neglecta

Se la conoce también con el nombre de hierba quesera. Crece en las proximidades de las cuadras, cerca de montones de estiércol, en edificios y en solares sin edificar. La raíz fibrosa es algo dulzona, de ella arranca un tallo de una altura entre 30 y 60 centímetros, con tendencia a inclinarse hacia el suelo, provisto de hojas de pecíolo largo y redondeado. Sobre el tallo se asientan florecillas de color blanco y rosa, en forma de bolsa, que luego se convierten en frutos verdes y redondos como un queso. La malva silvestre (*Malva sylvestris*), puede alcanzar los 150 centímetros de altura, sus hojas son verdes como el césped, presentando entre 3 y 7 gajos cada una, mientras las flores arrancan en forma de ramillete de los ejes de las hojas, siendo de color rosa. Aunque también poseen fuerza curativa no se las puede comparar con la malva enana; la fuerza curativa de esta última es superior a la de las restantes especies de malvas, entre las que se deben incluir también el malvavisco o altea y la malva rosa o malva real. En la denominación latina *Malva neglecta* se anuncia ya su fuerza curativa: blanda, emoliente. Se recogen el tallo, las hojas y las flores, desde mayo hasta octubre. Las raíces se utilizan contra las tos ferina.



Galio
Galium verum

Nombre populares de esta planta son también los siguientes: cuajaleche, hierba cuajadera, hierba sanjuanera, prese-ra. Crece junto a setos, cercas, linderos de bosque, prados, pendientes y ribazos. Existe otro galio denominado amor de hortelano y también, azotalenguas, lapa, lárgalo, buscame-dias (*Galium aparine*). Florece durante todo el verano, cre-ciendo en campos de labor, bosques y cercados, mientras que el galio verdadero (*Galium verum*) presenta tallos con flores amarillo-doradas y olorosas y el galio blanco, también lla-mado cuajaleche blanco (*Galium mollugo*) presenta flores tier-nas, de color blanco amarillento, parecidas a las de la deno-minada hierba de los pelos, sólo que de tipo más compacto, con un aroma acre, parecido a la miel. El galio verdadero tiene mayores poderes curativos que el blanco, pero pode-mos decir que el blanco en su potencia curativa es insupe-rable. Ambos galios deben considerarse como plantas cura-tivas de la mayor confianza. De la cepa de la raíz arrancan tallos verticales, que soportan flores y brotes, hallándose abundantemente poblados de hojas. La planta se encuentra a lo largo de todo el año, incluso en inviernos no excesi-vamente rudos. Las hojas tiene los bordes arrollados hacia la cara interior, es decir, son algo redondeadas, saliendo de los nudos del tallo como los radios de una rueda, al igual que en el caso de la aspérula olorosa, sólo que mucho más pe-queñas. El galio tierno se colocaba en el lecho de las partu-rientas, con el fin de aliviarlas en aquella hora difícil. Desde muy antiguo se había propagado entre el pueblo la creencia de que el galio poseía una notable influencia con-tra el cáncer, por lo cual es muy extraño que a pesar de sus sobresalientes propiedades, el galio haya caído casi totalmen-te en el olvido entre nuestros contemporáneos.



Diente de león
Taraxacum officinale

Otros nombres populares de esta planta son: achicoria amarga, amargón, almirón, pelosilla, cárdena, hocico de puerco. El diente de león pertenece a la familia de las ligulifloras, medra en todos los prados y caminos. Consta de una roseta de hojas dentadas, de bordes aserrados, sobre la cual emerge un tallo de unos 20 centímetros de altura, tubular, que contiene leche en su interior, y que se halla rematado por una flor en forma de cabezuela amarilla brillante. Al madu-rar las flores, los frutos adoptan la forma de un globo blan-co. La raíz primaveral tiene mayor potencia curativa que la otoñal.

Qué espectáculo forma un prado de dientes de león en flor, en el que millones de cápsulas se abren dejando al descu-bierto sus flores. Es un rayo de esperanza, no sólo para el cuerpo sino también para el alma.

Con el jugo de la planta entera se preparan curas primave-rales depurativas. El famoso *Tabernaemontanus* (1731) califi-ca el jugo o látex del tallo y de las raíces como milagrosos para los ojos, haciéndolos claros y quitándoles las nubes de-sagradables, como si fuera, por tanto, «un remedio bendito».

Maíz (centro)
Zea mays

Los pistilos del maíz, que ocupan el extremo superior de la mazorca madura, se denominan comúnmente barba o cabe-llera del maíz. Cuando la mazorca está todavía en leche es cuando hay que recoger la cabellera del maíz.



Muérdago
Viscum album

Otros nombres populares de esta planta son: visco, liga, piña. Este parásito en forma de bola crece sobre robles, álamos, abetos y manzanos, y últimamente también sobre tilos y sauces. Es una planta muy ramificada, que en invierno presenta hojas de un verde saturado, con aspecto de cuero, mientras que en verano son de color amarillento. Las bayas se asientan directamente sobre las bifurcaciones de las ramas, son blancas, como perlas, al aplastarlas resultan pegajosas, soltando hilos largos. A su propagación contribuyen las aves que se llevan las bayas pegajosas, venenosas e incomedibles en el momento de abandonar las ramas. El muérdago no se puede confundir con planta alguna. Sus virtudes curativas se dan desde principios de octubre hasta principios de diciembre y también durante los meses de marzo y abril. Si el frío y los hielos retrasaran la primavera de marzo, entonces el muérdago no sería curativo hasta abril o principios de mayo. En épocas anteriores fue considerado como planta mágica. Los sacerdotes de la era precristiana lo consideraban como planta sagrada de gran poder curativo, capaz de acabar con cualquier mal. Lleva una vida misteriosa, no se alimenta del suelo y surge sin semillas, sigue conservando su color verde a pesar del frío y de las heladas. Según creencias populares antiguas, jamás un rayo ha golpeado un árbol que albergara al muérdago. En otoño tiene lugar el desarrollo de las flores que progresivamente darán paso a las bayas. Mirlos y tordos gustan de picotearlo, pero tampoco las aves migratorias en el castañeteo de los fríos invernales hacen remilgos a estas bayas.

En los últimos años la medicina utiliza el muérdago como preparado inhibidor de tumores, como medida preventiva contra el cáncer.



Agrimonia
Agrimonia eupatorio

Esta planta muy popular, perteneciente a la familia de las rosáceas, tiene también los siguientes nombres: hierba de san Guillermo, hierba bajera, hierba del podador, merma-sangre, gafetí. Crece en lugares soleados, de poca vegetación, generalmente arcillosos, en setos y lindes de bosques, en ruinas, en dehesas, en bosquecillos claros, en prados y prados áridos. La planta alcanza unos 90 centímetros de altura, sus flores son pequeñas y amarillas, presentan una mancha rojiza, se ordenan alrededor del tallo en forma de espiga, las hojas son dentadas, de color verde oscuro por la haz, mientras que en el envés son más pálidas y vellosas. Florecen desde julio a septiembre. Se utiliza la planta entera, que se recoge desde julio a agosto. Se la corta a nivel del suelo, se trocea y desmenuza y seca en estratos finos. Tiene un olor aromático áspero y un sabor algo amargo. Durante el secado, debería conservarse el color tanto de las hojas como de las flores.

Petasita (derecha)
Petasites officinalis

Otros nombres populares de esta planta son: fárfara mayor, sombrerera. Crece en los linderos de los bosques y en las orillas de los ríos, riachuelos y ribazos húmedos. La petasita es una planta primaveral, los cálizos amarillo rojizos de sus flores se anticipan a las hojas, cuyo envés es tomentoso. Las hojas alcanzan la anchura de un sombrero, y se utilizan como protección contra los cálidos rayos del sol. Son excelentes en caso de dislocación o luxación, en cuyo caso se aplican como apósito. La raíz debe recolectarse antes del florecimiento.



Maravilla

Caléndula officinalis

Otros nombres populares de esta planta son: caléndula, caldo, flor de todos ios meses, mexicanas, tudescas, flamenquilla, mercadela, reinita, rosa de muertos. La maravilla pertenece a la familia de las compuestas tubulifloras, se cultiva en jardines, pero se la encuentra también en cementerios y en estado silvestre sobre escoriales. La planta alcanza unos 60 centímetros de altura, con tallos gruesos, carnosos y jugosos, mientras que las hojas son alargadas, indivisas, algo vellosas. Las cabezuelas de las flores son de color entre amarillo pálido y anaranjado oscuro, en los días soleados propagan un aroma acre, muy particular. Es una planta pegajosa y de tacto untoso. Es creencia popular que no hay barómetro mejor que la maravilla. Si por la mañana no se abren las cabezuelas de las flores, seguro que habrá lluvia. Pero si a la siete de la mañana ya están abiertas, seguro que tendremos en perspectiva un hermoso día. El médico hidroterapeuta Dr. Bohn es de la opinión que la maravilla podría ser útil en la lucha contra el cáncer.



Salvia

Salvia officinalis

Otros nombres populares de esta planta son: savia, salima fina. En nuestras latitudes esta planta medicinal crece sólo en los jardines. Proviene de los suelos rocosos de Dalmacia y Herzegovina. La salvia puede crecer hasta constituir un arbusto alto, ramificado, con hojas ovaladas, tomentosas, algo dentadas, que parecen provistas de un hálito plateado. Despide un olor aromático fuerte y muy agradable, que tiene efectos tranquilizantes sobre las personas. Las panículas de las flores tienen forma de garganta, son de color violeta pálido u oscuro, adornando el arbusto en los meses de junio y julio. Se utilizan las hojas durante todo el verano hasta entrado el otoño, hojas que podrían utilizar incluso en la cocina como especias. En la antigüedad, se consideraba la salvia como hierba sagrada. De la planta se alababa que a cualquier que la utilizaba con asiduidad le proporcionaba una vejez patriarcal.

En nuestras latitudes lucen durante el verano las panículas azules admirables de sus flores sobre pendientes y bosques bajos, alegrando corazón y alma. Nos estamos refiriendo a la *Salvia pratense*, que posee poca virtud curativa y que no tiene nada en común con la salvia de los huertos. En este punto queremos hacer mención únicamente de la preparación del vinagre de salvia, cuyo masaje produce gran bienestar a la persona que debe guardar cama durante tiempo prolongado, evitando las ulceraciones.



Milenrama
Achillea millefolium

Otros nombres populares de esta planta son: cientoenrama, milefolio, mil hojas, aquilea, hierba de Aquiles, hierba de las heridas, flor de la pluma, hierba meona. Crece en caminos y linderos de bosque, en prado, en colinas y pendientes, en bosques bajos y declives montañosos. Alcanza una altura entre 30 y 40 centímetros, sus flores son de color blanco y rojizo, siendo visibles desde junio hasta septiembre. Es una planta que se puede utilizar con éxito en la mayoría de enfermedades. Es una de las plantas medicinales de mayor antigüedad, siendo tenida en gran estima a lo largo de todas las épocas, incluso por los médicos. Es decir, es una planta que regula todas las secreciones. Para demostrar lo mucho que la milenrama merece el calificativo de «curalotodo». Baste con recordar su efecto positivo sobre la producción de sangre por parte de la médula ósea. Los austríacos la denominan «hierba del dolor de vientre» porque cura la diarrea y la disentería. Se recogen sus flores y sus hojas, estas últimas en los inicios de la primavera, empleándolas después de picarlas finamente como especias para las ensaladas y la cocina en general.



Primavera
Primula officinalis

Otros nombres populares de esta planta son: verbásculo, gayadas, gordolobillo, vellorita de oro, hierba de san Pedro, hierba de san Pablo, hierba de la parálisis. El parecido de la corona de flores que remata cada uno de los tallos con las llaves huecas medievales o incluso con un manajo de llaves, le mereció el nombre de «flor de la llave», con que se la designa en algunos países centroeuropeos. Esta planta con sus flores amarillas es, junto con la fáfara y la violeta, uno de los primeros emisarios de la primavera. Antiguamente los prados estaban henchidos de primaveras amarillas y luminosas, pero en la actualidad, los abonos artificiales las han barrido de allí. Es una planta que crece a sus anchas en bosques con pastos, en fosos, en las orillas de riachuelos y también debajo de árboles frutales. La poderosa cepa de su raíz inverna junto con la roseta de hojas verdes. Se recoge la umbela de flores por entero. El cura suizo Künzle tenía un gran amor a estas plantas y decía «todas son curativas, tanto las de los prados orno las de los bosques, o de los montes, tanto si son pálidas como amarillas, pero las que son de color amarillo oscuro, de olor agradable y penetrante, éstas son las de mayor fuerza curativa». Así pues, la primavera pertenece al grupo de primeros auxilios que nos facilita la naturaleza en su despertar.



Celidonia

Chelidonium majus

Otros nombres populares de esta planta son: hierba verruquera, hierba de las golondrinas, golondrinera, hirundinaria, cirigüeña y celidueña. Crece en linderos de bosque bañados por el sol, en setos, junto a muros y cercados. De su raíz de color amarillo anaranjado arrancan tallos ramificados, que pueden alcanzar los 80 centímetros de altura, en cuyo interior está contenido un jugo amarillo anaranjado. Sus hojas son parecidas a las de la encina. Florece a partir de mayo. Si a la celidonia que se ha aclimatado a nuestro jardín en el momento de florecer se le cortan las vainas que contienen la semilla, durante todo el verano se disfrutará de la planta florida. La flor es de color amarillo, entre pálido y anaranjado, y consta de cuatro pétalos. La raíz se recolecta en la primavera y en otoño; la planta durante su florecimiento, a lo largo de todo el verano. En los libros antiguos que versan sobre hierbas, sobre todo en el del *Tabernaemontanus* (1731), se encuentra la referencia de que las golondrinas vuelan hacia la celidonia, le arrancan pedacitos de hoja para sus polluelos, untando con ellos sus ojos ciegos. De aquí proviene el nombre popular de hierba de las golondrinas, hierba de los ojos.



Llantén menor

Plantago lanceolata

Otros nombres populares de esta planta son: llantén lanceolado, siete nervios, llantén de hoja estrecha, llantén de cinco nervios. Tanto el llantén menor como el mayor pertenecen a la misma familia, las plantagináceas, y se encuentran en caminos, prados, ribazos y pastos.

De ambas plantas se utilizan las hojas, que se recogen durante la floración. El tallo que soporta las flores sobresale por encima de las hojas, las flores tienen forma de espiga, o bien de cabezuela redondeada. Las hojas del llantén mayor son anchas, mientras que las del llantén menor son alargadas o lanceoladas. Ambas especies resisten los rigores invernales y conservan el color verde durante esta estación.



Ortiga muerta
Lamium album

Otros nombres populares de esta planta son: ortiga blanca, lamió blanco. La ortiga muerta pertenece a la familia de las labiadas, se la encuentra también en aquellos lugares en que florece la ortiga menor. Se le parece en su crecimiento y en sus hojas, pero la ortiga blanca tiene formas más suaves. Alcanza una altura entre 20 y 30 centímetros, sus flores tienen forma de garganta y color blanco, creciendo junto con las hojas en forma de torbellino alrededor del tallo. Las flores despiden un ligero olor a miel. Se la encuentra en declives, taludes del ferrocarril, linderos de los prados, setos, cercas y caminos.

La ortiga muerta amarilla [*Lamium galeobdolon*] se distingue solamente por el color amarillo de sus flores, pero tiene la misma disposición arremolinada de hojas y flores alrededor del tallo. La ortiga amarilla se encuentra mayormente en bosque de pastos claros, en declives de terrenos y en taludes. Mientras la ortiga blanca prefiere los sitios soleados, la ortiga muerta manila prefiere los lugares umbrosos.

De ambas especies se recogen las flores arremolinadas y las hojas. La potencia curativa de ambas plantas es equilibrada. En la Edad Media se utilizaron las flores blancas para teñir de amarillo los cabellos.



Serpol
Thymus serpyllum

Otros nombres populares de esta planta son: tomillo silvestre, serpillo, serpollo, hierba luna. El serpol pertenece a la familia de las labiadas. Se encuentra en los linderos de los campos, en prados y pendientes soleadas, en linderos de bosques, entre piedras y también sobre hormigueros. El serpol necesita sol y calor, por su poca talla y por su estrecho contacto con el suelo va captando las radiaciones caloríficas que éste emite. De los tallos leñosos tendidos sobre el suelo crecen brotes verticales cuya altura pueden alcanzar los 30 centímetros. Sobre los tallos están dispuestas hojitas ovaladas, que se transforman en flores todavía más pequeñas, de color violeta entre pálido y oscuro, aromáticas. La floración tiene lugar entre junio y agosto, la planta despide un aroma delicioso. El serpol florido tiene un aspecto acolchado, es muy visitado por las abejas, abejorros y otros insectos, ya que visualmente es muy atractivo. Se recolecta la planta florida por completo. Soy una admiradora entusiasta de esta planta aromática y exquisita, dedicada en muchas regiones a la virgen María. En muchas partes de Austria se suele bendecir una corona trenzada con serpol en la fiesta de Corpus. Tengo un gran cariño al serpol, por su gran abanico de posibilidades, no sólo como especia para condimentar comida, sino también como planta medicinal. En este aspecto se la utilizaba ya durante la Edad Media.



Achicoria

Cichorium intybus

Otros nombres populares de esta planta son: chicoria, amargón, almirón. Crece en los bordes del camino, en linderos de los campos de labor, en setos y en barbechos, por doquier donde haya suelo arcilloso. De una roseta de hojas dentadas, surge un tallo alto, bastante duro y pelado, del cual arrancan algunas ramas. Las hojas son pequeñas y de vello áspero, las flores son azules, grandes y brillantes, adornando el tallo desnudo como si se tratara de estrellas. Desde los días de mi infancia, esta planta de flores azules me resulta muy familiar. En mi recuerdo está asociada con los más hermosos días de mi infancia y mi juventud.

Sentía una atracción magnética por sus flores azules y estrelladas, la acariciaba y tenía la cálida sensación de que tenía que estar ocupada por una muchedumbre de ángeles amigos del hombre, que profesaban su cariño ante todo por los niños entregados a sus juegos. Incluso desde el ángulo de la fe, habría que alabarla. Nuestro Señor, cuando vino a la Tierra tomando la figura de un hombre insignificante, pidió un refresco a una moza despiadada. Según una leyenda de Silesia, la moza se lo denegó con aspereza, mientras con la vista andaba buscando a su novio. Al llegar éste por el camino, encontró en lugar de una bonita moza, una planta de tallo alto y desabrido, que con sus grandes ojos azules, estaba mirando fijamente al recién llegado. Así que la moza orgullosa tendrá que aguardar toda su vida en el borde del camino, hasta que el Señor del mundo regrese algún día. El nombre que se da a la achicoria en los países de habla alemana es «vigilante del camino». Las flores de la achicoria se abren solamente cuando brilla el sol, de lo contrario permanecen cerradas.



Centinodia

Polygonum aviculare

Otros nombres populares de esta planta son: cien-nudos, correhuela, lengua de pájaro, pico de gorrión, polígono macho, sanguinaria, hierba de los cursos. Crece entre adoquines, en linderos de caminos, en yermos y cementerios y en otros lugares donde existen suelos estériles. Por lo general la centinodia es una planta que se arrastra sobre el suelo, presenta tallos finos y ramificados, a lo largo de los cuales se insertan hojas diminutas y sin pecíolo, mientras que las florecillas rojiblancas se asientan sobre los mismos nudos que las hojas.

Epilobio de flores pequeñas (derecha)

Epilobium parviflorum

El epilobio de flores pequeñas cuenta con nueve especies medicinales. Se distingue del de flores grandes por sus hojas suavemente puntiagudas y por sus flores pequeñas, poco vistosas, de color entre blanco, rosa pálido y rosa intenso. Las flores están dispuestas sobre un ovario alargado, preparado para soltar semilla en abundancia. La semilla sale rodeada de una especie de algodón. Cuando decimos epilobio de flores pequeñas nos estamos refiriendo a las adelfillas o epilobios siguientes: el rosa, el verde oscuro, el de hojas lanceoladas, el de los arroyos, el de las colinas, el palustre, el de los gujarros, el de las montañas, el alpino. La planta ramificada puede llegar a una altura de 80 centímetros. A partir de la primavera se recogen las hojas y las flores, también los tallos, siempre y cuando no estén lignificados.

El epilobio o adelfilla pelosa, que puede alcanzar el tamaño de un arbusto, produce flores diez veces mayores que las del epilobio de flores pequeñas, careciendo de virtudes curativas. Tampoco posee virtudes curativas la adelfilla, también llamada laurel de san Antonio, que puede alcanzar una altura entre 160 y 170 centímetros, que crece en los linderos de los bosques y en los calveros, desarrollando flores rojo púrpura brillantes que se distinguen a distancia. Sus hojas se pueden tomar durante los primeros días primaverales para componer una ensalada mixta.



Espino albar

Crataegus monogyna

Otros nombres populares de esta planta son: espinos blanco, majuelo, espinera, matapijos. Es un arbusto espinoso de mediana altura, pudiendo alcanzar, mediante podas, una altura de 7 metros. Las hojas presentan entre 3 y 5 lóbulos, son brillantes por ambas caras, sus flores son blancas y apiñadas en forma de ramillete, su olor es peculiar, los frutos son rojizos y farináceos. Crece en monte bajo, en bosques frondosos o de coníferas, en setos y cercados. Cuenta una leyenda que el arbusto del espinos albar surgió de la vara del caminante san José. Durante la primavera nos alegran sus flores blancas y brillantes como estrellas, mientras que en otoño lo hacen sus frutos rojizos que se distinguen a lo lejos por su brillo, parecidos a barriletes pequeños, lo cual en otras latitudes les ha valido el nombre de «barriletes de harina».



Ursina falsa

Heracleum sphondylium

Otros nombres populares de esta planta son: belleraca, espondilio. Planta con ramillete que alcanza una altura entre 60 y 120 centímetros, de tallo hueco y bifurcado en ángulos casi rectos. Sus hojas son lobuladas, muy pelosas, asemejándose a una garra o zarpa. Se la encuentra por doquier, sobre prados, pastos, taludes, linderos de bosque, orillas de ríos, en bosques claros frondosos, mixtos o dehesas. Produce ramilletes grandes, planos, ligeramente redondeados, de flores de color blanco amarillento o amarillo verdoso, pero a menudo se les sobrepone una tonalidad rosada pálida. Su tallo vigoroso y sobresaliente destaca en las praderas y en los linderos. Sus tallos huecos tienen el olor y el sabor de una zanahoria, se trocean en pedazos pequeños y, junto con brotes y hojas tiernas, se añaden en la primavera en las ensaladas mixtas.



Ulmaria

Filipéndula ulmaria

Otros nombres populares de esta planta son: reina de los prados, altarreina. Crece en los prados húmedos y pantanosos y en linderos de los bosques, en las orillas de los riachuelos y en fosos húmedos, en cañaverales y pantanales, pero se siente también muy a gusto entre frambuesas, cultivada en terrenos húmedos. Puede alcanzar incluso los 2 metros de altura; su floración tiene lugar entre julio y agosto, prolongándose a menudo hasta entrado septiembre. Sus flores son de color blanco amarillento y despiden un olor dulzón, que puede trastornar, parecidos al de las almendras amargas y que se percibe desde lejos. La virtud curativa de las flores y de las raíces están en equilibrio, por lo cual se suelen utilizar principalmente las flores aromáticas para preparar infusiones. Tienen efectos diuréticos y se consideran antipiréticas y diaforéticas (sudoríficas).



Equiseto menor

Equisetum arvense

Otros nombres populares de esta planta son: cola de caballo del campo, cola de rata, cien nudillos, candalillo. Crece en suelos arenosos húmedos, en tierras de labor, en rincones del bosque, en orillas de riachuelos, en praderas, en terraplenes de ferrocarril, pero de preferencia sobre suelos arcillosos. En nuestras latitudes se conocen nueve variedades de equiseto menor, que pertenecen al grupo de las equisetáceas o plantas sin flores. Se multiplican a través de esporas minúsculas. En los inicios de la primavera aparecen los tallos que soportan el fruto, son parecidos a un lápiz, de color pardo amarillo, tienen una altura entre 15 y 20 centímetros, aspecto escamoso, como un sombrero pequeño y pardo del que se desprenden las esporas. El viento se encarga de dispersarlas, después de lo cual el tallo desaparece de nuevo. A partir de este momento aparecen los tallitos verdes del equiseto. A finales de abril o principios de mayo surge un tallo estéril, de altura entre 40 y 60 centímetros, con remolinos regulares de ramas, parecidos a diminutos abetos verdes, o bien semejantes a una cola de caballo, sin hojas, que se alimenta mediante su raíz pivotante y profunda, que succiona alimento de las tierras de labor.

La palma estéril del verano es la que posee virtudes curativas. Es curioso que los caballos y las vacas que comen equiseto sufran algunas molestias y trastornos. El equiseto alto, con tallos del grosor de un dedo, procedente de pastos y prados pantanosos o de suelos alpinos, es venenoso, no se deberá utilizar como aditivo interno en la preparación de infusiones, sino que se limitará su uso a la adición externa, por ejemplo, a las aguas del baño. En épocas anteriores, las vajillas de estaño se limpiaban con esta hierba, por lo cual en Centroeuropa se la denomina también «hierba del estaño».

II. Más vale prevenir que curar

A pesar de que esta frase célebre es conocida de todos, sólo unos pocos la toman en consideración. Son muchas las personas que viven la salud no como un regalo, no como el más preciado de los bienes, que el hombre pueda disfrutar sino como la más natural de la hipótesis de trabajo. A menudo se concede mayor rango en la escala de valores a la profesión, al dinero y al prestigio, que para muchos se han convertido en el único objetivo ambicionable. Pero que, además, y precisamente, se necesite un cuerpo sano para alcanzar todas aquellas «exterioridades» comprensibles, la mayoría no lo comprenden hasta que las enfermedades les dan un toque de aviso, de que algo no anda bien. Esto es precisamente lo que no deberíamos consentir que sucediera.

Las plantas medicinales son un don y una gracia espléndidos, de los que somos destinatarios nosotros, los hombres. Su virtud curativa es universal, no se agota con el mero combatir las enfermedades, sino que fomenta y vigoriza las fuerzas defensivas de nuestro cuerpo, protegiéndonos de esta manera de cualquier posible enfermedad.

En las páginas siguientes he reunido una serie de recetas a base de estas plantas medicinales, con las cuales proporcionaremos a nuestro cuerpo lo que supone una verdad diáfana para cualquier persona que posea un automóvil, a saber, una puesta a punto efectuada regularmente. Quien siga estos consejos se ahorrará muchas «reparaciones», que le costarán mucho más tiempo y paciencia que la oportuna previsión.

Para muchos lectores que se acercan a las plantas medicinales con algo de escepticismo y cautela, estas recetas serán un medio ideal para encontrar más confianza en su eficacia. Quien en la primavera haya experimentado lo que es el efecto liberador y aligerador de una cura de desescoriado efectuado con las plantas medicinales, desarrollará en virtud de sus propias experiencias una relación más natural con nuestras plantas curativas.

Ajo de oso

En la primavera se debería aprovechar el efecto depurativo del ajo de oso tanto sobre la sangre como el sistema digestivo, formado por estómago e intestinos, para proceder a una cura de desescoriado. En abril y mayo, antes de que el ajo de oso empiece su floración, se recogen sus hojas tiernas y verdes y se comen crudas.

Se lava el ajo de oso y se corta en trozos pequeños, que se echarán sobre todos los platos, con lo cual quedarán mejor decorados y presentados con el color verde tierno. Con las hojas del ajo de oso se pueden preparar también ensaladas, o bien, hervir como si fueran espinacas.

Ortiga menor

La tan menospreciada ortiga menor es una de las importantes plantas medicinales del jardín de Dios. Depura la sangre y estimula la formación de sangre nueva, por lo cual sería bueno disfrutar durante todo el año de los efectos de una cura practicada en la primavera.

En efecto, en la primavera se recogen los brotes tiernos y se inicia una cura de infusiones que se prolonga 4 semanas. Por las mañanas y con el estómago vacío, se bebe una taza de infusión a sorbos, repartiendo el consumo de otras dos tazas en lo restante del día. Una cucharilla de té colmada

de ortiga menor se introduce en la taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Esta cura primaveral se puede repetir otra vez en otoño, cuando la planta saca de nuevo brotes tiernos.

Como medida preventiva se puede beber durante todo el año una taza de infusión de ortiga menor cada día. Con este fin, tanto en la primavera como en el otoño se hará un acopio suficientemente grande de ortiga menor y se secará.

Hipérico

El hipérico o hierba de san Juan es muy famoso por su virtud curativa en caso de dificultades nerviosas o espirituales. Para las muchachas jóvenes de la época de la pubertad el alcanzar la madurez sexual representa a menudo una gran tensión nerviosa. El resultado de ello se manifiesta con frecuencia en la irritabilidad, en el sueño inquieto y en los trastornos del período. Recomiendo, por lo tanto, a las muchachas jóvenes que están alcanzando la madurez, que tomen cada días dos tazas de hipérico por algún tiempo.

Una cucharilla de té colmada de hipérico, se añade agua muy caliente, se deja reposar medio minuto y se bebe a sorbos, repartiendo en un mismo día dos tazas de infusión.

Diente de león

En la época de la floración del diente de león se debería iniciar una cura de dos semanas, empleando para ello los tallos tiernos de la planta.

Se recogen diriamente diez tallos junto con las flores, se lavan, se retira la cabezuela de la flor y se mastica el tallo crudo en la boca, lentamente. Las personas que sufren cansancio y flojedad van a experimentar durante la cura una rápida elevación de los ánimos.

Muérdago

La mayor importancia curativa del muérdago consiste en sus propiedades reguladoras de la presión sanguínea e impulsoras de la circulación. Consejo a todos que efectúen cada año una cura de infusiones de muérdago a lo largo de seis semanas. Durante las tres primeras semanas se beben tres tazas al día, durante las dos semanas siguientes se beben dos tazas y en la última semana se reduce el consumo a una taza de infusión de muérdago por día. Después de esta cura, la presión sanguínea y la circulación se habrán normalizado de nuevo.

Una cucharilla de té colmada de muérdago se introduce en una taza, se llena con agua fría y se deja en reposo durante doce horas. A continuación, el extracto frío se calienta y se cuele. Lo más práctico es llenar un termo con la porción diaria de infusión de muérdago, de lo contrario habrá que calentar la infusión fría, antes de bebería, al baño maría.

Quien quiera controlar la presión y la circulación sanguínea, debería tomar durante todo el año una taza diaria de infusión de muérdago de forma continuada.

Milenrama

El párroco Kneipp escribió en su época que las mujeres se ahorrarían muchos inconvenientes, si de vez en cuando recurrieran a la milenrama.

Todas las mujeres deberían aprovechar regularmente la virtud curativa de la milenrama. Lo mismo da si se trata de remediar irregularidades en el período mensual o indisposiciones durante la menopausia. A lo largo de todo el año se debería ir tomando una taza de infusión de milenrama cada día, bebiéndola a sorbos.

Una cucharilla de té colmada de milenrama se deposita en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos.

Llantén menor

El jarabe preparado con hojas tiernas de llantén menor tiene efectos depurativos sobre la sangre. Debería tomarse a diario antes de cada comida. Los adultos tomarán una cucharada, los niños una cucharadita.

Existen dos recetas para la preparación del jarabe de llantén menor:

1.^a). Cuatro puñados llenos de hojas de llantén menor recién lavadas se pican en la picadora de carne. Esta pasta de hojas se aclara con un poco de agua, para que sea algo más líquida, se le añaden 250 gramos de miel de abejas y 300 gramos de azúcar en bruto. Se calienta esta mezcla sobre una llama pequeña, agitando constantemente, hasta antes de arrancar a hervir. Cuando las hojas, la miel y el azúcar se han integrado dentro de una masa viscosa, ésta se vierte en vasos limpios y se coloca el jarabe en la nevera.

2.^a). En un recipiente apropiado de arcilla o de vidrio, se coloca una primera capa de hojas de llantén menor recién recogidas y lavadas, encima una segunda capa de azúcar en bruto, luego una tercera capa de hojas, hasta llenar por completo el recipiente, se compactan las capas y se rellena el espacio que se hubiera ganado. Una vez el recipiente queda definitivamente lleno, se cierra hermético con varias láminas que impidan la penetración del aire, enterrándose seguidamente en un lugar protegido del jardín. El recipiente se cubre con una tabla de madera antes de empezar a tapar el agujero con tierra. Dentro del calor constante de la tierra se inicia la fermentación de la mezcla de azúcar y llantén menor. Después de ocho semanas se desentierra el recipiente, se hierve el jarabe formado, se deja enfriar y se vierte dentro de frascos.

Serpol

Una taza de infusión de serpol tomada cada día por la mañana, como sucedáneo del té, opera verdaderos milagros, según mi experiencia. Uno se siente como nuevo, no se tortura el propio estómago, desaparece la molesta tos mañanera, en pocas palabras, uno se siente en forma durante todo el día.

Una cucharilla de té colmada de serpol por taza, se llena con agua muy caliente, se deja extraer durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos.

Equiseto menor

Todos los que han rebasado los cuarenta años deberían escuchar mi consejo y beber una taza diaria de infusión de equiseto menor. De esta mane-

ra se toman medidas contra la artritis y el reuma, contra los fenómenos de desgaste, que van parejos con la edad.

Una cucharilla de té colmada de equiseto menor por taza, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza al día.

Bitter sueco

Como medida preventiva contra todo tipo de dolores y enfermedades se toman cada día por la mañana y por la noche una cucharadita de bitter sueco, seguida de un poco de agua o té.

El bitter sueco es un auténtico elixir de larga vida, un guardián indispensable para nuestra salud, que no debería faltar en ningún botiquín casero. La receta nos ha sido transmitida por el famoso médico sueco Dr. Samst, cuya familia apreciando las plantas medicinales suecas, alcanzó una vejez envidiable.

La mezcla de plantas se compone de: 10 g de áloe, 10 g de raíz de angélica, 5 g de carlina, 10 g de orno (fresno del maná), 5 g de mirra, 10 g de alcanfor natural, 10 g de raíz de ruibarbo palmeado, 0,2 g de azafrán, 10 g de hojas de sen (*Cassia angustifolia*), 10 g de teriac veneciano, 10 g de ajenjo.

Se introducen estas hierbas en un frasco y se les vierte encima un litro y medio de aguardiente de trigo (contenido alcohólico entre 38 y 40 % en volumen). El líquido se mantiene caliente por lo menos durante 14 días, agitándolo diariamente. Se cuele en recipientes adecuados en pequeñas cantidades necesarias para el consumo diario, estos recipientes y su contenido se guardarán fríos. A medida que avanza el tiempo, madura la potencia curativa del bitter sueco.

Té primaveral

Por su acción depurativa de la sangre, recomendando tomar en primavera a lo largo de un cierto tiempo, mientras puedan recogerse tiernas las plantas que a continuación se citan, el té primaveral siguiente:

Se mezclan 15 g de hojas de ortiga menor, 50 g de brotes tiernos de saúco, 15 g de raíces de diente de león y 50 g de flores de primavera. Una cucharilla de té colmada con la mezcla de hierbas recién descrita por taza, se llena con agua hirviente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se beben a sorbos dos tazas al día. Los paladares sensibles pueden tomar esta infusión con un poco de miel.

Té mixto del año

Con el despertar de la primavera, se debería salir para adentrarse en la naturaleza y empezar a recolectar las plantas medicinales. Las primeras en hacer su aparición son las flores de la fáfara, mientras que el farolillo rojo se lo llevan las hojas de rosal que se recogen en otoño. Las plantas que seguidamente se relacionan se recogen en el orden indicado, se secan y para otoño forman un té mixto saludable, del cual es bueno tomar una taza cada día durante la cena. Una cucharilla de té colmada con la mezcla de estas plantas se introduce en una taza, se le añade agua hirviente, se deja reposar medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos.

Esta mezcla consta a partes iguales de los componentes siguientes:

Flores de fáfara, posteriormente, sus hojas.

Cabezuelas de primavera.

Flores de aleluya.

Cabezuelas de flor de hiedra terrestre (sólo unas pocas para aromatizar).

Brotes de ortiga menor.

Hojas y flores de pie de león.

Hojas, flores y tallos de verónica.

Hojas de fresa.

Brotes de zarzamora.

Brotes de frambuesa.

Brotes de saúco, después, sus flores.

Margaritas.

Tila, a ser posible recogida en horas de sol.

Manzanilla, a ser posible recogida en horas de sol.

Flores de ulmaria.

Flores de maravilla.

Hojas, flores y tallos de aspérula olorosa.

Hojas, flores y tallos de serpol.

Hojas, flores y tallos de toronjil.

Hojas, flores y tallos de menta.

Milenrama, a ser posible, recogida en horas soleadas y sólo la mitad de la cantidad recogida de las restantes hojas.

Flores de gordolobo, a ser posible recogidas en horas soleadas.

Flores de hipérico, a ser posible recogidas en horas soleadas.

Hojas y flores de mayorana (orégano común o mejorana silvestre).

Epilobio de flores pequeñas, del cual se tomarán las hojas, las flores y los tallos.

Puntas de abeto.

Hojas, flores y tallos de galio.

Hojas de rosal, de cualquier color que sea, pero utilizar solamente aquellos que hayan recibido abono biológico, no industrial.

III. Las plantas medicinales sólo pueden curar, no perjudicar

Nuestras plantas medicinales crecen desde tiempo immemorial en el jardín de Dios. Es lamentable que con el tiempo hayan caído en el olvido. Los responsables de esta evolución son los mismos hombres. Perdieron el sosiego, se volvieron impacientes, se envalentonaron con los éxitos de la investigación y de la ciencia, el desarrollo técnico los apartó cada vez más de la naturaleza y se hundieron espantosamente en las comodidades. El progreso nos ha cambiado y ha cambiado también nuestro mundo, pero esta trayectoria tiene también sus puntos negativos.

La tensión, la abundancia y el exceso se convirtieron en causas de nuevas enfermedades. Para muchas personas el estar enfermos se convirtió en el contenido predominante de la vida, porque las enfermedades desencadenan solicitud, participación, amor y afecto, experiencias que una persona sana no puede esperar, sobretudo si vive en grandes aglomeraciones urbanas anónimas. Las salas de las consultas médicas han reemplazado, en parte, la función de los encuentros en sociedad, que anteriormente tuvieron un lugar natural dentro de la vida cotidiana. Y con todos estos cambios se realizó también una alteración en el tratamiento que se da a la propia salud.

Muchos han perdido todo comedimiento incluso en la toma de medicamentos. Los más minúsculos dolores son tratados con cantidades masivas de medicamento, nadie se detiene a reflexionar, lo importante es obtener un resultado inmediato. No en balde los médicos advierten sobre los efectos de esta manía cada vez más generalizada de ingerir comprimidos. Si las personas recurrieran más a menudo a las plantas medicinales, en lugar de entrar apresuradamente a la farmacia más próxima para comprar ¡as pastillas «cómodas», consideraría realizado uno de mis más vehementes deseos.

En este capítulo encontrará usted enfermedades simples que pueden combatirse con las plantas medicinales del jardín de Dios, exactamente con la misma eficacia y sin efectos secundarios que con los medicamentos que usted puede comprar en la farmacia sin receta.

FATIGA

Bitter sueco

Quien se sienta fatigado, agotado o vaciado, esta sensación acompaña a menudo la terminación de viajes largos o de reuniones tensas, podrá despertar rápidamente nuevos ánimos con ayuda de las plantas que intervienen en el bitter sueco. Unas gotas del mismo, rebajadas con un poco de agua, se frota sobre la sien, la frente, los párpados cerrados o detrás de las orejas, y se notará enseguida una mejora del estado general. Por lo tanto, en el equipaje o en la cartera de mano, nunca debería faltar una botellita de bitter sueco.

Baños de asiento

El aditamento ideal para el baño en caso de fatiga en cantidades iguales de equiseto menor, de serpol y de una mezcla de vara de oro y toronjil. En un cubo de 5 litros se introducen 100 g de las hierbas, se dejan reblandecer 12 horas en agua fría. A continuación se calientan y se cuelan, vertiéndose en la bañera. El nivel del agua deberá ser suficiente para cubrir los riñones de la persona que se está bañando. El baño durará 20 minutos. A continuación la persona no se deberá se-

car, sino que envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama una hora para sudar.

ACNÉ

Ortiga menor

La ortiga menor es la mejor planta medicinal para la depuración de la sangre y, al mismo tiempo, para la creación de sangre nueva de cuantas existen en el jardín de Dios. Junto con una alimentación suave, se beberá diariamente un litro de infusión de ortiga menor para combatir este trastorno de la pubertad. En una taza de té se introduce una cucharilla colmada de esta hierba, se vierte agua muy caliente y se deja reposar durante medio minuto, hasta que la infusión tome una coloración verde clara.

Diente de león

Una cucharilla de té colmada con raíz de diente de león se deja reblandecer durante 12 horas dentro de un cuarto de litro de agua fría. Seguidamente, se calienta el líquido, se cuelan las raíces y la infusión se bebe a sorbos en dos minutos, la primera mitad media hora antes del desayuno y la segunda mitad después del mismo.

Mascarilla de vinagre de rábano rusticano

Con rábano rusticano recién rayado se llena un frasco y se le vierte encima vinagre de vino o de frutas, hasta que quede cubierto de líquido. El frasco se mantiene caliente durante 10 días. Después su esencia se aplica por las mañanas y por las noches sobre la cara humedecida de agua, se deja actuar durante 10 minutos y a continuación se enjuaga con agua clara, primero caliente y luego fría.

Nogal

Una cucharadita de té colmada de hojas de nogal finamente troceadas se deja reblandecer en un

cuarto de litro de agua fría durante 12 horas. A continuación se calienta el extracto, se cuela y se vierte o se añade al agua que se utiliza para la limpieza del cutis.

DEBILIDAD GENERAL

Equiseto menor

Una cucharadita de té colmada con equiseto menor, se coloca en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se bebe a sorbos. Se debería beber por lo menos una taza de infusión de equiseto menor al día.

Sugerencias prácticas

Una enfermedad raramente viene sola. En caso de resfriado agudo, nos atormentan, al mismo tiempo, la tos, la rinitis y la afonía. No necesita tomar en este caso una infusión para la tos, otra infusión para la rinitis y una tercera infusión para la afonía, sino que puede mezclar a partes iguales las plantas apropiadas y prepararse una infusión con ellas, bebiéndola a lo largo del día. Sucede lo mismo cuando se toman plantas medicinales como precaución contra posibles molestias. Por ejemplo, en épocas de gripe, como medida precautoria se puede tomar, junto con la infusión, algunas gotas del bitter sueco. En el caso de mezclas para infusión no tiene usted que someterse a ninguna limitación, incluso si las plantas utilizadas combaten enfermedades muy dispares. Nuestras plantas medicinales del jardín de Dios buscan su propio camino dentro del cuerpo humano, penetrando exactamente en aquellos puntos en que son necesarias. Sus fuerzas curativas no son antagónicas, no compiten entre sí, es decir, sus efectos no se anulan mutuamente, aunque se tomen en el mismo momento.

Tampoco las cantidades propuestas para la preparación de las infusiones deben restringirse, porque son totalmente inofensivas, se sabe, en efecto, que el riñon necesita unos dos litros de líquido diarios. Pero el beber infusión de plantas medicinales en cantidades abusivas sería también un extremo que debería evitarse. Las plantas medicinales gustan de ser utilizadas con medida. Mayor acopio de hierbas medicinales en el té, en el baño, ya sea completo ya sea de asiento, no supone mayor potencia cu-

rativa. Es mucho más importante el cambio de su actitud y de sus sentimientos con respecto a las propiedades curativas de nuestras plantas. Ocúpese más de su propio cuerpo, preste más atención a su interior, permanezca abierto a las virtudes curativas, en lugar de dejarse abatir completamente por la enfermedad, tanto espiritual como moralmente. Créame, su actitud interior, sus sentimientos, tienen exactamente la misma importancia de cara al éxito de la cura como la dosificación adecuada y la aplicación misma de las plantas medicinales.

Las indicaciones del peso que se dan en las recetas se refieren siempre a las plantas secas, que usted puede comprar en farmacias, herboristerías, tiendas dietéticas. Quien se tome la molestia de recoger hierbas medicinales tiernas (su virtud curativa es superior a la de las mismas hierbas secas) puede tomar en lugar de la cucharadita de té colmada que se indica en la receta, tantas hierbas tiernas como puedan sujetar los dedos de una mano. Naturalmente, que no tiene mayor importancia que una mano grande pueda abarcar algunas hojitas más. Mucho más importante resulta el respetar con exactitud las indicaciones relativas a la preparación. En la preparación de las infusiones nunca se hervirán las hierbas, porque haciéndolo se destruyen todos los principios activos. Y la continuación necesaria e indispensable de un baño completo o de un baño de asiento será siempre la sudada posterior, que permite asegurar el éxito curativo que se pretende.

MANCHAS DE LA VEJEZ

Jugo de siempreviva mayor

Se cortan las hojas de la siempreviva mayor a lo largo, se abren y se frotan las manchas con el jugo que desprenden.

Pomada de galio

Esta pomada es también un excelente medio contra las manchas de la vejez.

En una sartén se calientan 500 g de grasa de cerdo pura, echando en la grasa cuatro puñados colmados de galio. Se deja espumar brevemente, se remueve bien y se retira del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente, se calienta otra vez la sartén hasta que la grasa está suficientemente líquida, como para atravesar un paño de lino limpio. Las hierbas que quedan retenidas en el paño se exprimen fuertemente, y la pomada que se prepara de esta manera se vierte dentro de frascos con buen cierre. La pomada debe guardarse en el frigorífico.

Loción de galio

Con extractos de galio se efectúan lociones.

Dos cucharillas de té colmadas de galio se colocan en un frasco junto con medio litro de agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y cada día se lava con este extracto la parte de piel afectada.

Jugo de maravilla

Los tallos tiernos de la maravilla desprenden en el exprimidor un jugo, con el que se pueden frotar las manchas de la vejez, varias veces al día.

Esencia de cedro

Con hojas de cedro (también llamado árbol de la vida) bien lavadas y cortadas pequeñas, se llena un frasco, se vierte en él aguardiente de vino, con un contenido alcohólico entre el 38 y el 40 % en volumen (el aguardiente debe cubrir las hojas por completo), y se mantiene el frasco caliente por lo menos durante dos semanas. Algodones mojados con esta esencia se aplican sobre las manchas de la vejez varias veces al día.

Bitter sueco

Con algodones empapados en el bitter sueco sin rebajar, se mojan las manchas de la vejez varias veces al día.

PRURITO SENIL

Verónica

Se introduce una cucharilla de té colmada de verónica en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Milenrama

Se coloca una cucharadita de té colmada de milenrama en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, entre dos y tres tazas de infusión por día.

ANSIEDAD

Muérdago

Una cucharilla de té colmada de muérdago se reblandece durante 12 horas con un cuarto de litro de agua, a continuación se calienta suavemente, se filtra y se bebe a sorbos, se pueden tomar un máximo de tres tazas al día.

Espino albar

Una cucharilla de té colmada de espino albar (se pueden emplear las hojas o las flores) se introduce en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Flores y bayas recién recolectadas se introducen a partes iguales en un frasco, se les vierte encima aguardiente de trigo, con un contenido alcohólico de un 38-40 %. Se deja en reposo el frasco en un lugar caliente durante dos semanas, por lo menos. La esencia así preparada, se toma en dosis diarias de 4 a 10 gotas.

INAPETENCIA

Acoro

Una cucharilla de té se enrasa con raíces de ácoro, estas raíces se reblandecen durante 12 horas con un cuarto de litro de agua (esto basta para una taza), a continuación se calientan suavemente, se filtran y se beben a sorbos. Bebiendo con regularidad una taza al día, se recuperará el apetito per-

dido. Además, una vez por semana, se deberá tomar un baño completo de raíces de ácoro.

Baño completo de ácoro

Se reblandecen unos 200 g de raíces de ácoro, durante 12 horas en 5 litros de agua fría. A continuación, se calienta el líquido y se añade al agua del baño. En la bañera habrá un nivel de agua tal, que el corazón de la persona que se bañe quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que se arropará con un albornoz y se tenderá en la cama para sudar durante una hora.

Salvia

Una cucharilla de té colmada de salvia se introduce en una taza, se le añade agua muy caliente y se deja reposar durante medio minuto. Bastan dos tazas de infusión por día, que se beberán a sorbos.

Milenrama

Una cucharilla de té colmada de milenrama se introduce en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se bebe tan caliente como se puede resistir, dos tazas de infusión al día.

Baño completo de serpol

En un cubo (con capacidad entre 6 y 8 litros) se colocarán hierbas tiernas o bien 200 g de hierbas secas, se reblandecen durante 12 horas con agua fría. Para los niños basta, según sea su constitución, con cantidades menores. A continuación, el líquido se calienta y se vierte sobre el agua de la bañera. El corazón de la persona que se baña debe quedar por encima del nivel del agua. La duración del baño será de 20 minutos, a continuación no debe secarse uno, sino que con el albornoz puesto, deberá tenderse en la cama y sudar durante una hora.

Achicoria

Una cucharilla de té colmada de achicoria se coloca en una taza, se le añade agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza por las mañanas.

Espino albar

Una cucharilla de té colmada de espinillo albar (se pueden utilizar las hojas o las flores) se introdu-

ce en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas repartidas a lo largo del día.

Esencia de espinillo albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas, ambas a partes iguales, se vierte encima aguardiente de trigo, de contenido alcohólico entre 38 y 40 %. El frasco debe guardarse en sitio caliente por lo menos durante dos semanas. La esencia preparada de esta manera se toma a diario en cantidades del orden de 4 a 10 gotas.

Bitter sueco

Una cucharadita de bitter sueco se añade a media taza de infusión de hierbas y se tomará la mitad de esta cantidad media hora antes de las comidas y la otra mitad después de las mismas.

DESGANA POR EL TRABAJO

Muérdago

Una cucharadita colmada de muérdago se reblandece durante 12 horas en un cuarto de litro de agua fría, se calienta ligeramente, se filtra y se bebe a sorbos. Se tomarán 3 tazas de infusión de muérdago al día, con lo cual se normalizará el corazón y la circulación y al mismo tiempo se aumentarán los afanes de trabajar.

FASTIDIO

Vara de oro

Una cucharilla colmada de vara de oro se introduce en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, entre dos y tres tazas de infusión por día.

Manzanilla

Una cucharilla colmada de manzanilla se introduce en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se bebe a sorbos.

Cuando dentro de uno se está gestando un disgusto, antes de que el corazón y la circulación puedan dar su respuesta, se debería preparar una infusión de una taza de manzanilla.

Baño completo de manzanilla

Un baño completo de manzanilla tiene efectos sedantes sobre todo el sistema nervioso. Para un baño se necesitan cuatro puñados de flores de manzanilla, que se dejarán reposar durante algunos minutos con agua muy caliente, se colarán y se verterán al agua de la bañera.

El nivel de agua de la bañera será tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos, después del mismo no deberá uno secarse sino que, envuelto en el albornoz, se tenderá en la cama y se sudará durante una hora.

DISNEA (sofocos)

Vino de ajo dé oso

Las dificultades respiratorias y los sofocos muy frecuentemente son provocados por el catarro de pecho, que puede eliminarse con el vino de ajo de oso.

Un puñado de hojas de ajo de oso cortadas finamente, se hierve con un cuarto de litro de vino por breve tiempo, se cuele, se endulza al gusto mediante adición de miel o de jarabe y se bebe a lo largo del día a sorbos.

Inhalación de fáfara

Una cucharada colmada de hojas y flores de fáfara se deja reposar con agua muy caliente y sus vahos se inhalan debajo de un paño. Se repite la inhalación varias veces al día.

Muérdago

Una cucharadita colmada de muérdago se reblandece durante 12 horas en un cuarto de litro de agua, a continuación se calienta suavemente y se filtra. Se bebe a sorbos, tres tazas por día, como máximo.

Petasita

Una cucharadita rasa de raíces de petasita se reblandecen 12 horas en un cuarto de litro de agua (cantidad que corresponde a una taza), a continuación se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. De este té sudorífico no se deberían beber más de dos tazas por día.

OFTALMODINIA (dolores de ojos)

Esencia de árnica

Se deberían frotar varias veces al día los párpados cerrados y la comisura palpebral con algunas gotas de esencia de árnica. Se arrancan pétalos del cáliz verde envolvente del árnica y se llena un frasco en sus dos tercios, encima se vierte aguardiente de trigo, de grado alcohólico 38-40 % y se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Una parte de la esencia así preparada se filtra, mientras que la parte restante se deja en contacto con los pétalos en el interior del frasco. Después de haber vertido el líquido en el interior de frascos menores, se puede llenar de nuevo el frasco grande con alcohol.

La esencia de árnica que se compra en la farmacia, de contenido alcohólico 75 %, debe rebajarse a la mitad con agua hervida, y enfriada, antes de poder emplearla en la prevención de quemaduras y heridas cutáneas. Si no se diluye esta esencia de árnica, podría provocar ampollas en la piel.

Jugo de ácoro

Con el jugo de raíces de ácoro recién prensadas, se vigorizan los ojos débiles. Las raíces se lavan a fondo, y sin secar, se exprimen con una máquina de cocina. Con el jugo extraído se frotan con frecuencia los párpados cerrados, se deja actuar el jugo durante algunos minutos y se enjuaga con agua clara.

Apósito de manzanilla

Sobre una cucharada colmada de manzanilla, se vierte un cuarto de litro de leche hirviente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se enfría. Se empapa un paño limpio con la leche tibia y se deposita el paño sobre los párpados cerrados.

Milenrama

En caso de lagrimeo o de dolor punzante en los ojos, puede ser una ayuda la infusión de milenrama.

Una cucharadita colmada de milenrama se coloca en una taza, se le añade agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Bitter sueco

El bitter sueco tiene un efecto parecido al de la esencia de árnica. Se frotan con él los párpados, mañana y noche. Se colocan un par de gotas sobre el dedo índice y se frotan a un tiempo los párpados cerrados y la comisura palpebral.

Apósito de bitter sueco

Con una cataplasma de bitter sueco se da alivio a los ojos fatigados en exceso. Dos torundas de algodón empapadas en bitter sueco se deberían aplicar cada día sobre los ojos cerrados, dejándolas actuar durante una hora.

DEBILIDAD DE LA VISTA

Esencia de árnica

Frotando con esencia de árnica varias veces al día los párpados cerrados y la comisura palpebral, se refuerza la agudeza visual.

Se arrancan pétalos del cáliz verde envolvente del árnica y se llenan dos tercios de un frasco, se vierte sobre ellos aguardiente de trigo de contenido alcohólico 38-40 %, y se deja el frasco en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Se cuele una parte de la esencia así preparada, mientras la parte restante se deja en contacto con los pétalos en el interior del frasco. Después del primer vaciado en frascos menores, se puede rellenar el frasco grande otra vez con alcohol. El extracto de árnica que se vende en las farmacias contiene un 75 % de alcohol, antes de su uso debe rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para evitar quemadura y heridas en la piel. Esta esencia de árnica puede provocar ampolla en el cutis, caso de no diluirse.

Jugo de ácoro

Las raíces tiernas se lavan con un cepillo y se exprimen húmedas en un exprimidor. Se frota los párpados cerrados con el jugo recién exprimido y se le deja actuar durante unos minutos. A continuación se enjuagan los párpados con agua fría. Después de algún tiempo se podrá observar una revigorización de la potencia visual perdida.

Jugo de celidonia

El jugo recién extraído de las hojas de celidonia refuerza la potencia visual de nuestros ojos.

Se toma una hoja recién recolectada de celidonia, se lava y con los dedos algo humedecidos, se tritura el tallo de la hoja. Con el líquido salido de los nervios de la hoja, se frota los párpados cerrados en dirección a la comisura palpebral.

Muy importante: el líquido espeso que sale de los nervios de la hoja de la celidonia no se debe emplear para el tratamiento del ojo.

Apósito de celidonia

Para eliminar la debilidad visual se recomienda el uso durante la noche de un vendaje con hojas tiernas y lavadas de celidonia, colocadas sobre los ojos cerrados, y sujetadas con una venda.

FLUJO

Baño de asiento de milenrama

Los baños de asiento de milenrama curan el flujo que a menudo se llama también flujo blanco. 100 g de milenrama, se utiliza la planta entera, se reblandece durante 12 horas dentro de un cubo de 5 litros de agua fría. A continuación se calienta el líquido, se cuele y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel del agua de la bañera debe ser tal, que queden cubiertos los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación no deberá uno secarse, sino que, envuelto en el albornoz, deberá tenderse en la cama y sudar durante una hora.

Milenrama

Además de los baños de asiento, se deberá tomar diariamente dos tazas de infusión de milenrama. Una cucharadita colmada de milenrama se coloca en una taza, se le añade agua caliente, se infunde medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

ERUPCIÓN CUTÁNEA

Cataplasma de manzanilla

Las erupciones cutáneas se tratan con éxito mediante lavados y apósitos de manzanilla.

Una cucharada colmada de manzanilla se mezcla con un cuarto de litro de leche hirviente, se deja reposar medio minuto, se cuele y se deja enfriar. Con la leche tibia se impregna un paño limpio y este paño se coloca como cataplasma caliente sobre la parte de piel afectada.

Lavado con manzanilla

Para lavados, se mezcla un puñado de flores de manzanilla con un litro de agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se filtra el extracto y, tan pronto el agua se haya enfriado a una temperatura soportable, se lava con ella la parte de piel afectada.

Diente de león

Mientras el diente de león esté florido se deberían comer a diario unos 10 tallos. Se recolectan tallos y flores, se lavan, se tiran las cabezuelas de la flor y se mastican los tallos con cuidado.

Llantén menor

Una cucharadita colmada de llantén menor y mayor se introduce en una taza, se les agrega agua caliente, se infunden durante medio minuto, se cuelean y se beben a sorbos, dos tazas al día.

Nogal

Los lavados con hojas de nogal curan incluso los exantemas purulentos. Dos cucharaditas colmadas de hojas de nogal troceadas pequeñas, se ponen en remojo con medio litro de agua fría, durante 12 horas. A continuación se calienta el líquido, se filtra y se vierte sobre el agua utilizada para lavarse.

Bitter sueco

Sobre una torunda de algodón grande y apropiada, se vierte gota a gota bitter sueco, humedeciendo varias veces al día la parte de piel afectada por la erupción.

VELLO

Jugo de celidonia

Normalmente es un trastorno renal lo que provoca en las mujeres el vello facial y una notable vellosidad en los brazos y las piernas.

Con un exprimidor de concina se extrae el jugo fresco de las hojas, flores y tallos de la celidonia, frotando con él las partes más vellosas. El jugo aplicado debe actuar sobre la piel durante algunas horas. A continuación se lava la piel con jabón suave y para terminar se restaurará la piel con pomada de maravilla, aceite de hipérico o aceite de manzanilla.

Ortiga menor

Paralelamente al tratamiento con jugo de celidonia tierna, se debería empezar una cura de infusiones de ortiga menor. Se beberán al día por lo menos tres o cuatro tazas repartidas a lo largo del mismo. Una cucharadita colmada de ortiga menor se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunden medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Aceite de hipérico

Con flores y brotes de hipérico recién recolectados se llena un frasco y se les vierte aceite encima. El frasco se deja en reposo en un lugar caliente, por lo menos durante tres semanas, hasta que el aceite tome coloración rojiza. Con el aceite de hipérico así preparado, se frota el cuerpo en su totalidad.

Aceite de manzanilla

Con flores de manzanilla recién recolectadas, se llena un frasco y se les vierte aceite encima. Se cierra el frasco y se mantiene en lugar caliente durante tres semanas. Con el aceite de manzanilla así preparado, se frota el cuerpo en su totalidad.

Pomada de maravilla

La pomada de maravilla puede uno prepararla de forma muy simple: en una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura, agregando dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que espume, se agita vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente, la sartén se calienta de nuevo suavemente, se pasa su contenido a través de un paño limpio, se exprimen las hojas, las flores y los tallos, y el ungüento así preparado se vierte en recipientes que puedan cerrarse bien.

Baño de asiento de equiseto menor

Los baños de asiento de equiseto menor activan la irrigación de los riñones, por lo cual deberían aplicarse una vez por semana junto con el jugo de celidonia y la cura de infusión de ortiga menor. 100 g de equiseto menor se ponen en remojo durante 12 horas, en un cubo de 5 litros de agua fría. A continuación, el extracto frío se calienta, se cuele y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel de agua en la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se ha bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en el albornoz, se deberá tender en la cama y sudar durante una hora.

ANGUSTIA

Esencia de ajo de oso

Por desgracia, las hojas de ajo de oso pierden su potencia curativa cuando están secas. Para no tener que renunciar a esta planta medicinal fuera

de la primavera, se prepara la esencia de ajo de oso. Sus hojas y bulbos troceados pequeños, se introducen en un frasco de vidrio oscuro, se les vierte encima aguardiente de trigo, de contenido alcohólico entre 38-40 %, se deja en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Hasta cuatro veces al día se pueden tomar entre 10 y 12 gotas, en cada ocasión, de esta esencia, se diluyen con algo de agua y se añaden a la infusión de plantas medicinales.

SOPOR

Bitter sueco

Unas gotas de bitter sueco, rebajado con un poco de agua, se frotan sobre la sien, la frente, los párpados cerrados y detrás de la oreja, lo cual trae consigo una animación rápida del estado general.

ENURESIS

Hipérico

Se introduce en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le vierte agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se bebe a sorbos, dos o tres tazas por día.

Baño de asiento de hipérico

Un cubo de hipérico tierno (ó 100 g de hipérico seco), pudiendo utilizarse del mismo el tallo, las hojas y las flores, se ponen en remojo en agua fría, durante 12 horas.

El extracto frío se calienta y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel de agua en la bañera debe ser tal que cubra los riñones

de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. Después del baño no debe uno secarse, sino que, envuelto en el albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Baño de asiento de milenrama

100 g de milenrama (se utiliza la planta entera), se ponen en remojo durante 12 horas en agua fría. El extracto frío se calienta y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel del agua de la bañera debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. Después del baño no debe uno secarse, sino que con el albornoz puesto, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Centinodia

Una cucharilla de raíces de centinodia se introduce en una taza y se deja en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se cuele. Se beben a sorbos cuatro tazas repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar en un termo la cantidad que se necesita para el día entero.

Té mixto

Una cucharadita colmada de hipérico y de equisetos menor, mezclados a partes iguales, se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, y se bebe a sorbos unas dos tazas por día. Se recomienda tomar por la noche únicamente comida sólida.

PICADURA DE ABEJA

En este punto recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para la picadura de insectos.

MORDEDURAS

Apósito de llantén menor

Como medida de aplicación inmediata, en caso de mordedura de perro, puede ser muy útil el apósito de hojas de llantén menor y mayor tiernos. En caso necesario, se tritura simplemente una hoja entre los dedos y con el jugo de la hoja se frota la herida. Evidentemente es mejor, si las circunstancias lo permiten, lavar las hojas tiernas de llantén menor y mayor y machacarlas con un rodillo sobre una tabla de madera. La pasta de hojas que así se obtiene se aplica sobre la herida.

Se da por supuesto que, después de la aplicación de estas primeras medidas de emergencia, se deberá buscar de inmediato la ayuda de un médico.

Ulmaria

En una taza se deposita una cucharadita colmada de flores de ulmaria (reina de los prados), troceadas pequeñas, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos o tres tazas al día.

Bitter sueco

En caso de mordeduras, el bitter sueco se utiliza tanto por vía interna como externa.

Según la gravedad de la herida, se tomarán tres cucharaditas o bien tres cucharadas de bitter sue-

co, rebajadas con algo de agua o de infusión de hierbas medicinales. Exteriormente se humedecerá la herida con una torunda de algodón en la que se haya goteado bitter sueco, haciéndolo varias veces al día.

Según el antiguo manuscrito del Dr. Samst, si se humedece la herida varias veces al día con bitter sueco, no sólo cura más rápidamente, sino que no deja cicatriz alguna.

VENTOSIDADES

Manzanilla

Una cucharadita colmada de manzanilla se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto y se bebe a sorbos.

Salvia

Una cucharadita colmada de salvia se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto y se bebe a sorbos.

AMPOLLAS (en los pies)

Petasita

Para evitar o curar las ampollas en los pies, se coloca en el zapato una hoja recién recogida de petasita.

Llantén menor

Las hojas tiernas de llantén menor que se colocan en el interior del zapato impiden la formación de ampollas en los pies, o bien, secan durante la carrera o la caminata, las ampollas que ya se hubieran formado.

DOLORES DE VEJIGA

Vara de oro

Una cucharadita colmada de vara de oro se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar media hora y se bebe a sorbos, entre tres y cuatro tazas por día.

Agrimonia

Una cucharadita colmada de agrimonia se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto y se bebe a sorbos, tres tazas repartidas a lo largo del día.

Té mixto

Una cucharadita colmada de llantén menor y serpol, mezclados a partes iguales, se introducen en una taza, se les agrega agua caliente, se dejan reposar medio minuto y se bebe a sorbos.

CLOROSIS

Esencia de meo (hinojo ursino)

Se tomarán a diario 10 gotas de esta esencia, que se puede adquirir en cualquier farmacia, rebajándola con un poco de agua.

Ortiga menor

La acción curativa hematopoyética (productora de sangre) de la ortiga menor elimina la clorosis. Una cucharilla colmada de ortiga menor se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, hasta cuatro tazas al día.

Pie de león

Una cucharadita colmada de pie de león se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, repartiendo tres tazas a lo largo del día.

Ácoro

Una cucharilla enrasada de raíces de ácoro se introduce en una taza y se pone en remojo con agua fría durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben seis sorbos a lo largo del día, lo cual corresponde a una taza de infusión. Lo más práctico es guardar la infusión en un termo.

Galio

Una cucharadita colmada de galio por taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbor, entre dos y tres tazas de infusión por día.

ANEMIA

Ortiga menor

En caso de anemia, la ortiga menor es imprescindible, debido a su propiedad curativa hematopoyética (generadora de sangre).

Una cucharadita colmada de ortiga menor se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas por día.

Pie de león

Una cucharadita colmada de pie de león se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos un máximo de tres tazas a lo largo del día.

Agrimonia

Una cucharadita colmada de agrimonia se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tomando dos tazas al día.

Bitter sueco

Con una de las infusiones de hierbas que acabamos de citar, se toma una cucharada de bitter sueco al día. Esta cucharada se agrega a media taza de infusión de té, bebiéndose la mitad de ello antes del desayuno y la otra mitad después del mismo.

HEMATOSIS

Ortiga menor

La ortiga menor, planta medicinal que anteriormente fue infravalorada, tiene virtudes no sólo depurativas, sino también generadoras de sangre. Una cucharadita colmada de ortiga menor se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas al día.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de tres tazas repartidas a lo largo del día.

Celidonia

Una cucharadita rasa de celidonia se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, un máximo de dos tazas al día.

Achicoria

Una cucharadita colmada de achicoria se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

PRESIÓN SANGUÍNEA (elevada)

Almohadilla de licopodio

Una presión sanguínea excesiva puede deberse a una hiperfunción de los riñones. Yo misma he padecido de hipertensión, por lo cual me procuré una almohadilla de licopodio, que me coloqué en la región renal, experimentando alivio. Se llena una funda de almohadilla con una cantidad entre 100 y 300 g de licopodio seco, según la extensión que tenga la parte del cuerpo que debe recibir tratamiento, y uno se tenderá durante la noche sobre esta «almohadilla medicinal». Naturalmente que es todavía más efectiva una almohadilla de licopodio tierno, que se puede colocar de manera preventiva sobre los riñones, para prevenir las alteraciones en la presión sanguínea.

Pan y queso

Una cucharadita colmada de pan y queso se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas por día. El pan y queso es una planta curativa fenomenal, no sólo porque reduce la presión sanguínea elevada, sino que, además, aumenta la presión baja.

Muérdago

Lo mismo se puede decir del muérdago, que es útil tanto en caso de presión sanguínea elevada como baja.

Una cucharadita colmada de muérdago se pone en remojo en un cuarto de litro de agua durante 12 horas, cantidad equivalente a una taza de té. A continuación el extracto frío se calienta ligeramente, se cuele y se bebe a sorbos. Para combatir la presión sanguínea elevada, se beberán tres tazas de infusión de muérdago al día.

Remedio casero

Se impregna una pequeña toalla de rizo con agua fría, que deberá quedar húmeda pero no chorreando, y se coloca sobre el corazón a lo largo de la noche. Por encima, se coloca una lámina de plástico y una toalla seca como aislamiento calorífico.

Otro remedio casero de probada eficacia es el poner los pies en el agua. Se empieza poniendo cada uno de los pies en agua fría 15 veces al día. Después de un cierto tiempo, se eleva esta cantidad hasta 30 veces al día, y luego se reduce otra vez hasta dejarla, de nuevo, en 15 veces. Es decir, 15 veces se colocan los pies en el agua cada día, se aumenta la cantidad lentamente y, después de un cierto tiempo, se vuelve a reducir.

También caminar sobre rocío, caminar sobre césped humedecido por el rocío con los pies descalzos, constituye una estupenda alternativa.

PRESIÓN SANGUÍNEA (baja)

Pan y quesillo

Una cucharadita colmada de pan y quesillo se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Muérdago

Una cucharadita colmada de muérdago se pone en remojo en un cuarto de litro de agua durante 12 horas, lo cual corresponde a una taza de té. A continuación el extracto frío se calienta ligeramente, se cuele y se bebe a sorbos. Para combatir la presión sanguínea baja se beberán 3 tazas de infusión de muérdago por día.

HEMATOMA

Esencia de árnica

En caso de hematoma, se frota la parte afectada con esencia de árnica.

Se arrancan los pétalos del cáliz verde del árnica y con ellos se llena un frasco. Una vez está lleno en sus dos tercios, se le vierte encima aguardiente de trigo, de contenido alcohólico del 38-40 % y se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Una parte de la

esencia así preparada se filtra, mientras la parte restante se deja en contacto con los pétalos por más tiempo. Después del primer vertido en frascos menores, se puede rellenar el frasco grande con alcohol.

La esencia de árnica con un contenido alcohólico del 75 % que se compra en la farmacia, deberá diluirse a la mitad con agua hervida y fría, para prevenir las quemaduras o ampollas en la piel. La esencia de árnica sin diluir puede provocarlas.

Esencia de consuelda

Los hematomas se curan rápidamente si se frotran con esencia de consuelda.

Las raíces de consuelda se lavan con un cepillo, se cortan a trozos pequeños y con ellas se llena un frasco. Se vierte encima de ellas aguardiente de trigo de un contenido alcohólico del 38-40 %, el frasco se guarda por lo menos 2 semanas en lugar caliente. Con la esencia de consuelda así preparada, se frota el hematoma varias veces al día.

Aceite de hipérico

Se llena un frasco con flores y brotes de hipérico recién recolectados y se vierte aceite encima de los mismos, hasta dejarlos cubiertos. El frasco se deja en reposo durante tres semanas en lugar caliente, hasta que el aceite tome color rojizo. Se frotran los hematomas varias veces al día con este aceite curativo.

Esencia de maravilla

Se llena un frasco con flores de maravilla recién recolectadas, sin apretarlas en su interior, se vierte encima de ellas aguardiente de trigo, con un contenido alcohólico de un 38-40 %. Las flores deberán quedar sumergidas debajo del alcohol. Se deja en reposo el frasco por lo menos dos semanas en lugar caliente. La esencia de maravilla obtenida de esta manera, se diluirá hasta la mitad con agua hervida, se empapará un paño con ella y se colocará el paño a guisa de cataplasma sobre el hematoma.

Pomada de maravilla

La pomada de maravilla que se aplicará antes del cataplasma de bitter sueco se prepara de la siguiente forma:

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura, se les agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que espume, se agita vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar

durante la noche. Al día siguiente, la sartén se calienta de nuevo ligeramente, se pasa su contenido a través de un paño limpio, se exprimen las hojas, flores y tallos y la pomada que así se obtiene se recoge en un recipiente que se pueda cerrar.

Apósito de ursina falsa

Se lavan las hojas de ursina falsa recién recolectadas y se aplastan con un rodillo sobre un tabletero. La pasta de hojas se aplica sobre la parte enferma, vendándose con un paño caliente.

Por descontento que también se pueden preparar apósitos con las hojas lavadas enteras.

Cataplasma de bitter sueco

La parte de piel que contiene el hematoma se frota en primer lugar con pomada de maravilla, con el fin de que el alcohol contenido en el bitter sueco no extraiga la grasa de la piel. Se humedece con gotas de bitter sueco una torunda de algodón de tamaño suficiente y se la coloca sobre el hematoma. Como aislamiento calorífico, se recubre el cataplasma con algodón seco, colocando encima una lámina de plástico para proteger la ropa, y se sujeta el cataplasma con un paño caliente. Este apósito de bitter sueco se deja actuar durante 4 horas o bien durante la noche.

Una vez retirado el apósito de bitter sueco, se empolvará la parte de piel sobre el que estuvo aplicado, para prevenir un posible picor.

DEPURACION DE LA SANGRE

Ajo de oso

Se recogen en primavera las hojas tiernas de ajo de oso, se lavan y se trocean pequeñas, comiéndose crudas. Al igual que se hace con el perejil, el ajo de oso se puede agregar a todos los platos, que se decoran o refinan con vegetales tiernos. Las hojas de ajo ursino se pueden preparar también en forma de ensalada o bien hervir como espinacas.

Esencia de ajo de oso

Para tener una reserva de ajo de oso y asegurarse de su virtud curativa a lo largo de todo el año, se prepara la esencia de ajo de oso. Las hojas de ajo de oso se trocean en pequeños pedazos y se introducen en un frasco, si es otoño el frasco se llenará con tubérculos, se les vierte encima aguardiente de trigo de grado alcohólico 38-40 % y se deja en reposo el frasco durante dos semanas por

lo menos, en lugar caliente. De esta esencia de ajo de oso se tomarán de 10 a 15 gotas cuatro veces cada día, rebajándolas con un poco de agua.

Ortiga menor

Una cucharadita colmada de ortiga menor se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión por día, como máximo.

Verónica

La verónica, mezclada a partes iguales con la ortiga menor, produce una infusión de excelentes virtudes depurativas.

Una cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, como máximo 4 tazas de infusión por día.

Diente de león

Las raíces de diente de león recién desenterradas se lavan con un cepillo y se comen crudas, su acción sobre la sangre es depurativa.

Con las raíces desecadas se puede también preparar una infusión. Una cucharadita colmada de raíces de diente de león se ponen en remojo durante 12 horas en una taza con agua fría. Después se calienta, se filtra y se bebe a sorbos, media hora antes y media después del desayuno. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de infusión necesaria.

Maravilla

Una cucharadita colmada de flores de maravilla se coloca en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Salvia

Una cucharadita colmada de salvia se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas repartidas a lo largo del día.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una o dos tazas de infusión al día.

Celidonia

Una cucharadita enrasada de celidonia se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Ortiga muerta

Una cucharadita colmada de ortiga muerta, blanca o amarilla, se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una o dos tazas por día.

Hojas de nogal

Una cucharadita colmada de hojas de nogal troceadas en pedazos muy pequeños se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza de infusión por día.

Achicoria

Una cucharadita colmada de achicoria se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

Esencia de ulmaria

Las flores recién recolectadas de la ulmaria se introducen en un frasco hasta llenarlo, encima se les vierte aguardiente de trigo de graduación 38-40 %. El aguardiente debe cubrir las flores. El frasco se sitúa en lugar caliente y se mantiene allí durante dos semanas, por lo menos. De esta esencia se tomarán diariamente unas 10-15 gotas.

Té mixto

Una infusión primaveral muy recomendable para la depuración de la sangre constará de la siguiente mezcla de plantas medicinales:

15 g de hojas de ortiga menor, 15 g de raíces de diente de león, 50 g de brotes de saúco y 50 g de primavera.

Una cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, repartiendo dos tazas a lo largo del día.

Los paladares sensibles pueden agregar un poco de miel a esta infusión.

Bitter sueco

Se toman 3 cucharaditas de bitter sueco al día, rebajadas con un poco de agua, o bien agregándolas a alguna de las infusiones recién descritas.

HEMOSTASIS (restaño de la sangre)

Pan y quesillo

Una cucharadita colmada de pan y quesillo se introduce en una taza de té, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se bebe a sorbos.

Muérdago

Una cucharadita colmada de muérdago se deja en remojo durante 12 horas en un cuarto de litro de agua, que corresponde a una taza de té. A continuación se calienta ligeramente, se cuele y se bebe a sorbos. La infusión de muérdago tiene efectos hemostáticos sobre todas las hemorragias internas. En caso de hemorragias nasales la infusión de muérdago se aplica fría y con cuentagotas.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se coloca en una taza de té, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos. También la milenrama tiene efectos hemostáticos, incluso en las hemorragias de pulmón o de estómago, o bien en los hemorroides que echan mucha sangre.

Equiseto menor

Una cucharadita colmada de equiseto menor se coloca en una taza de té, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. El efecto hemostático del equiseto menor fue alabado ya por el famoso médico naturalista Kneipp.

CATARRO BRONQUIAL

Consuelda

Dos cucharaditas colmadas de raíces de consuelda troceadas a pedazos pequeños se ponen en remojo durante 12 horas en un cuarto de litro de agua fría (que corresponde a una taza de té), después de lo cual se calienta ligeramente, se filtra y se bebe a sorbos. Por día se beberán de 2 a 4 tazas.

Jugo de fáfara

Las hojas tiernas de fáfara recolectadas en primavera se lavan y se prensan con un aparato de cocina, con el fin de extraer su jugo. Se beberán al día 2 ó 3 cucharaditas de jugo recién exprimido, agregándolas a una taza de caldo de carne, o bien a un vaso de leche caliente.

Jarabe de fáfara

En un recipiente de arcilla o vidrio se coloca una capa de hojas de fáfara recién recolectadas y lavadas, encima de esta capa se coloca una segunda de azúcar bruto, a continuación una tercera de hojas, así sucesivamente hasta llenar el recipiente, se deja que las capas sedimenten y se rellena de nuevo. A continuación se cierra herméticamente el recipiente, mediante varias láminas de conservación de alimentos, enterrando el recipiente en un lugar protegido del jardín. Antes de volver a tapar el agujero con la tierra, se cubrirá el recipiente con un tablero de madera. En el calor homogéneo de la tierra, la mezcla de azúcar y fáfara empieza su fermentación. Después de 8 semanas se desentierra el recipiente, se hierve el jarabe formado y con él se llenan varios frascos. Se tomará una cucharadita por día, o bien se podrá emplear para endulzar una infusión de plantas medicinales.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales verónica, hojas de fáfara, pulmonaria y llantén menor. Una cucharadita colmada de esta mezcla e introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto. Esta infusión es algo amarga, por lo cual se puede endulzar con miel; o bien se agrega azúcar cande al agua de la infusión antes de verterla sobre las hierbas medicinales.

Té mixto

Una taza de agua fría conteniendo una rodajita de limón y una cucharadita de azúcar cande pardo, se calienta hasta el punto de ebullición. A continuación se retira el agua del fogón y se le agrega una cucharadita colmada de una mezcla a partes iguales de llantén menor y serpol. Se deja reposar durante medio minuto, se cuelean y se bebe a sorbos muy caliente. Se pueden tomar de 4 a 5 tazas de esta infusión por día, preparándola siempre inmediatamente antes de la toma.

BRONQUITIS

Fáfara

Una cucharadita colmada de fáfara, que contiene a partes iguales flores y hojas, se introduce en una taza de té, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se bebe a sorbos, una taza repartida a lo largo del día, tan caliente como sea posible. Quien lo desee puede endulzar esta infusión con miel.

Equiseto menor

En caso de bronquitis crónica, se beberá infusión de equiseto menor con regularidad. Una cucharadita colmada de equiseto menor se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas, repartidas a lo largo del día.

Té mixto

Una taza de agua fría conteniendo una rodaja de limón y una cucharadita de azúcar cande pardo se calienta hasta el punto de ebullición. Se retira el agua del fogón y se le agrega una cucharadita colmada de una mezcla, a partes iguales, de llantén menor y serpol. Se deja reposar durante medio minuto, se cuelea y se bebe a sorbos tan caliente como se pueda soportar. Se beberán de 4 a 5 tazas al día de esta infusión, preparándola siempre inmediatamente antes de la toma.

Remedio casero

Se vierte leche en una cacerola hasta que su fondo quede cubierto. Se le añaden 125 g de requesón (tarro) y se calienta todo ello, removiendo con fuerza. Una vez el requesón caliente (sin hervir) se extiende sobre un paño limpio y se aplica durante la noche como cataplasma sobre la caja torácica.

TURGENCIA

Apósito de pan y quesillo

Las madres que dan el pecho se quejan a menudo de su hinchazón. Los vahos de pan y quesillo suponen un alivio.

Dos puñados colmados de pan y quesillo se colocan en el interior de un tamiz que se mantiene suspendido sobre un puchero de agua hirviente.

Con el vapor de agua que asciende las hierbas se calientan. A continuación se vierte el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre los pechos hinchados. Como aislamiento calorífico, se cubre el apósito con un paño suave y caliente.

MASTITIS

Bitter sueco

Se humedece una torunda de algodón con bitter sueco y se aplica, con toques suaves, varias veces al día sobre los pezones, hasta que remita su inflamación.

VENTOSIDADES INTESTINALES

Acoro

Una cucharadita enrasada de raíces de ácoro se deja en remojo durante 12 horas en una taza con agua fría. Seguidamente, el extracto frío se calienta y se cuele. Se bebe esta taza en 6 sorbos repartidos a lo largo del día. Antes de beber la infusión se deberá calentar al baño maría.

TRASTORNOS INTESTINALES

Verónica

Una cucharadita colmada de verónica se coloca en una taza de té, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, por lo menos una taza al día.

Acoro

Una cucharadita enrasada de raíces de ácoro se pone en remojo durante 12 horas en una taza de agua fría. A continuación el extracto se calienta ligeramente y se cuele. Se bebe sólo un sorbo antes y otro después de cada comida. Antes de tomarla, se calentará la infusión al baño maría. No lo olvide: se beberán al día sólo seis sorbos.

Malva enana

Una cucharadita colmada de malva enana se pone en remojo durante 12 horas en una taza de agua fría. A continuación el extracto frío se calienta y se cuele. Se bebe a sorbos, tres tazas por día como máximo. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de infusión que se necesite durante el día, de lo contrario la infusión fría se deberá calentar, cada vez, al baño maría antes de tomarla.

Maravilla

Una cucharadita colmada de maravilla se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de 3 a 4 tazas por día.

Salvia

Una cucharadita colmada de salvia se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se extrae durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Bitter sueco

Junto con alguna de las infusiones recién descritas, se tomarán 3 cucharaditas de bitter sueco al día. Para ello, se agregará una cucharadita de bitter sueco a media taza de infusión, de la cual la mitad se tomará antes y la segunda mitad después de alguna de las tres comidas del día.

ESTREÑIMIENTO

Ácoro

Una cucharadita enrasada de raíz de ácoro se deja en remojo durante 12 horas en una taza de agua fría. A continuación el extracto frío se calienta ligeramente y se filtra. Se bebe antes y después de cada comida, sólo un sorbo de esta infusión. Antes de la toma la taza se calentará cada vez al baño maría.

Bitter sueco

Se tomarán cada día 3 cucharaditas de bitter sueco, rebajadas con un poco de agua, o bien mezcladas con alguna infusión.

DEPRESIÓN

Hipérico

Una cucharadita colmada de hipérico se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Baño de asiento de hipérico

Un cubo de hipérico (se pueden utilizar las hojas, las flores y los tallos) se deja en remojo durante 12 horas en agua fría. A continuación, el extracto frío se calienta hasta ebullición y se vierte

sobre el agua de la bañera. El nivel de agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que vaya a tomar el baño. La duración del mismo será de 20 minutos. Después del baño, la persona que lo haya tomado no se secará, sino que arropada en su albornoz, se tenderá en la cama para sudar durante una hora.

Se recomienda tomar un baño de asiento por semana y en cada uno de los días restantes, un baño de pies con el hipérico.

Baño completo de serpol

Un cubo con capacidad de 6 a 8 litros se llena con serpol tierno, o bien con 200 g de la planta seca, dejándose en remojo durante 12 horas, en agua fría. A continuación, el extracto frío se calienta y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel del agua en la bañera será tal, que no cubra el corazón de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos, a continuación la persona que se ha bañado no se secará sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Achicoria

Una cucharadita colmada de raíz de achicoria se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación, esta agua se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción necesaria para el día.

Baño de asiento de equiseto menor

100 g de equiseto menor seco (para la aplicación externa, lo más idóneo es el equiseto mayor) se dejan en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación se calienta el agua a ebullición y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel del agua será tal, que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. Después del mismo no se deberá uno secar, sino que, envuelto en el albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Té mixto

Una cucharadita colmada de ortiga menor, milenrama y equiseto menor, mezcladas a partes iguales, se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza por la mañana y otra por la noche.

Bitter sueco

A media taza de infusión de hierbas curativas, se le añade una cucharada de bitter sueco, de la mezcla resultante se toma la mitad media hora antes de las comidas y la segunda mitad media hora después, es decir, 3 cucharadas de bitter sueco al día.

TRASTORNOS DE IRRIGACIÓN SANGUÍNEA

Baño completo de consuelda

500 g de hojas de consuelda secas (o bien, un cubo de 5 litros de la planta tierna) se dejan en remojo, en agua fría, durante 12 horas. El líquido obtenido se calienta, se filtra y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos, a continuación la persona no deberá secarse, sino que envuelta en el albornoz, se tenderá en la cama para sudar durante una hora.

Baño de pies con ortiga menor

Un cubo de 5 litros lleno con tallos y hojas de ortiga menor se deja en remojo con agua fría durante 12 horas. A continuación, el líquido resultante se calienta y se agrega al agua empleada para el baño de los pies. Las hierbas no se separarán por filtración, y el baño durará 20 minutos.

Baño completo de ortiga menor

200 g de ortiga menor seca, o bien, un cubo de 5 litros de la misma planta tierna (tallos y hojas) se dejan en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación, el líquido resultante se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel de agua de la bañera debe ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos, después del mismo la persona que se ha bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Lavados con ortiga menor

Un cubo de 5 litros con tallos y hojas de ortiga menor tierna se deja en remojo con agua fría durante 12 horas. Seguidamente, el líquido resultante se calienta. Con este extracto de ortiga menor, se lavan las partes del cuerpo afectadas, por ejemplo, la zona del corazón, en caso de vasoconstricción coronaria, y se masajean ligeramente.

Ungüento de maravilla

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que la grasa y las partes de la planta añadidas produzcan espuma, se remueve vigorosamente y se aparta la sartén del fogón. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente, se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallos se exprimen y el ungüento así obtenido, se guarda dentro de frascos bien cerrados.

Espino albar

Una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales, se les vierte encima aguardiente de trigo, con una graduación del 38-40 %. El frasco se deja en reposo en lugar caliente, por lo menos durante dos semanas. De la esencia así preparada se tomarán entre 4 y 10 gotas diarias.

Aposito de bitter sueco

Se frota la piel de la parte corporal afectada con grasa de cerdo, o bien, con ungüento de maravilla, para impedir que el alcohol del bitter sueco pueda disolver la grasa de la piel. Se humedece con el bitter sueco una torunda de algodón o un pedazo de celulosa suficientemente grande y se coloca encima de la parte afectada. Se fija este aposito con una venda o con un paño, y se deja que actúe entre 2 y 4 horas, según la tolerancia del paciente.

DIARREA

Ajo de oso

El ajo de oso, a parte de su virtud depurativa de la sangre, se caracteriza sobre todo por su regulación de las actividades digestivas, tanto en el estómago como en el intestino.

Durante la primavera, se recogen las hojas verdes y tiernas del ajo de oso, que se comen lavadas y troceadas en pequeños pedazos. Compara-

ble al perejil, el ajo de oso se puede adicionar a todos los platos, que normalmente se decoran con perejil o con cebolleta. Con las hojas del ajo de oso se puede incluso preparar una ensalada o bien cocer como las espinacas.

Esencia de ajo de oso

Para aprovechar la virtud curativa del ajo de oso y disponer de ella a lo largo de todo el año, se debe preparar una esencia del mismo. Con hojas o tubérculos de ajo de oso, cortados muy finos, se llena un frasco hasta el cuello, se vierte encima de las hierbas aguardiente de trigo, de grado alcohólico 38-40 %, se deja el frasco cerrado en lugar caliente durante 2 semanas por lo menos. De la esencia de ajo de oso así preparada, se tomará diariamente 4 porciones de 10 a 15 gotas, diluyéndolas con un poco de agua.

Acoro

Una cucharadita enrasada de raíz de ácoro se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. Seguidamente el extracto se calienta y se filtra. Durante el día se beberá solamente una taza de infusión. Se la toma a sorbos, antes y después de las 3 comidas principales. Antes de tomar cualquier sorbo de la infusión, ésta deberá calentarse al baño maría.

Manzanilla

Una cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Maravilla

Una cucharadita colmada de maravilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, 2 tazas por día.

Salvia

Una cucharadita colmada de salvia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Centinodia

Una cucharadita colmada de centinodia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela

y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Bitter sueco

Según la gravedad de la diarrea, se tomarán 3 cucharaditas o cucharadas al día, rebajándolas con agua caliente o con infusión de hierbas. Se recomienda tomar la porción de bitter sueco media hora antes y después de cada una de las principales comidas.

SUPURACIÓN

Pie de león

Una cucharadita colmada de pie de león se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Apósito de pie de león

En caso de heridas, pinchazos o cortes que curen muy mal y que supuren se recomienda, además de la infusión correspondiente, la colocación de apósitos de la hierba tierna sobre la herida.

4 puñados colmados de la hierba tierna, se lavan y se machacan con rodillo sobre tablero de madera. Esta pasta se extiende sobre la herida y se sujeta mediante un paño. Después de dejarla actuar durante algunas horas, la herida se lavará con agua limpia y se renovará el apósito de pie de león.

INFLAMACIÓN

Manzanilla

Una cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se bebe a sorbos.

Salvia

Una cucharadita colmada de salvia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas a lo largo del día.

Apósito de salvia

En caso de inflamación de las amígdalas, dolores de cuello, supuración de dientes, inflamaciones en la cavidad bucal y en la garganta, recomendamos colocar apósitos calientes preparados con in-

fusión de salvia. Se empapa un paño limpio con la infusión, se enrolla alrededor del cuello y se sujeta con una venda o con un paño apropiado. Además de esto, se recomienda hacer gárgaras varias veces al día con la infusión de salvia.

Pomada de maravilla

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura, y se añade a la grasa caliente un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fogón. La sartén se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente, la sartén se calienta de nuevo ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio, se exprimen las hojas, las flores y los tallos, y el unguento así obtenido se guarda dentro de frascos bien cerrados.

Bitter sueco

En caso de inflamaciones graves con supuración, se tomarán junto con la infusión, una cucharada de bitter sueco, 2 ó 3 veces por día. A un octavo de litro de infusión (que corresponde a media taza) se le agrega una cucharada de bitter sueco. Para que sea más efectiva, esta mezcla se tomará media hora antes y después de las comidas.

Apósito de bitter sueco

La parte inflamada del cuerpo se untará con una gruesa capa de grasa de cerdo o de pomada de maravilla, para evitar que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda extraer la grasa de la piel. Se humedecen con el bitter sueco, o bien una torunda de algodón o bien un pedazo de celulosa suficientemente grande, y se coloca sobre la parte afectada. Se fija el apósito con una venda o bien con un paño, dejándose actuar durante 2 ó 4 horas, según la tolerancia del paciente.

VÓMITO

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla que debe servir de base para la aplicación del apósito de bitter sueco, se preparará de la forma siguiente:

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura, se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fogón. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve

a calentar la sartén, aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio, se exprimen la hojas, flores y tallos y el unguento así obtenido se guarda en frascos bien cerrados.

Bitter sueco

Se tomarán a diario 3 cucharaditas de bitter sueco, ya sea con infusión de hierbas o ya sea rebajado con agua. Para ello se tomará media taza de infusión y se le añadirá una cucharadita de bitter sueco, de la mezcla así formada se toma la mitad media hora antes de la comida y la segunda mitad media hora después de la misma.

Apósito de bitter sueco

Se unta la piel de la región gástrica con una buena capa de unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. Se humedece una torunda de algodón o bien un fragmento de celulosa suficientemente grandes con bitter sueco, y se coloca sobre la región abdominal afectada. Se fija el apósito con una venda o con un paño y se lo deja actuar durante un período de 2 a 4 horas, según la tolerancia del paciente.

CONGELACIONES

Baño de ácoro

En caso de congelaciones, sabañones, manos y pies fríos, son de utilidad los baños con raíz de ácoro. Se toman 100 g de raíz de ácoro y se ponen en remojo en 2,5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se bañan en él las manos, los pies o las partes del cuerpo afectadas por el frío. Este baño durará 20 minutos.

Ungüento de bayas de muérdago

Las bayas de muérdago, recolectadas desde principios de octubre hasta finales de diciembre, se remueven dentro de un frasco de porcelana con un poco de grasa de cerdo pura, hasta obtener un unguento, que se extenderá por la noche sobre la parte congelada.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla que debe ponerse sobre la piel antes de colocarse el apósito de bitter sueco, se preparará de la forma siguiente:

En una sartén se calientan unos 250 g de grasa de cerdo pura, se les agrega un puñado colmado

de maravilla (hojas flores y tallo). Se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta la sartén de nuevo, aunque sea ligeramente, y se pasa su contenido a través de un paño limpio, prensando las hojas, flores y tallo, el unguento así obtenido se recoge dentro de frascos bien cerrados.

Nogal

2 cucharaditas colmadas de hojas de nogal, troceadas finamente, se colocan en medio litro de agua muy caliente, se deja reposar, se filtra y con el extracto caliente, se lavan o bañan las partes congeladas.

Apósito de bitter sueco

Los sabañones en las manos y en los pies se tratan con apósitos de bitter sueco. Las partes de piel afectadas se frotan previamente con una gruesa capa de grasa de cerdo o con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda extraer la grasa de la piel. Se humedece con bitter sueco una torunda de algodón o un fragmento de celulosa suficientemente grandes y se colocan sobre la herida. El apósito se fija con una venda o con un paño. Este apósito se cambiará a lo largo del día varias veces. En cualquier caso, las manos y los pies deberán recibir el tratamiento del apósito de bitter sueco durante la noche.

RESFRIADO

Ortiga menor

La polifacética ortiga menor refuerza las defensas del cuerpo y es un antídoto de probada eficacia contra el posible contagio de los resfriados. Una cucharadita colmada de ortiga menor se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja extraer durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. Se pueden beber sin ningún problema un máximo de 2 litros de infusión de ortiga menor por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción necesaria para el día que se necesite.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, varias tazas al día, tomándolas tan calientes como se pueda aguantar.

Ulmaria

Una cucharadita colmada de flores de ulmaria, troceadas finamente, se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Bitter sueco

En caso de resfriado fuerte, se hará gotear el bitter sueco sobre una cuchara y se respirarán las gotas con la boca abierta.

Junto con la infusión de milenrama se tomarán al día 3 cucharaditas de bitter sueco. Para ello, se verterá una cucharadita de bitter sueco en media taza de la infusión, y se tomará la mitad de esta mezcla media hora antes de la comida y media hora después.

Remedio casero

Se harán baños de pies de 10 a 15 minutos de duración con agua muy caliente. El agua debe ser tan caliente como se pueda resistir, renovándose constantemente.

AGOTAMIENTO

Cura de ortiga menor

Los estados de cansancio y agotamiento son síntoma de vejez, provocados por la carencia de hierro en el cuerpo. Una buena ayuda la proporciona la ortiga menor tierna, que contiene hierro. Una cura de 4 semanas de infusiones en la primavera y otra en otoño proporcionarán la adecuada capacidad de trabajo.

Un puñado de hojas y tallos de ortiga menor se coloca en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtran y se beben a sorbos.

Por la mañana, media hora antes del desayuno se beberá una taza de esta infusión a sorbos. Otras dos tazas se repartirán a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción necesaria para el día. La infusión se beberá sin azúcar, pero los paladares delicados podrán mejorar su gusto añadiéndole algo de manzanilla o de menta.

EXTENUACIÓN

Ortiga menor

Los estados de extenuación, al igual que los de agotamiento y bajón en el propio rendimiento, son a menudo el síntoma de una carencia de hierro en el organismo. La ortiga menor tierna, que contiene este elemento, promete una mejora sustancial. Una cura de infusiones de cuatro semanas de duración en la primavera y otra en el otoño proporcionarán una rápida recuperación de los ánimos.

Un puñado de hojas y tallos tiernos de ortiga menor se depositan en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtran y se beben a sorbos.

Cada día, media hora antes del desayuno, empezará la cura tomando una taza de infusión de ortiga menor. La infusión se beberá a sorbos. Otras dos tazas de té de ortiga menor tierna se repartirán a lo largo del día y se beberán a sorbos. Lo más práctico es llenar un termo con la porción necesaria para el día.

Baño completo de manzanilla

Para un baño se necesitan 4 puñados de flores de manzanilla, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar y se filtran, vertiéndose sobre el agua de la bañera. El nivel de agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. Después del mismo, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

OBESIDAD

Pie de león

En lugares de montaña, por encima de los 1 000 metros, crece una variedad de pie de león que presenta un envés de las hojas plateado y brillante, siendo su nombre el de dríada octopétala. Con sus hojas se prepara una infusión que puede ser eficaz para combatir la obesidad y la adiposidad.

Una cucharadita colmada de dríada octopétala se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Achicoria

Una cucharadita colmada de achicoria (flores y tallo) se deposita en una taza, se le agrega agua

muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Espino albar

Una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, por lo menos 4 tazas de infusión al día.

Esencia de espino albar

Con flores y bayas recién recolectadas, y a partes iguales, se llena un frasco, se le vierte encima aguardiente de trigo de contenido alcohólico del 38-40 %. El frasco se dejará en reposo en lugar caliente por lo menos durante 2 semanas. De la esencia así preparada, se tomarán a diario entre 4 y 10 gotas.

QUEMADURA

Jugo de siempreviva mayor

Se cortan las hojas de la siempreviva mayor en su longitud y se unta la quemadura con el jugo que desprende.

Ungüento de galio

El unguento de galio es también un antídoto excelente contra las quemaduras.

Se calienta en una sartén 500 g de grasa de cerdo pura y se les agrega 4 puñados colmados de galio. Se deja que espume por breve tiempo, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja que enfríe durante la noche. Al día siguiente, la sartén se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, hasta que la grasa se haga suficientemente líquida para poder pasar a través de un paño limpio. La parte de la planta que quede retenida en el paño se exprime y el unguento así obtenido, se vierte en frascos que puedan cerrarse. Este unguento deberá guardarse en el frigorífico.

Lavado con galio

Con el extracto de galio se realizan lavados. 2 cucharaditas colmadas de galio se colocan en un recipiente de medio litro, se les agrega agua muy caliente hasta llenar el recipiente, se deja reposar, se cuele y con el extracto se lava diariamente la parte de piel afectada.

Jugo de maravilla

En un exprimidor se preparará el jugo a partir de tallos tiernos de maravilla, con este jugo se frotrará suavemente la herida varias veces al día.

Esencia de cedro

Con hojas de cedro (también llamado árbol de la vida) lavadas y troceadas finamente, se llena un frasco, se le vierte encima aguardiente de trigo de graduación entre 38 y 40 % (el aguardiente debe cubrir las hojas) y el frasco cerrado se deja en reposo en lugar caliente, por lo menos durante dos semanas. Con esta esencia se humedece la quemadura varias veces al día.

FIEBRE

Pie de león

Una cucharadita colmada de pie de león se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Fárfara

Una cucharadita enrasada de raíces de fárfara se pone en remojo dentro de una taza con agua fría, durante 12 horas. El extracto frío se calienta a continuación y se bebe a sorbos. Según la gravedad de la fiebre, se beberán un máximo de 2 tazas a lo largo del día.

Manzanilla

Una cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. Según la gravedad de la fiebre, se pueden beber de 2 a 3 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Bitter sueco

Junto con una de las infusiones recién citadas, se pueden tomar al día de 1 a 3 cucharadas de bitter sueco, según la gravedad de la fiebre, haciéndolo de la manera siguiente: se agrega la cucharada de bitter sueco a media taza de infusión, de la mezcla resultante se toma la mitad media hora antes y después de las comidas.

Remedio casero

Con agua a la que se ha agregado un poco de vinagre se empapan los calcetines y se ponen húmedos en los pies durante la noche, o bien se empapan con esta agua paños que se enrollarán alrededor de las pantorrillas.

PIE (ulcerado)

Fárfara

2 puñados de hojas tiernas de fárfara se dejan reposar con agua muy caliente durante 2 minutos y se añaden al agua del baño de los pies, cuya duración será de 20 minutos.

Malva enana

Dos puñados de hojas de malva enana tierna se ponen en remojo en 5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se vierte sobre el agua que se va a utilizar para bañar los pies. El baño durará 20 minutos.

PIES FRÍOS

Baño de pies con ácoro

Unos 100 gramos de raíces de ácoro se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación este agua se calienta, se deja reposar durante 5 minutos, se cuele y se vierte sobre el agua caliente preparada para el baño de pies. La duración del baño será de 20 minutos.

PIES DESPEADOS (maltratados por mucho caminar)

Apósito de petasita

Se lavan las hojas tiernas de la petasita, se machacan con un rodillo sobre un tablero de madera y la pasta de hierbas así obtenida se coloca sobre los pies despeados. Para conseguir una curación rápida se deberá cambiar el apósito de petasita varias veces al día.

Apósito de llantén menor

Se lavan las hojas tiernas de llantén menor o mayor, se machacan con un rodillo sobre un tablero de madera y la pasta así obtenida se coloca sobre los pies despeados. Una renovación repetida del

apósito de llantén menor durante el día acelera el proceso de curación.

MICOSIS DEL PIE

Ungüento de maravilla

Las partes del pie atacadas de micosis se frotarán diariamente con unguento de maravilla. Este unguento se prepara con la planta medicinal y grasa de cerdo.

Cuatro puñados de hojas, tallos y flores tiernos se cortan finamente.

En una sartén se calientan 500 gramos de grasa de cerdo de la buena, se le agregan las partes de la planta troceadas finamente y se deja que espume una vez. Se remueven vigorosamente la grasa y las hierbas y se retira la sartén del fogón. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante un día. A continuación se calienta ligeramente, se filtra a través de un paño limpio y se guarda en recipientes pequeños con cierre de rosca.

Lavado de maravilla

Una cucharada colmada de maravilla (hojas, tallos y flores) se coloca en un recipiente de 1/2 litro, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se filtra el extracto, con el cual se lavarán los pies atacados de micosis.

SUDOR DE PIES

Baños de pies con hoja de nogal

Cuatro cucharaditas colmadas de hojas de nogal troceadas finamente se depositan en un recipiente de 1 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar y se cuele, vertiéndose a continuación sobre el agua que se va a utilizar para el baño de pies. La duración del baño será de 20 minutos.

Equiseto menor

Para apoyar este tratamiento se beberá a diario una taza de infusión de equiseto menor media hora antes del desayuno. Una cucharadita colmada de equiseto menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos.

Esencia de equiseto menor

La esencia de equiseto menor es un antídoto de probada eficacia contra el sudor de pies. A 10 gra-

mos de equiseto menor tierno se le agregan 50 gramos de aguardiente de trigo auténtico (del 38-40 % de alcohol). Esta mezcla se guardará por lo menos durante dos semanas en un frasco oscuro y cerrado, en lugar caliente, agitándose una vez cada día. Después de lavar los pies a fondo y secarlos concienzudamente se frotarán con esta esencia.

Baños de pies de equiseto menor

En lugar de frotar con esencia de equiseto menor se puede recurrir también a un baño diario de pies con esta misma planta. 100 gramos de equiseto menor se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto frío se utilizará para el baño. La duración de este último será de 20 minutos.

TRASTORNOS BILIARES

Bitter sueco

Con el bitter sueco se pueden atajar con éxito los trastornos biliares, que a menudo son una consecuencia de la comida excesivamente grasa y de difícil digestión. Se tomarán a diario dos cucharadas de bitter sueco una por la mañana y otra por la noche, diluyéndolas con algo de agua o de infusión de hierbas.

Apósito de bitter sueco

En caso de dolores agudos se coloca un apósito de bitter sueco durante la noche. Previamente se untará la parte principal con grasa de cerdo o con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco reseque la grasa de la piel. Se humedecen con bitter sueco una torunda de algodón o un fragmento de celulosa de extensión apropiada y se colocan sobre la parte dolorida. El apósito se fija con una venda o con un paño.

AMNESIA

Verónica

Una cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza antes de acostarse.

Espino albar

Una cucharada colmada de espino albar (hojas, flores y bayas, a partes iguales) se deposita en una

taza y se pone en remojo con agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se cuele. Se beberán dos tazas de infusión al día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas de espino albar recién recolectadas y a partes iguales, y se vierte aguardiente de trigo, de graduación 38-40 % en alcohol. Se deja en reposo el frasco por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De la esencia así obtenida se toman a diario entre cuatro y diez gotas.

Té mixto

Una cucharadita colmada de verónica y equiseto menor, a partes iguales, se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

FALTA DE MEMORIA (mnemestenia)

Esencia de ajo de oso

Para reactivar la memoria se tomarán diariamente entre 10 y 12 gotas de esencia de ajo de oso, rebajándolas con un poco de agua.

Se llena un frasco con hojas o tubérculos de ajo de oso cortados finamente, se les vierte encima aguardiente de trigo, de 38-40 % de alcohol. Este frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente.

Verónica

Una cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos una taza antes de acostarse.

Bitter sueco

Para reactivar la memoria se humedece varias veces la vértebra alta (la que soporta directamente la cabeza) con bitter sueco.

DEFECTO DE OÍDO

Esencia de hierba de san Roberto

Se llena un frasco con flores, hojas y tallos de la hierba de san Roberto bien lavados y cortados finamente, se vierte a continuación aguardiente de

trigo de contenido alcohólico entre 38-40 %, el frasco cerrado se deja en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Con esta esencia se humedece un dedo y se frota el conducto auditivo.

Té mixto

Cuando el dolor de oído se debe a un resfriado entonces recomendamos lavarlo con una infusión preparada con una mezcla, a partes iguales, de hiedra terrestre, salvia y milenrama (una cucharada colmada por taza), se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se cuele.

Bitter sueco

Ya en el antiguo manuscrito del médico sueco doctor Samst se puede leer que las plantas medicinales pueden retornar incluso la audición perdida. Se colocan sobre el dedo índice unas gotas del bitter sueco y con ellas se humedece el conducto auditivo. Otra alternativa consiste en humedecer una torunda de algodón con bitter sueco y colocarla en la entrada del conducto auditivo. Antes de esta aplicación se introducirán gotas de aceite de serpol caliente en el oído. Para calentar este aceite lo más sencillo es: se sumerge una cucharilla en agua muy caliente y a continuación se depositan las gotas de aceite sobre esta cucharilla caliente.

ALERGIA FACIAL

Lavado con malva enana

Cuatro cucharaditas colmadas de malva enana se ponen en remojo en 1 litro de agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto se calienta y se cuele. Con este extracto templado de malva enana se lava la cara repetidamente.

MANCHAS FACIALES

Jugo de siempreviva mayor

Las hojas de siempreviva mayor se cortan a lo largo, y con el jugo que desprenden se frotan las manchas faciales.

Ungüento de galio

El ungüento de galio es también un excelente remedio para las manchas faciales.

En una sartén se calientan 500 gramos de grasa de cerdo pura y se les agregan cuatro puñados col-

mados de galio. Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente la sartén se calienta de nuevo hasta que la grasa sea suficientemente líquida como para pasar a través de un lienzo limpio.

Las partes de la planta retenidas en el lienzo se exprimen fuertemente y el ungüento así preparado se guarda en frasco que se puedan cerrar. Este ungüento deberá guardarse en el frigorífico.

Lavado con galio

Se efectúan lavados con extracto de galio. Dos cucharaditas colmadas de galio se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con este extracto se lava la parte de piel afectada, una vez al día.

Jugo de maravilla

Con una exprimidor apropiado se extrae el jugo de los tallos tiernos de la maravilla, y con este jugo se untan las manchas faciales varias veces al día.

Esencia de cedro

Se llena un frasco con hojas de cedro (también llamado árbol de la vida) bien lavadas y troceadas finamente, se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo de contenido alcohólico 38-40 % (el aguardiente debe cubrir las hojas por completo) y el frasco cerrado se deja en reposo, en lugar caliente, por lo menos durante dos semanas.

Con esta esencia se humedecerán las manchas faciales varias veces al día.

ARENILLA FACIAL

Lavado con galio

Dos cucharaditas colmadas de galio se depositan en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con este extracto, tan caliente como se pueda resistir, se lava la cara. A continuación se enjuaga con agua caliente pero agradable.

VELLO FACIAL

En este caso recomiendo la misma receta de plantas medicinales que la indicada bajo el nombre vello.

CUIDADO DEL CUTIS FACIAL

Aceite de hipérico

Cuanto el cutis facial es áspero es bueno darle un tratamiento de aceite de hipérico. Con las hojas doradas del hipérico se llena un frasco sin apretar y se vierte luego aceite hasta que cubra las hojas en su totalidad. El frasco se dejará en reposo en lugar caliente por lo menos durante tres semanas, hasta que el aceite tome coloración rojiza. Se filtra el contenido del frasco a través de un lienzo limpio, se exprimen las flores retenidas en el lienzo y con el jugo se rellenan de aceite de hipérico, frascos pequeños de vidrio oscuro.

Con este aceite se frotará a diario la cara que pronto perderá su cutis áspero.

Lavado con galio

El cutis marchito se volverá tenso mediante la aplicación externa de una infusión de galio.

Una cucharadita colmada de galio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con este extracto se lavará la cara varias veces al día.

ARTRITIS

Licopodio

Una cucharadita rasa de licopodio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una sola taza al día, por la mañana, con el estómago vacío.

Baño completo de consuelda

200 gramos de hojas de consuelda se ponen en remojo en 5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto se calienta y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel del agua en la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos; a continuación la persona no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Baño completo de ortiga menor

200 gramos de ortiga menor se depositan en un recipiente de 5 litros, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se filtra, agregándose al agua de la bañera. El nivel del agua en la bañera deberá ser tal que el cora-

zón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona no deberá secarse, sino que envuelta en su albornoz, deberá tenderse en la cama y sudar durante 1 hora.

Esencia de verónica

Dos puñados colmados de verónica en flor se trocean finamente, se introducen en un frasco y se llena con 1 litro de aguardiente de trigo de graduación 38-40 % de alcohol. El frasco cerrado se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Con la esencia así obtenida se frotan las partes del cuerpo aquejadas de artritis. Además se tomarán tres veces al día 15 gotas de esencia de verónica rebajada con un poco de agua o infusión.

Apósito de hojas de helécho

Hojas tiernas de helécho, una vez separadas del tallo principal, se colocan sobre una toalla y con ella se envuelve la parte afectada durante la noche.

Acoro

Una cucharadita enrasada de raíces de ácoro se pone en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación se calienta el extracto ligeramente, se filtra y se bebe un sorbo del mismo antes y después de cada comida.

Como una taza que debe durar todo el día se enfriará rápidamente, se recomienda calentar la infusión, antes de tomar cada sorbo, al baño maría.

Diente de león

Debido a su virtud depurativa de la sangre el diente de león es un antídoto eficaz en la lucha contra la artritis. Se recogen tallos de diente de león durante la época de floración, se lavan y se comen crudos, hasta un tope de diez piezas diarias.

Maíz

Una cucharadita colmada de barba o cabellera de maíz se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se toma una cucharada de esta infusión cada dos o tres horas.

Petasita

Una cucharadita enrasada de raíces de petasita se coloca en una taza con agua fría dejándose en remojo durante 12 horas. A continuación este líquido se calienta, se cuele y se bebe a sorbos, como máximo dos tazas al día.

Primavera

Una cucharadita colmada de primavera (se utilizan solamente las umbelas más altas de la flor) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día.

Ulmaria

Una cucharadita colmada de flores de ulmaria troceadas finamente se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Equiseto menor

Como medida preventiva contra el reuma, dolores artríticos y nerviosos se recomienda consumir a diario una taza de infusión de equiseto menor. Una cucharadita colmada de equiseto menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Bitter sueco

Con alguna de las infusiones que acabamos de indicar se tomará tres veces al día una cucharadita de bitter sueco.

DOLORES ARTRÍTICOS

Aceite de manzanilla

Los dolores artríticos se tratan con aceite de manzanilla. Se llena un frasco con flores tiernas de manzanilla, se vierte aceite hasta cubrirlas y se deja el frasco en reposo durante tres semanas en un lugar caliente. Con el aceite de manzanilla se frotan los miembros enfermos con asiduidad.

DOLORES REUMÁTICOS

Verónica

Una cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Almohadilla de castañas

Se quitan la cascara de color pardo a las castañas de Indias tiernas, sus núcleos blancos se trocean

en una picadora, con este material se llena una funda de almohada, se cose y se coloca sobre la parte dolorida.

GRIPE

Ulmaria

Una cucharadita colmada de flores de ulmaria troceadas finamente se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Té mixto

Cuando, con el frío y húmedo tiempo otoñal, la época gripal llama a nuestra puerta es conveniente protegerse del contagio mediante la siguiente infusión de hierbas: se mezclan 10 gramos de flores de saúco, 5 gramos de fáfara, 5 gramos de manzanilla, 5 gramos de flores de tilo, 10 gramos de raíces de diente de león picadas finamente, 5 gramos de hojas de fresa silvestre y 15 gramos de ulmaria. Una cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, debido a las raíces de diente de león se deja reposar durante cinco minutos, se filtra y se bebe a sorbos. Se beberán tres tazas al día. La primera media taza se bebe por la mañana antes del desayuno, la segunda media taza, media hora después del desayuno. La infusión restante se guarda caliente dentro de un termo y se bebe repartida a lo largo del día.

Bitter sueco

Junto con el té que acabamos de indicar se beberá también como medida preventiva una cucharadita diaria de bitter sueco.

Remedio casero

Con agua muy caliente se hacen baños de pies de duración entre 10 y 15 minutos. El agua deberá ser tan caliente como se pueda resistir, renovándose constantemente.

CAÍDA DEL PELO

Nogal

Dos cucharaditas colmadas de nogal troceadas finamente se depositan en una taza, se les agrega

agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y con este extracto se masajea el cuero cabelludo.

Achicoria

En caso de caerse los pelos de las cejas o de las pestañas, puede ser un remedio el jugo recién extraído de la achicoria.

Se toma un fragmento del tallo con pecíolos, se mastica con los dientes y el jugo se extiende sobre las cejas o las pestañas.

CUIDADO DEL PELO

Lavado con manzanilla

El cuidado del cabello con extracto de manzanilla hace que éste se vuelva ligero, aromático y brillante. Un puñado de flores de manzanilla se deposita en un recipiente de 1 litro, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y con el extracto se lava el pelo. Una vez lavado no se enjuaga.

CRECIMIENTO CAPILAR

Lavado con ortiga menor

El crecimiento del cabello viene favorecido por la ortiga menor, planta curativa despreciada en múltiples ocasiones. Para lavar el pelo se utiliza el extracto de ortiga menor tierna. Diez puñados de ortiga menor se depositan en una marmita de 5 litros, se les añade agua fría y se calienta lentamente. Se deja reposar durante cinco minutos, se filtra y con este extracto se lava el pelo. Para fortalecer y vigorizar el crecimiento capilar es también adecuado un extracto de raíces de ortiga menor. Dos puñados colmados de raíces se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el agua se calienta, se deja reposar durante 10 minutos, se cuelean las raíces y con el líquido se lava el cabello.

Esencia de ortiga menor

A parte de lavar el pelo se debería masajear el cuero cabelludo diariamente con esencia de ortiga menor. Se lavan las raíces arrancadas en primavera o en otoño, se trocean finamente, con ellas se llena un frasco y seguidamente se vierte en dicho frasco aguardiente de trigo de un contenido alcohólico de 38-40 %. Se deja en reposo el frasco por lo menos durante dos semanas en un lugar caliente. Con la esencia así obtenida se frota

diariamente el cuero cabelludo, lo cual conferirá al pelo un hermoso brillo.

Cura capilar

En un recipiente de 5 litros se deposita un puñado de cada una de las siguientes plantas: ortiga menor, hojas de abedul, hojas de saúco, hojas de nogal, tallos de celidonia. Se llena con agua fría y se calienta hasta poco antes de la ebullición. Se deja reposar durante algunos minutos, se filtra y con la mitad del extracto se lava el pelo con jabón duro y luego se enjuaga con agua limpia. Con el restante extracto se lava el pelo por segunda vez, se deja actuar durante algunos minutos sobre el pelo y el cuero cabelludo y a continuación se seca el cabello, sin enjuagar la solución de hierbas medicinales.

Lavado con raíz de lampazo

100 gramos de raíz de lampazo se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta lentamente y se filtra. Con la mitad de este extracto se lava el pelo junto con jabón duro. Con la segunda mitad del extracto se enjuaga la espuma que quedó en el pelo. No se deberá enjuagar el extracto de estas hierbas medicinales.

INFLAMACION DE LA GARGANTA (anginas)

Galio

Una cucharadita colmada de galio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión caliente se hacen gárgaras varias veces al día.

Agrimonia

Una cucharadita colmada de agrimonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se hacen gárgaras con esta infusión dos veces al día, por la mañana y por la noche.

Bitter sueco

Se rebaja una cucharadita de bitter sueco con media taza de infusión de hierba y de esta mezcla se toma la mitad media hora antes y después de las comidas, es decir tres cucharaditas de bitter sueco por día.

DOLORES DE GARGANTA

Agrimonia

Una cucharadita colmada de agrimonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con este extracto se hacen gárgaras dos veces al día.

Salvia

Una cucharadita colmada de salvia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión se hacen gárgaras por la mañana y por la noche.

Aparte de las gárgaras se puede coger una torunda de algodón de extensión apropiada, se empa en la infusión, se exprime y humedecida se coloca sobre la región del cuello donde se sienten los dolores.

Nogal

Una cucharadita colmada de hojas de nogal cortadas finamente se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con este extracto se hacen gárgaras por la mañana y por la noche.

HEMORROIDES

Licopodio

Una cucharadita enrasada de licopodio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una sola taza al día por la mañana, con el estómago vacío.

Pan y queso

Una cucharadita colmada de pan y queso se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra. Con esta infusión templada se hacen lavativas o lavados.

Baño de asiento con pan y queso

Para un baño de asiento se necesitan unos 100 gramos de hierba seca, se les agregará agua muy caliente, se deja reposar durante 5 minutos, se filtra y se agrega al agua que se empleará al baño de asiento. El nivel del agua en la bañera deberá cubrir los riñones de la persona, la duración del

baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Manzanilla

La manzanilla favorece la evacuación del vientre, sin tener los defectos de los laxantes, por lo cual constituye una ayuda indirecta en el tratamiento de los hemorroides. Una cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza al día antes del desayuno.

Ungüento de manzanilla

Para el tratamiento exterior de las hemorroides el ungüento de manzanilla ha dado buenos resultados.

Se calientan en una sartén 250 gramos de grasa de cerdo pura, se les agrega un puñado de flores tiernas de manzanilla, se deja que espume, se remueve vigorosamente, se retira la sartén del fuego y se deja enfriar tapándola previamente, a lo largo de la noche. Al día siguiente se calienta la sartén de nuevo, lo suficiente para que la grasa fundida pase a través de un paño limpio, guardándose en un recipiente de cierre con rosca. No deberá olvidarse exprimir las flores retenidas en el paño.

Milenrama

En el caso de hemorroides muy sanguinolentas, la infusión de milenrama puede suponer una rápida ayuda. Una cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza por la mañana y otra por la noche.

Ungüento de milenrama

En una sartén se calientan 180 g de grasa de cerdo pura, se les agrega 30 g de flores de milenrama cortadas finamente, y 30 g de hojas de frambuesa cortadas de igual manera. Se deja que lo contenido en la sartén forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente la sartén se calienta de nuevo hasta que la grasa sea suficientemente líquida como para pasar a través de un lienzo limpio. Las hierbas que quedan retenidas en el lienzo se exprimirán fuertemente y el ungüento así obtenido se recogerá en recipientes que se puedan cerrar. Con este un-

güento se tratan los hemorroides exteriormente. El ungüento de milenrama se deberá conservar en el frigorífico.

Celidonia

Una cucharadita enrasada de celidonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, un máximo de dos tazas por día.

Jugo de celidonia

En un exprimidor adecuado se exprimen las hojas, flores y tallos de la celidonia tierna, recién recolectada. Se beberá una cucharadita diaria de jugo de celidonia recién exprimido y rebajado con una taza de agua.

Equiseto menor

Las virtudes hemostáticas (restañantes) del equiseto menor prometen una rápida ayuda en el caso de hemorroides sanguinolentos. Según la gravedad de la hemorragia se depositan de dos a tres cucharaditas colmadas de equiseto menor en una taza, se agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos de dos a tres tazas por día.

Bitter sueco

Se impregna una torunda de algodón de extensión apropiada con bitter sueco y se coloca durante la noche sobre el ano.

Antes de acostarse se tomará una cucharadita de bitter sueco, rebajada con agua templada o con infusión de hierbas.

MANO (tumefacta)

Malva enana

Dos puñados colmados de malva enana se dejan en remojo en 5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación se calienta el líquido y se baña la mano en su interior durante 20 minutos.

PIEL (impura)

Ajo de oso

Gracias a sus virtudes depurativas de la sangre el ajo de oso promete una rápida ayuda sobre todo en el caso de piel impura crónica. En primavera

se recolectan las hojas tiernas de ajo de oso, se lavan y se comen después de haberlas troceado finamente. Al igual que el perejil se pueden adornar con ajo de oso todos los platos, que normalmente se refinan o decoran con perejil o con cebollino. Con las hojas de ajo de oso se puede preparar también una ensalada o bien hervir como las espinacas.

Esencia de ajo de oso

Para poder disponer a lo largo del año de la virtud curativa del ajo de oso se prepara su esencia. Se llena un frasco con hojas o tubérculos troceados finamente, se vierte encima aguardiente de trigo de graduación 38-40 % en alcohol, y se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. De esta esencia se harán cuatro tomas al día, de 14 a 15 gotas cada una, diluyéndolas con un poco de agua.

Achicoria

Una cucharadita colmada de achicoria, se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

ERUPCIÓN CUTÁNEA

Lavado con manzanilla

Un puñado de flores de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y con este líquido se lava la cara a diario.

Aleluya

Una cucharada colmada de hojas de aleluya tiernas se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Ortiga muerta

Una cucharadita colmada de ortiga muerta amarilla o blanca se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, una taza al mediodía.

Lavado con equiseto menor

Cuatro cucharaditas colmadas de equiseto menor se depositan en un recipiente de 1 litro, se llena

con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y el extracto de equiseto menor se emplea para lavar la cara o la parte de piel afectada.

También son apropiados aquellos apósitos o vendajes que, después de poner en remojo un paño dentro de la infusión de equiseto menor, se aplican calientes sobre la parte de piel afectada.

MANCHAS EN LA PIEL

Ortiga menor

Una cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas repartidas a lo largo del día.

Jugo de siempreviva mayor

Las hojas de siempreviva mayor se cortan a lo largo y con el jugo que desprenden se frotan las manchas de la piel.

Ungüento de galio

También el ungüento de galio es un excelente remedio para las manchas de la piel.

En una sartén se calientan 500 g de grasa de cerdo pura y se les añaden cuatro puñados colmados de galio. Se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo hasta que la grasa sea suficientemente líquida como para pasar a través de un lienzo limpio. Las hierbas retenidas en el lienzo se exprimrán vigorosamente y el ungüento así preparado se recogerá en recipientes que se puedan cerrar. Este ungüento deberá conservarse en el frigorífico.

Lavado con galio

Con el extracto de galio se efectúan lavados. Dos cucharaditas colmadas de galio se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con esa infusión se lava a diario la parte de piel afectada.

Jugo de maravilla

En un exprimidor apropiado se exprimen los tallos tiernos de maravilla, con el jugo obtenido se frotan varias veces al día las manchas de la piel.

Esencia de cedro

Se llena un frasco con hojas de cedro (también llamado árbol de la vida), que previamente se lavaron y trocearon finamente, se vierte encima e ellas aguardiente de trigo (de grado alcohólico 38-40 %), el aguardiente debe cubrir las hojas por completo, y se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas, en lugar caliente. Con esta esencia se humedecerán las manchas cutáneas varias veces al día.

RONQUERA

Fárfara

Una cucharadita colmada de hojas y flores de fárfara se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra, se les agrega un poco de miel y se beben a sorbos varias tazas al día, estando el líquido tan caliente como se pueda beber.

Malva enana

Una cucharadita colmada de malva enana se deposita en una taza, y se deja en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación se calienta ligeramente. En caso de ronquera fuerte se beberán tres por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción necesaria para el día.

Galio

Una cucharadita colmada de galio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión se hacen gárgaras varias veces al día.

Llantén menor

Una cucharadita colmada de hojas de llantén menor se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de dos a cuatro tazas por día.

FIEBRE DEL HENO

Ortiga menor

Una cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas por día.

Bitter sueco

Se beberán al día tres cucharaditas de bitter sueco, rebajadas cada una de ellas con media taza de infusión de ortiga menor, se beberán a sorbos, tomando la mitad de cada porción antes de las comidas y la segunda mitad después de las mismas.

CIÁTICA

Ortiga menor

Con ortiga menor recién recolectada se frotan con mucho cuidado y suavidad, de abajo arriba, por cuatro veces, las partes doloridas. A continuación la piel que ha tomado coloración rojiza se empolva. A los pocos días se notará una mejora.

Aceite de hipérico

El aceite de hipérico es conocido como antídoto eficaz contra la ciática, el lumbago y el reumatismo, y no debería faltar en ningún botiquín casero. Se llena un frasco con flores y brotes de hipérico y se vierte aceite encima, que deberá cubrir el contenido por completo. El frasco se guarda durante tres semanas en lugar caliente. Con el tiempo el aceite toma coloración roja. Con este aceite se frotan las partes del cuerpo afectadas de ciática.

Agrimonia

Una cucharadita colmada de hojas de agrimonia se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Ulmaria

Una cucharadita colmada de flores de ulmaria troceadas finamente se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

PICADURA DE AVISPÓN

En este caso recomiendo la misma receta de plantas medicinales que la indicada en el apartado picadura de insectos.

CALLO

Ungüento de consuelda

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura. Se lavan cuatro a seis raíces de consuelda

tiernas, se cortan finamente y se agregan a la sartén. Se deja que el contenido de la sartén forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo y su contenido se pasa a través de un lienzo limpio, las hierbas retenidas en el lienzo se exprimen y el unguento así preparado se recoge en frascos que se puedan cerrar. Con este unguento se frota el callo una vez al día.

Ortiga menor

La ortiga menor ayuda de múltiples maneras a eliminar los callos molestos.

Interiormente se tomará como infusión. Una cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas por día.

Baño de pies con ortiga menor

Como aplicación externa se utiliza el baño de pies con ortiga menor. Se pone en remojo la ortiga menor tierna (utilizando sus tallos y sus hojas) en un recipiente de 5 litros con agua fría, durante 12 horas. A continuación se calienta el líquido las hierbas no se retiran del agua, y se bañan los pies con esta agua durante 20 minutos.

Esencia de ortiga menor

Constituye también un remedio prometedor frotar el ojo de gallo o callo con esencia de ortiga menor. Se llena un frasco con las raíces de ortiga menor arrancadas en primavera o en otoño, que previamente se lavaron y se trocearon finamente, se vierte encima aguardiente de trigo con un 38-40 % de alcohol, se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Con esta esencia de ortiga menor se frota el callo varias veces al día.

Jugo de celidonia

Se lavan las hojas, tallos y flores de celidonia tierna, y todavía húmedas se exprimen en una licuadora. Con el jugo recién preparado y sin rebajar se frotarán los callos varias veces al día.

Bitter sueco

Se humedece una torunda de algodón con bitter sueco y se frota el callo varias veces al día. Se recomienda durante la noche aplicar esta torunda de algodón humedecida sobre el callo, sujetándolo mediante una media calada, y dejándolo actuar

durante toda la noche. En el tratamiento del callo con bitter sueco es importante que la parte dolorida esté siempre húmeda.

TOS

Fárfara

Cuando se padece de fuerte tos se recomienda la fárfara por sus principios activos mucolíticos y antipiréticos. Se recogen las flores, los cálices amarillos, que brotan ya en los primeros días de la primavera, y también las hojas que crecen posteriormente, en mayo. Se deposita en una taza de té una cucharadita colmada de flores y hojas mezcladas a partes iguales, se les agrega agua muy caliente, y se deja reposar durante medio minuto. Se endulza con miel y se beben varias tazas al día, con el agua tan caliente como se pueda resistir.

Malva enana

Las hojas, flores y tallos de la malva enana se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. Dosis: una cucharadita colmada por taza. Después de filtradas las partes de la hierba el extracto frío se calienta ligeramente y se bebe a sorbos. Se beben de dos a tres tazas repartidas a lo largo del día. En caso de resfriado fuerte las partes de la hierba, que se separaron y que todavía están calientes, se utilizan como apósito y se colocan sobre bronquios, cuello y pulmón.

Llantén menor

Una cucharadita de llantén menor y mayor se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente y se deja reposar durante medio minuto. Se beberán al día varias tazas a sorbos, tan calientes como sea posible.

Centinodia

Una cucharada colmada de centinodia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infundiona durante medio minuto, se cuela y se beben a sorbos, dos tazas repartidas a lo largo del día.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales flores y hojas de fárfara, flores de gordolobo, pulmonaria y hojas de llantén menor. Dos cucharaditas colmadas se depositan en una taza, se les agrega agua muy caliente, se infundiona durante medio minuto, se endulzan con miel y se beben a sorbos, tres tazas por día.

Remedio casero

Se vierte leche en una cacerola hasta que su fondo quede cubierto. Se le añade a continuación 125 g de requesón (tarrina) y se calienta todo removiendo vigorosamente. El requesón caliente (no caliente en exceso sino a temperatura agradable) se frota sobre un lienzo limpio y se coloca como apósito sobre la caja torácica durante la noche.

IMPOTENCIA

El primer mandamiento en caso de impotencia es dejar los cigarrillos y el alcohol.

Pie de león

Una cucharadita colmada de pie de león se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas al día.

Esencia de pan y queso

Se llena un frasco con pan y queso recién recolectado y se le vierte encima aguardiente de trigo con una graduación de alcohol del 38-40 %. El frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. La esencia de pan y queso obtenida de esta manera se utiliza para frotar el bajo vientre.

Esencia de ursina falsa

Las hojas y brotes de ursina falsa se cortan finamente y con ellas se llena un frasco, vertiendo encima de las hierbas aguardiente de trigo de graduación del 38-40 % de alcohol. El frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De la esencia así obtenida se toman a diario dos porciones de 30 gotas, junto con la infusión de pie de león que se acaba de describir.

PICADURA DE INSECTO

Para protegerse de los insectos molestos se puede recurrir a las hojas tiernas de nogal.

Apósito de salvia

Las hojas tiernas y lavadas de salvia se machacan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pas-

ta de hojas obtenida se deposita sobre el lugar de la picadura.

Apósito de llantén menor

Hojas tiernas y lavadas de llantén mayor y menor se machacan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas así obtenida se aplica sobre el lugar de la picadura.

Bitter sueco

Como medida de aplicación inmediata se toma una torunda de algodón, se impregna de bitter sueco y se coloca sobre el lugar de la picadura.

PICOR

Ortiga menor

Las impurezas de la piel, las manchas de difícil curación, las alergias y erupciones cutáneas suelen ir acompañadas de un fuerte picor. Quien no sabe contenerse y empieza a rascarse, esta obstaculizando su curación. La infusión de ortiga menor supone un alivio.

Una cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas por día.

Verónica

La infusión de verónica se recomienda en particular como antídoto contra el llamado prurito senil.

Una cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, un máximo de dos tazas por día.

Diente de león

Una cura de 14 días con tallos tierno de diente de león mitiga el picor de la piel. Se recogen a diario 10 tallos con las flores, se lavan, se retira el botón de la flor y se mastica el tallo crudo.

Ungüento de maravilla

En caso de picor intenso se frotan las partes del cuerpo afectadas con asiduidad mediante el unguento de maravilla.

En una sartén se calienta 250 g de grasa de cerdo pura, y se les agrega un puñado colmado de ma-

ravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo aunque sea ligeramente, se pasa su contenido a través de un lienzo limpio, las hojas, flores y tallos retenidos en el lienzo se exprimen y el unguento así obtenido se guarda en recipientes herméticos.

Baño de asiento de milenrama

Mediante lavados y baños de asiento con infusión de milenrama se elimina el desagradable picor de vagina.

Para un baño de asiento se necesitan 100 g de milenrama, que se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se vierte sobre el agua del baño. Para el baño de asiento el nivel del agua deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona no deberá secarse, sino que, envuelta en el albornoz se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora. Por descontado que con la infusión de milenrama se pueden efectuar lavados simples.

TIÑA

Lavado con hojas de nogal

Los lavados con extracto de hojas de nogal proporcionan una ayuda inmediata. Dos cucharaditas colmadas de hojas de nogal troceadas finamente se depositan en un recipiente de medio litro, se agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión se lavan las partes afectadas.

PIOJOS

Lavado con hojas de nogal

Los piojos que creíamos exterminados dan que hablar otra vez. Con infusión de hojas de nogal se controlan rápidamente.

Dos cucharaditas colmadas de hojas de nogal cortadas finamente se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión se lava la cabeza diariamente.

Ortiga menor

Una cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, y se bebe a sorbos. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de infusión necesaria para el día. No existe problema alguno bebiendo 2 litros de infusión de ortiga menor al día.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se deposita en una traza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Primavera

Una cucharadita colmada de puntas de flores secas o tiernas de primavera se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, hasta que la infusión tome una coloración dorada. Se beben a sorbos un máximo de tres tazas repartidas a lo largo del día.

Espino albar

Una cucharadita colmada de espino albar (se emplean las hojas y las flores) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Con las flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales se llena un frasco, se vierte encima aguardiente de trigo de graduación 38-40 % del alcohol. El frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De la esencia así preparada se beben diariamente de 4 a 10 gotas.

Bitter sueco

Si los dolores de cabeza son fuertes se tomará una cucharada de bitter sueco tres veces al día junto con una de las infusiones de plantas medicinales citadas. La cucharada de bitter sueco se agregará a media taza de infusión. Lo más efectivo es tomar la mitad de esta mezcla media hora antes y después de la comida.

Se frotran las sienes y la frente con unguento de maravilla para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. Se mojan con gotas de bitter sueco una torunda de algodón o un fragmento de celulosa suficientemente grandes y se colocan sobre la parte de la cabeza donde esté localizado el dolor. Se fija este apósito con una venda o con un lienzo y se deja actuar entre 2 y 4 horas, según la tolerancia del paciente.

Remedio casero

Un paño esponjoso pequeño y manejable se humedece con agua fría (debe estar húmedo pero no gotear) y se coloca sobre el corazón durante la noche. Encima de este paño se coloca una lámina de plástico y una toalla seca como aislamiento calorífico.

CASPA

Lavado con ortiga menor

Dos cucharaditas colmadas de ortiga menor se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se filtra. Con la mitad de esta infusión se lava el cabello una vez a la semana con jabón duro, reservándose la otra mitad para el enjuagado. A continuación no debe enjuagarse más el pelo.

Lavado con equiseto menor

La caspa se elimina mediante un lavado diario del pelo con extracto de equiseto menor y con un masaje posterior del cuero cabelludo con aceite de oliva de calidad.

Cuatro cucharaditas colmadas de equiseto menor se depositan en un recipiente de 1 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión se lava el pelo a fondo. A continuación no se debe enjuagar con agua clara. La cabeza todavía húmeda se masajea con aceite de oliva de calidad.

VARICES

Baño de asiento con consuelda

200 g de hojas de consuelda secas o tiernas se ponen en remojo en 5 litros de agua fría durante 12

horas. A continuación el líquido se calienta, se cuela y se añade a la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se está bañando. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Ungüento de agrimonia

Con este ungüento se frotará diariamente la pantorrilla en que se marquen las varices.

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura. Se añaden a la grasa caliente 2 puñados colmados de hojas, flores y tallos cortados finamente, se remueve vigorosamente hasta que espumen y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo aunque sea ligeramente y se pasa su contenido a través de un lienzo limpio; las partes de la hierba retenidas en el lienzo se exprimen y el ungüento así obtenido se recoge en recipientes herméticos.

Los residuos (retenidos en el lienzo que son hojas, flores y tallo) se pueden colocar inmediatamente sobre la pantorrilla en forma de apósito; con el ungüento se hará diariamente una buena aplicación sobre las pantorrillas.

Ungüento de maravilla

Al igual que el ungüento de agrimonia también el ungüento de maravilla es un antídoto de acción rápida y eficaz contra las varices.

En una sartén se colocan 250 g de grasa de cerdo pura y se le añaden 2 puñados llenos de maravilla (hojas, tallos y flores) se deja que espumen, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, su contenido se pasa a través de un lienzo limpio, las hojas, tallo y flores retenidas en el lienzo se exprimen y el ungüento así obtenido se recoge en recipientes con cierre hermético. Con los restos de maravilla que quedan en el lienzo se puede preparar un apósito que se aplica sobre la pantorrilla. El ungüento de maravilla se dispone en forma de capa gruesa sobre un lienzo, que se liará alrededor de la pantorrilla y se renovará a diario.

Apósito de ortiga muerta

El enrollado alrededor de la pantorrilla de los extractos de ortiga muerta blanca o amarilla son otra receta de la farmacopea de Dios para combatir las varices dolorosas.

3 cucharaditas colmadas de ortiga muerta se de-

positan en un recipiente de 1/2 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se humedece con el extracto paños que se colocan como apósitos alrededor de la pantorrilla.

CALAMBRES Y ESPASMOS

Licopodio

En caso de calambres fuertes de pantorrilla ha dado buenos resultados colocar sobre un paño un puñado de brotes de licopodio secos y atarlos alrededor de la pantorrilla dolorida.

Manzanilla

La manzanilla posee una virtud curativa que actúa contra los dolores y calambres, un problema que padecen a menudo los niños.

1 cucharadita colmada de manzanilla se coloca en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, de 1 a 2 tazas por día.

Muérdago

Los calambres crónicos se combaten con la virtud curativa del muérdago. Una cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza de agua fría, dejándose en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se cuela y se bebe a sorbos. Según la intensidad de los calambres se beberán de 2 a 3 tazas por día. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de infusión que se necesita para el día.

Salvia

1 cucharadita colmada de salvia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, 2 tazas por día.

Esencia de ulmaria

Con flores de ulmaria recién recolectadas se llena un frasco y se vierte encima aguardiente de trigo de contenido alcohólico entre 38-40 %. El aguardiente debe cubrir las flores por completo. El frasco se deja en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. De esta esencia se tomará a diario entre 10 y 15 gotas.

Bitter sueco

En caso de espasmos el bitter sueco proporciona una mejora inmediata. Si se sufre un ataque de

espasmos se toma 1 cucharada de bitter sueco que se rebaja con un poco de agua o con una infusión de hierbas. Según la gravedad de los espasmos se pueden tomar sin problemas un máximo de 3 cucharadas de bitter sueco por día.

SARNA

Jugo de maravilla

Se lavan los tallos de maravilla tierna y todavía húmedos se exprimen en una licuadora. Con el jugo recién obtenido se humedece la parte de la piel atacada de sarna.

Lavado con centinodia

2 puñados llenos de centinodia se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con la infusión se lava la parte atacada.

Lavado con hojas de nogal

Los lavados con extracto de nogal aportan un remedio inmediato. 2 cucharaditas colmadas de hojas de nogal cortadas finamente se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con este extracto se lavan las partes afectadas.

DEBILIDAD CIRCULATORIA

Té mixto

Para vigorizar el corazón y la circulación recomendando el té mixto siguiente:

10 g de argentina, 10 g de árnica, 10 g de raíz de pimpinela, 10 g de alga marina, 10 g de piel de alubia, 10 g de fumaria, 10 g de corteza de arraclán, 10 g de ruda, 10 g de gatuña, 10 g de agripalma (cardíaca), 10 g de pan y quesillo, 10 g de galeopside, 10 g de musgo irlandés, 10 g de raíz de ácoro, 10 g de lampazo, 10 g de diente de león, 20 g de hierba mate, 10 g de toronjil, 20 g de muérdago, 10 g de grama, 10 g de milenrama, 10 g de centinodia, 30 g de espino albar, 10 g de equiseto menor.

Las cantidades de las hierbas deberán mezclarse a fondo. 1 cucharadita colmada de la mezcla de hierbas recién indicadas se deposita en una taza, se deja en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se cuele, se endulza con 1 cucharadita de miel y se bebe a sorbos, 1 taza por la mañana y otra por la noche.

TRASTORNOS CIRCULATORIOS

Muérdago

El muérdago es una planta curativa sensacional para cualquier tipo de trastornos de corazón o de circulación. Su virtud curativa universal posibilita que por un lado reduzca la presión elevada y por otro lado eleve la presión sanguínea baja. 1 cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza de agua fría, dejándose en remojo durante 12 horas. A continuación este líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. Se beberán 3 tazas de infusión por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de infusión necesaria para el día.

Milenrama

1 cucharadita colmada con milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Bitter sueco

El bitter sueco depura la sangre y reactiva la circulación. Como medida preventiva se debería tomar por la mañana y por la noche 1 cucharadita de bitter sueco rebajado con agua o con infusión. Según la gravedad de los trastornos se puede aumentar la dosis de 3 cucharaditas hasta 2 o 3 cucharadas diarias. Para ello se mezclará una cucharada de bitter sueco con media taza de infusión de hierbas, y de esta mezcla se tomará la mitad antes de las comidas y la segunda mitad después de las mismas, a sorbos.

Remedio casero

Un paño de rizo, pequeño y manejable, se empapa con agua fría (debe ser húmedo pero no chorrear) y se coloca sobre el corazón durante la noche. Encima de este paño húmedo se coloca una lámina de plástico y se cubre todo con una toalla seca como aislamiento calorífico.

Se recomienda además después de tomar un baño caliente ducharse o lavarse con agua fría. Esto estimula la circulación y aumenta los ánimos.

Escrofularia

Se recogen hojas tiernas de la escrofularia, se cortan finamente, y con ellas se prepara una infusión.

1 cucharadita colmada de escrofularia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar medio minuto, se filtra y con esta infusión se hacen varias gárgaras por día.

Muy importante: no se debe beber la infusión de escrofularia.

Galio

La infusión de galio es también un antídoto eficaz contra la enfermedad del bocio.

Una cucharadita colmada de galio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se hacen gárgaras hasta lo profundo del cuello, varias veces por día.

De vez en cuando y mientras se realizan las gárgaras se debería beber un sorbo de la infusión de galio.

Apósito de llantén menor

Para la curación del bocio se aplica externamente un apósito con hojas de llantén menor y mayor. Se desmenuzan entre las manos las hojas tiernas, se mezclan con un poco de sal y se coloca esta mezcla sobre el cuello en forma de apósito.

MOLA (mancha hepática)

Cardo santo

Se quiebra el tallo alto y carnoso del cardo santo tierno, se mastica y su jugo se frota sobre las molas.

Aceite de cacahuete

Las molas se humedecen con aceite de cacahuete, que se puede adquirir en todas las farmacias, y se frotarán en círculo, de derecha a izquierda, suavemente.

Jugo de siempreviva mayor

Las hojas de la siempreviva mayor se cortan a lo largo y con el jugo que desprenden se unta la mola o mancha hepática.

El ungüento de galio es también un excelente antídoto contra las manchas hepáticas.

En una sartén se calientan 500 g de grasa de cerdo pura y se les agregan 4 puñados colmados de galio. Se deja espumar brevemente, se remueve con vigor y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente la sartén se calienta de nuevo hasta que la grasa esté suficientemente líquida como para pasar a través de un lienzo limpio. Las partes de la hierba que quedan retenidas en el lienzo se exprimrán con energía y el ungüento así obtenido se recogerá en recipientes herméticos. Este ungüento se conservará en el frigorífico.

Lavado con galio

Se efectúan lavados con extracto de galio. 2 cucharaditas colmadas de galio se depositan en un recipiente de 1/2 litro de capacidad, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión se lava diariamente la parte de piel afectada.

Jugo de maravilla

En una licuadora se colocan los tallos de maravilla tierna y se extrae su jugo, frotando con él las manchas hepáticas varias veces por día.

Esencia de cedro

Se llena un frasco con hojas de cedro (también llamado árbol de la vida) lavadas y troceadas finamente, se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo de concentración 38-40 % de alcohol (el aguardiente debe cubrir las hojas por completo) y se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Con esta esencia se humedecen las manchas hepáticas varias veces al día.

DOLORES ABDOMINALES

Aceite de hipérico

El aceite de hipérico frotado sobre el vientre constituye un antídoto de probada eficacia contra los dolores abdominales sobre todo para los lactantes y niños pequeños.

Se llena un frasco con flores y brotes de hipérico recién recolectados y se les vierte aceite encima de tal manera que queden cubiertas por el mismo. El frasco se guarda en lugar caliente por lo menos durante 3 semanas hasta que el aceite tome una coloración rojiza.

Ácoro

Los adultos combaten sus dolores abdominales con una infusión de raíces de ácoro. 1 cucharadita enrasada de raíces de ácoro se deposita en una taza, se le agrega agua fría, y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. Un sorbo antes y otro después de las comidas. Es decir por día se beberán sólo 6 sorbos. Como la infusión se enfriará a lo largo del tiempo, se recomienda llenar un termo con la cantidad necesaria para el día.

Manzanilla

La virtud sedante de las infusiones de la manzanilla se puede aprovechar tanto por parte de los adultos como de los niños. Según la gravedad de los dolores se pueden beber hasta 3 tazas de infusión por día. 1 cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos.

INDIGESTIÓN

Malva enana

1 cucharadita colmada de malva enana se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. Se beberán dos tazas de infusión por día. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad que se necesita para el día.

Bitter sueco

Para la indigestión se tomarán diariamente 3 cucharaditas de bitter sueco, rebajándolas con un poco de agua o infusión de hierbas.

VENTOSIDADES GÁSTRICAS

Esencia de meo (hinojo ursino)

De esta esencia, que se puede adquirir en todas las farmacias, se tomarán diariamente 10 gotas rebajándolas con un poco de agua.

Acoro

1 cucharadita enrasada de raíz de ácoro se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Antes y después de las comidas se tomará un sorbo de dicha infusión.

No se debe beber más cantidad. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de infusión que se necesite para el día.

PESADEZ DE ESTÓMAGO

Esencia de meo

De esta esencia, que se puede adquirir en todas las farmacias, se tomarán diariamente 10 gotas rebajándolas con un poco de agua.

Milenrama

1 cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infundiona durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, 1 taza por la mañana y otra por la noche.

ESPASMOS GÁSTRICOS

Almohadilla de licopodio

Se llena la funda de una almohadilla con 100-200 g de licopodio y se coloca sobre la zona en la que se localizan los espasmos.

Ortiga menor

1 cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de 3 tazas por día.

Maravilla

1 cucharadita colmada de maravilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, 1 taza por la mañana y otra por la noche.

Milenrama

1 cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 1 taza por la mañana y otra por la noche.

Serpol

1 cucharadita colmada de serpol se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, 2 tazas repartidas a lo largo del día.

Para la aplicación externa, una almohadilla de hierbas preparada con flores y tallos de serpol secos es muy adecuada. Se llena una funda de almohadilla o un lienzo suficientemente grande con esta hierba y se coloca sobre la región gástrica.

Apósito de equiseto menor

Con apósitos transpirables de equiseto menor se mitigan rápidamente los espasmos dolorosos del estómago. Se llena un tamiz con 2 puñados llenos de equiseto menor, este tamiz se mantiene suspendido sobre agua hirviente. En ningún caso se dejará que el equiseto menor toque el agua hirviente. Los vapores de agua ascendentes calientan la hierba. Se vierte el contenido del tamiz en un lienzo, se coloca el equiseto menor en la región gástrica y se deja actuar durante varias horas o bien durante la noche. El apósito transpirable de equiseto menor sólo surtirá su efecto si la persona se arropa con prendas calientes, para que no se pierda el calor del apósito.

FLAQUEZA

Acoro

Los trastornos del metabolismo suelen ser la causa de la demacración, a pesar de tomar alimentos en abundancia y variedad. La virtud curativa de las raíces de ácoro aportarán en este caso una mejora. 1 cucharadita enrasada de raíces de ácoro se depositan en una taza, se les agrega agua fría y se mantiene en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos, antes y después de cada comida. Se tomarán 6 sorbos repartidos a lo largo del día, no se debe beber más de esta cantidad. La infusión se puede conservar en un termo.

Baño completo de ácoro

Adicionalmente a la taza diaria de raíces de ácoro se recomienda tomar algún baño ocasional preparado con la misma planta curativa. 200 g de raíces de ácoro se ponen en remojo en un recipiente de 5 litros con agua fría, durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra, y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Malva enana

Las sustancias mucoides contenidas en la malva enana proporcionan alivio en la amigdalitis. 1 cucharadita colmada de malva enana se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación este líquido se calienta y se filtra. Se beberán a sorbos de 2 a 3 tazas diarias. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de infusión que se vaya a necesitar durante el día.

Apósito de salvia

Con extractos de salvia se preparan paños calientes para la amigdalitis. 2 cucharaditas colmadas de salvia se depositan en un recipiente de $\frac{1}{2}$ litro, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con la infusión se empapa un lienzo limpio. El apósito deberá cambiarse varias veces al día. Es importante que se mantenga el cuello caliente, enrollando una toalla seca alrededor del apósito o bien una pañoleta alrededor del cuello. Además de los paños calientes la infusión de salvia es apropiada para las gárgaras que se efectuarán repetidamente y en profundidad.

Té mixto

En la amigdalitis se recomiendan las gárgaras con un té mixto compuesto a partes iguales de hipérico y equiseto menor.

1 cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se cuele y con la infusión se hacen gárgaras varias veces al día, intentando llegar a la profundidad.

ABATIMIENTO

Muérdago

1 cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se cuele y se bebe a sorbos, un máximo de 3 tazas de infusión por día. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de líquido que se necesite para el día.

DOLORES MENSTRUALES

Pie de león

Los trastornos menstruales se pueden mitigar con el pie de león. 1 cucharadita colmada de pie de león se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Si estos trastornos del periodo aparecen en la pubertad se recomienda tomar una infusión mixta a partes iguales de pie de león y milenrama. 1 cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas se deposita en una taza, se le añade agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Pan y quesillo

La infusión de pan y quesillo es un remedio eficaz contra las hemorragias menstruales fuertes. La cura se comienza entre 8 y 10 días antes del periodo, bebiéndose 2 tazas diarias hasta la aparición del mismo.

1 cucharadita colmada de pan y quesillo se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Con esta infusión se normalizan las irregularidades del periodo en la época de la pubertad.

Manzanilla

La polifacética manzanilla ayuda tanto en los trastornos menstruales e irregularidades como en los retrasos.

1 cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos un máximo de 3 tazas por día.

Muérdago

En los trastornos menstruales el muérdago, en su calidad de remedio probado para trastornos cardíacos y circulatorios, proporciona una ayuda.

1 cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se mantiene en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. Según la gravedad de los dolores se pueden beber un máximo de 3 tazas por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Milenrama

En los retrasos del periodo e irregularidades en la pubertad se consigue un alivio con 1 taza de

infusión de milenrama diaria, que se tomará por la mañana con el estómago vacío.

1 cucharadita de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Ortiga muerta

1 cucharadita colmada de ortiga muerta blanca o amarilla se deposita en una taza, se le agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se beben a sorbos 2 tazas por día.

Serpol

La infusión de serpol regula el periodo menstrual.

1 cucharadita colmada de serpol se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas al día.

Almohadilla de serpol

Los calambres asociados con la menstruación se mitigan con una almohadilla de serpol. Se llena una funda de capacidad apropiada con flores y tallos secos de serpol, colocándose al acostar sobre el bajo vientre.

Centinodia

1 cucharadita colmada de centinodia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Achicoria

1 cucharadita colmada de achicoria se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 1 tazas por la mañana.

Té mixto

En caso de hemorragias menstruales muy intensas ha dado buenos resultados el té mixto siguiente:

25 g de flores de árnica, 50 g de raíces de valeriana, 25 g de musgo de Islandia, 25 g de toronjil, 25 g de salvia, 25 g de milenrama. Estas hierbas se mezclarán entre sí de forma concienzuda, procurando que su mezcla sea homogénea. 1 cucharadita colmada de esta mezcla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe

a sorbos, 1 taza antes del desayuno. Esta infusión se debería beber a lo largo de un periodo más prolongado, a pesar que las hemorragias menstruales se hubieran ya normalizado.

Bitter sueco

En los retrasos de la regla o en las hemorragias fuertes el antiguo manuscrito recomienda el uso del bitter sueco, 3 cucharaditas diarias rebajadas con agua o con infusión de hierbas. El bitter sueco se tomará 3 días consecutivos durante el periodo y esta cura se repetirá un mes tras otro, hasta que se haya conseguido su normalización.

JAQUECA

Milenrama

El consumo regular de infusiones de milenrama permite controlar completamente la jaqueca.

1 cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, 1 taza de infusión muy caliente por día.

Primavera

La infusión de primavera promete un alivio rápido en los ataques de fuerte jaqueca.

1 cucharadita colmada de flores de primavera se deposita en una taza, se le agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de 2 tazas muy calientes por día.

SEBORREA

Lavado con corteza de roble

100 g de corteza de roble (se puede comprar en droguería o en herboristerías) se depositan en un cubo de 5 litros, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calientan y se filtra. Con el extracto se efectúan los lavados.

Manzanilla

1 cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 3 a 4 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

El extracto de manzanilla, preparado como una infusión, se utiliza exteriormente para lavados.

Lavado de hojas de nogal

Los lavados con extracto de hojas de nogal suponen un alivio inmediato.

2 cucharaditas colmadas de hojas de nogal cortadas finamente se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y con el extracto se lavan las partes afectadas.

COMEDÓN

Jugo de galio

Se consigue una rápida mejora con el jugo de galio recién exprimido, aplicado diariamente sobre la parte de piel afectada. El galio tierno se lava, se coloca todavía húmedo en el exprimidor, se frota la piel con el jugo recién obtenido y se deja que se seque sobre ella.

Lavado con galio

2 cucharaditas colmadas de galio se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto caliente se lava la cara 1 vez al día.

CANSANCIO

Ortiga menor

1 cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de 4 tazas por día.

Aceite de manzanilla

El aceite de manzanilla elimina el cansancio de los miembros, cuando al acostarse se frota suavemente con el mismo.

Se llena un frasco con flores tiernas de manzanillas, se les vierte aceite encima (el aceite deberá cubrir las flores en su totalidad) y se deja el frasco en reposo durante 3 semanas, en lugar caliente.

Menta

1 cucharadita colmada de menta se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de 3 tazas de infusión por día.

ESTOMATITIS ULCEROSA

Agrimonia

1 cucharadita colmada de agrimonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con este extracto se hacen gárgaras varias veces al día.

Nogal

En el caso de estomatitis ulcerosa se recomienda lavados con infusión de hojas de nogal.

1 cucharadita colmada de hojas de nogal cortadas finamente se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto se enjuaga la boca varias veces al día.

Equiseto menor

1 cucharadita colmada de equiseto menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, y con el extracto se hacen gárgaras varias veces al día.

ALIENTO FÉTIDO

Las causas del mal olor de boca son múltiples y deben ser diagnosticadas por un médico. Puede tratarse de secreciones de la mucosa nasal, de una amigdalitis, de un trastorno gástrico, de insuficiencia de ácido gástrico, o bien de úlceras en la cavidad bucal.

En caso de amigdalitis se hacen gárgaras con una infusión de salvia, para las úlceras en la cavidad bucal se recurre a una infusión caliente de galio o bien a unas 30-40 gotas de tintura de mirra, rebajadas con agua templada. Las secreciones de la mucosa nasal se curan totalmente aspirando infusión templada de salvia.

Unas gotas de aceite de enebro, rebajado con agua templada y bebidas a sorbos suelen ser suficientes para acabar con el mal olor de boca. Otro remedio casero consiste en masticar semillas de eneldo. Si la causa del aliento fétido es una lengua muy sucia, entonces se consigue mejora tomando una taza de agua a la que se ha añadido media cucharadita de ajeno.

DISTORSIÓN MUSCULAR

Esencia de maravilla

En las distorsiones musculares los apósitos con esencia de maravilla aportan una rápida mejoría.

Se llena un frasco con un puñado de flores de maravilla, se vierte encima de ellas 1 litro de aguardiente de trigo, de contenido alcohólico 38-40 %, y se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas, en lugar caliente. La esencia así obtenida se rebaja con agua hervida, se empapa un paño limpio y éste se coloca como apósito sobre la parte afectada del músculo.

LUNAR

Jugo de siempreviva mayor

Las hojas de las siempreviva mayor se cortan a lo largo y con el jugo que desprenden se frota el lunar.

Ungüento de galio

El ungüento de galio es también un excelente remedio contra los lunares.

En una sartén se calientan 500 g de grasa de cerdo pura y se les añaden 4 puñados colmados de galio. Se deja que espumen brevemente, se remueven con vigor y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar el contenido hasta que la grasa esté suficientemente líquida como para pasar a través de un lienzo limpio. Las partes de hierba que quedan retenidas en el lienzo se exprimrán con fuerza y el ungüento así obtenido se recogerá en frascos herméticos. Este ungüento debe conservarse en el frigorífico.

Lavado con galio

Se efectúan lavados con extracto de galio. 2 cucharaditas colmadas de galio se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se les agrega agua muy caliente, se dejan en reposo durante medio minuto, se filtran y con el extracto se lava diariamente la parte de piel afectada.

Jugo de maravilla

En un exprimidor apropiado se colocan los tallos tiernos de la maravilla. De ellos se obtiene un jugo, con el cual se frotarán los lunares varias veces por día.

Esencia de cedro

Se llena un frasco con hojas de cedro (también llamado árbol de la vida) lavadas y cortadas finamente, se vierte encima de ellas aguardiente de trigo (de contenido alcohólico 38-40 %), el aguardien-

te debe cubrir las hojas en su totalidad, y se deja el fraco en reposo por lo menos durante 2 semanas, en lugar caliente. Con la esencia así obtenida se humedece el lunar varias veces al día.

Bitter sueco

Se humedece el lunar varias veces al día con bitter sueco sin rebajar.

SUDORES NOCTURNOS

Salvia

1 cucharadita colmada de salvia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas de infusión por día, 1 por la mañana con el estómago vacío y la segunda antes de acostarse.

Té mixto

Se mezclan 20 g de pie de león, 20 g de espliego, 20 g de salvia y 20 g de equiseto menor. 1 cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza antes del desayuno.

NOCTAMBULISMO

Hipérico

1 cucharadita colmada de hipérico se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas al día.

Baño de asiento de hipérico

Además de la aplicación interna como infusión recomiendo tomar un baño de asiento por semana junto con 6 baños de pies consecutivos.

Un cubo de 5 litros lleno con hipérico tierno (tallos, hojas y flores), o bien 100 g de hipérico seco, se ponen en remojo con agua fría durante 12 horas. A continuación se calienta el líquido y se vierte sobre el agua de la bañera. El nivel del agua será tal que cubra los riñones de la persona que se bañe. La duración del baño será de 20 minutos. Después del mismo la persona que lo haya tomado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Para el baño de pies diario basta con la mitad de

la cantidad de hipérico indicada para el baño de asiento. La preparación de ambos baños es idéntica.

DOLORES CERVICALES

Apósito de consuelda

Con apósitos calientes de pasta preparada con harina de consuelda se consigue una rápida mejoría de los dolores cervicales.

1 cucharada de harina de consuelda se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, y se remueve junto con unas gotas de aceite de cocina, hasta formar una pasta, que se extenderá sobre un paño y se colocará caliente sobre la parte dolorida de la nuca.

PANADIZO

Esencia de árnica

Se frota varias veces al día la uña con esencia de árnica.

Para preparar la esencia de árnica se llena un frasco hasta sus $\frac{2}{3}$ con pétalos tiernos arrancados del cáliz verde de árnica. Se llena el frasco con alcohol del 38-40 %, y se deja en reposo en lugar caliente por lo menos durante 2 semanas. Una parte de la esencia así preparada se filtra mientras que una segunda parte se deja todavía en contacto con los pétalos. Una vez se ha retirado la primera parte y se ha llenado en frascos menores se puede proceder a rellenar el frasco mayor con alcohol.

El extracto de árnica que se expende en las farmacias tiene un contenido de alcohol del 75 %, por lo cual antes de su uso deberá rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para evitar lesiones o inflamaciones de la piel. De lo contrario este extracto sin reducir puede provocar quemaduras.

Lavado con malva enana

50 g de malva enana se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. Ante de acostarse se calienta la infusión y con ella se baña la mano afectada o el pie enfermo durante 20 minutos.

Se frota el panadizo con unguento y durante la noche se mantiene sobre él una torunda de algodón humedecida con bitter seco.

Ungüento de maravilla

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Después de que haya

espumado se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar de nuevo y se pasa su contenido a través de un lienzo limpio, las hojas, flores y tallos retenidos en el lienzo se exprimieran fuertemente y el unguento así obtenido se recogerá en frascos que se puedan cerrar.

Lavado con equiseto menor

Los panadizos se tratan con lavados y baños de equiseto menor.

2 cucharaditas colmadas de equiseto menor se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto se lava la zona del panadizo. 100 g de equiseto menor se depositan en un cubo y se mantienen en remojo con agua fría durante 12 horas. A continuación se calienta el líquido, se filtra y se baña el pie entero durante 20 minutos en esta infusión.

Como complemento a un lavado o a un baño de pie se recogen los restos de la planta utilizada para la infusión en un paño y se aplican sobre la herida como apósito caliente.

MICOSIS DE LA UÑA

Ortiga menor

La ortiga menor es una ayuda también contra esta infección difícil y resistente a la curación.

Por vía interna se tomará una infusión, 1 cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de 4 tazas por día.

Baño de pie de ortiga menor

Como tratamiento exterior se utilizan los baños de pie. Se toma ortiga menor tierna (se utilizan tallos y hojas) y se pone en remojo en 5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación esté líquido se calienta dejando las hierbas en el agua, y se baña el pie en ella durante 20 minutos.

Esencia de ortiga menor

Muy prometedor es el frotamiento con esencia de ortiga menor. Se llena un frasco con las raíces de ortiga menor arrancadas en primavera o en otoño, que se lavan y se cortan finamente, se vierte encima de ellas aguardiente de trigo de contenido alcohólico entre el 38-40 %, se deja el frasco

en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia de ortiga menor se frota varias veces al día la uña atacada de micosis.

HERIDA EN LA UÑA

Las uñas quebradizas, rasgadas o heridas se tratan con jugo reciente de ranúnculo o bien con jugo de cebollas.

Se rajan los tallos tiernos y gruesos del ranúnculo y con el jugo que desprenden se frotan diariamente las yemas.

Se parte una cebolla y se frotan las uñas a menudo con la superficie de una de las mitades.

Nogal

Si las uñas de las manos o de los pies supuran recomiendo efectuar lavados con extractos de hojas de nogal.

1 cucharadita colmada de hojas de nogal cortadas finamente se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se baña la uña enferma en esta infusión varias veces al día.

CICATRICES

Ungüento de maravilla

Las cicatrices de las operaciones curan de forma más rápida y mejor con el unguento de maravilla. En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura y se les añade un puñado colmado de maravilla (hojas, tallo y flores), se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego.

Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo ligeramente, su contenido se pasa a través de un lienzo limpio, las hojas, tallos y flores retenidas en el lienzo se exprimen fuertemente y el unguento así obtenido se recoge en recipientes que se puedan cerrar. Una buena capa de este unguento de maravilla se extiende sobre un lienzo, que se sujetará sobre la cicatriz y se renovará a diario. Con los residuos de la maravilla, es decir con las partes que quedaron exprimidas y calientes sobre el lienzo, se puede preparar un apósito.

Bitter sueco

En el antiguo manuscrito del doctor Samst se puede leer que todas las cicatrices, llagas y cortes de-

saparecen incluso si son muy antiguos, si se humedecen 40 veces con bitter sueco.

HEMORRAGIA NASAL

Pan y queso

La hemorragia nasal reincidente se cura con una infusión de pan y queso.

1 cucharadita colmada se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Muérdago

1 cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en reposo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. La infusión fría de muérdago se aspira por la nariz y actúa restañando la sangre.

Milenrama

1 cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 1 taza al día.

Apósito de equiseto menor

Si la hemorragia nasal es intensa y persistente se encontrará remedio en un apósito frío de extracto de equiseto menor.

1 cucharadita colmada de equiseto menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se deja enfriar. Con el extracto frío se empapa un paño apropiado que se colocará sobre la nariz.

NERVIOSISMO

Verónica

Las tensiones en el trabajo y en la familia suelen ser la causa de un nerviosismo incrementado. Con la virtud tranquilizadora de la verónica se consigue un remedio rápido.

1 cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 1 taza por la noche antes de acostarse.

Hipérico

1 cucharadita colmada de hipérico se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas al día.

HERIDAS ABIERTAS

Licopodio

Los lugares abiertos se empolvan con mucho cuidado y comedimiento con harina de licopodio. Esta harina tiene un tacto sedoso, y se obtiene a partir de las esporas secas de esta planta.

Llantén menor

El apósito de hojas tiernas de llantén mayor o menor conduce a una curación rápida de las heridas abiertas.

Las hojas tiernas se lavan, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera, y con la pasta que se forma se cubre directamente la herida.

Ursina falsa

Las hojas recién recolectadas de la ursina falsa se lavan y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas recién formada se coloca sobre la zona enferma y se sujeta con un paño caliente.

Por descontado que se pueden preparar también apósitos a partir de hojas enteras que se hayan lavado.

ZUMBIDO DE OIDO

Muérdago

Este zumbido es un fenómeno concomitante de la presión sanguínea elevada o de una gran afluencia de sangre en la cabeza. Un remedio probado es el muérdago, por sus virtudes cardiotónicas y reguladoras de la circulación.

1 cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. Se beberán de 2 a 3 tazas por día a ser posible antes y después de las comidas.

Lo más práctico es llenar un termo con la porción del líquido necesaria para el día.

Ungüento de maravilla

En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que espume brevemente, se remueve con vigor y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta la sartén de nuevo, aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un lienzo limpio, las hojas, flores y tallos retenidos en el lienzo se exprimen y el ungüento así obtenido se recoge en recipientes que se puedan cerrar.

Celidonia

1 cucharadita enrasada de celidonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, máximo 1 taza de infusión por día.

Jugo de celidonia

En lugar de la infusión se puede tomar el jugo fresco de la planta diluido con un poco de agua templada. En un exprimidor adecuado se exprimirán las hojas, flores y tallos de la celidonia recién recolectado. Se tomará 1 cucharadita de jugo recién exprimido al día, rebajándolo con 1 taza de agua.

Esencia de hierba de san Roberto

Se llena un frasco con flores, hojas y tallos de la hierba de san Roberto recién lavadas y cortadas finamente se vierte encima de ellas aguardiente de trigo de una graduación de alcohol del 38-40 %, y el frasco cerrado se deja en reposo por lo menos durante 2 semanas en un lugar caliente. Con esta esencia se frota el interior del oído varias veces al día.

Espino albar

1 cucharadita colmada de espinillo albar (se utilizan las hojas y las flores) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas de infusión repartidas durante el día.

Esencia de espinillo albar

Se llena un frasco con flores y bayas a partes iguales recién recolectadas, se les vierte encima aguardiente de trigo con un porcentaje de alcohol entre el 38-40 %. Se deja en reposo el frasco por lo menos 2 semanas en lugar caliente. De la esencia así obtenida se tomarán a diario entre 4 y 10 gotas.

Bitter sueco

Con una torunda de algodón empapada con bitter sueco y colocada en el conducto auditivo se terminará rápidamente con el molesto zumbido de oídos. Previamente se debería frotar el oído con aceite caliente o con ungüento de maravilla.

Remedio casero

Un paño de rizo pequeño y manejable se empapa con agua fría (debe estar húmedo pero no chorrear) y se coloca sobre el corazón por la noche. Por encima se dispone una lámina de plástico y por fin una toalla seca como aislamiento calorífico.

DOLOR DE OÍDO

Jugo de fáfara

Se exprimen las hojas de fáfara tiernas y lavadas y el jugo recién exprimido se introduce a gotas en el conducto auditivo.

Bitter sueco

Una torunda de algodón humedecida con bitter sueco se coloca en el oído dolorido. Previamente se deberían untar el oído con aceite caliente o con ungüento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel y provocar un posible escozor.

CICATRIZ DE OPERACIÓN

Ungüento de maravilla

El ungüento de maravilla favorece la curación completa de una cicatriz de operación, si con dicho ungüento se unta la herida diariamente. En una sartén se calientan 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego, se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche, al día siguiente la sartén se calienta de nuevo aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un lienzo limpio, las hojas, flores y tallos se exprimen y el ungüento así obtenido se guarda en recipientes herméticos.

MENSTRUACIÓN (irregular)

Pan y queso

La infusión de pan y queso es un remedio eficaz para regular la menstruación en la pubertad. Una semana antes del día previsto para el inicio de la menstruación se empieza a tomar 2 tazas de infusión diarias. 1 cucharadita colmada se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Hipérico

Las irregularidades en la menstruación que suelen ser un problema frecuente durante la pubertad se eliminan con el hipérico.

1 cucharadita colmada se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, tomando 2 tazas por día a lo largo de un periodo prolongado.

Té mixto

Para remediar las irregularidades y los retrasos de la regla en la pubertad puede ser útil una infusión a partes iguales de pie de león y milenrama.

1 cucharadita colmada de la mezcla de estas hierbas se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tomando 2 tazas de infusión al día a lo largo de un periodo de tiempo prolongado.

NEVO PIGMENTARIO

Jugo de siempreviva mayor

Las hojas de la siempreviva mayor se cortan a lo largo y con el jugo que desprenden se frota el nevo pigmentario.

Ungüento de galio

El ungüento de galio es también un remedio excelente para los nevos pigmentarios.

Se calientan en una sartén 500 g de grasa de cerdo pura y se les agregan 4 puñados colmados de galio. Se deja que espume brevemente, se remueve con energía y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo hasta que la grasa esté suficientemente líquido como para pasar a través de

un lienzo limpio. Las partes de la hierba que quedan retenidas en el lienzo se exprimen con fuerza y el ungüento así obtenido se guarda en recipientes de cierre hermético. Este ungüento debe conservarse en el frigorífico.

Lavado con galio

Se efectúan lavados con el extracto de galio. 2 cucharaditas colmadas de galio se depositan en un recipiente de 1/2 litro, se les agrega agua muy caliente, se dejan reposar durante medio minuto, se filtran y con el extracto se lava diariamente la parte de piel afectada.

Jugo de maravilla

Se exprimen en una licuadora los tallos tiernos de maravilla y con el jugo obtenido se frota varias veces al día los nevos pigmentarios.

Esencia de cedro

Con hojas de cedro (también denominado árbol de la vida) lavadas y cortadas finamente se llena un frasco, se vierte encima de ellas aguardiente de trigo con un graduación alcohólica del 38-40 %, el aguardiente debe cubrir las hojas en su totalidad, y se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Con esta esencia se humedecen varias veces al día los nevos pigmentarios.

Bitter sueco

Se humedecen varias veces al día los nevos pigmentarios con bitter sueco sin rebajar.

CONTUSIÓN

Esencia de árnica

Se arrancan los pétalos de los cálices verdes de la flor de la árnica y con ellos se llena un frasco. Una vez se ha llenado en sus 2/3 partes se les vierte encima aguardiente de trigo, de graduación alcohólica 38-40 %, y se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas y en lugar caliente. Una parte de la esencia preparada se filtra y se recoge en otros recipientes, mientras que otra parte se deja en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado se puede rellenar el frasco grande añadiéndole alcohol. Con esta esencia de árnica se frota la contusión.

Esencia de consuelda

Se pueden tratar también las contusiones con apósitos de esencia de consuelda. Para su preparación se necesitan raíces de consuelda que se lavarán con un cepillo y a continuación se cortarán finamente. Con las raíces se llena un frasco, se les agrega aguardiente de trigo de graduación 38-40 % de alcohol, y se deja en reposo por lo menos durante 2 semanas y en lugar caliente. El aguardiente debe cubrir las raíces en su totalidad. La parte del cuerpo afectada se frotará previamente con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en la esencia pueda reseca la piel. Se humedece una torunda de algodón con esencia de consuelda y se coloca sobre la contusión. El apósito se fija con un paño o con una venda.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente; su contenido se pasa a través de un paño limpio; las hojas, flores y tallos retenidas en el paño se exprimen fuertemente y el unguento así obtenido se guarda en un recipiente hermético.

Ursina falsa

Se lavan las hojas recién recolectadas de la ursina falsa y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas así obtenida se coloca sobre la contusión y se sujeta con un paño caliente. Por descontento que se pueden preparar apósitos a partir de hojas lavadas y enteras.

MAGULLADURAS

Esencia de árnica

Las magulladuras se frotan varias veces al día con esenca de árnica.

Para la preparación de esta esencia se llena un frasco hasta sus 2/3 con pétalos tiernos arrancados de los cálices verdes del árnica.

Se llena con alcohol con una graduación del 38-40 % dicho frasco y se deja en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. Una parte de la esencia preparada se filtra mientras que otra parte se deja en contacto con los pétalos. Des-

pués del primer vaciado se puede rellenar el primer frasco añadiéndole una cantidad suplementaria de alcohol.

La esencia de árnica con un contenido del 75 % de alcohol, que se puede adquirir en la farmacia, debe rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para evitar posibles inflamaciones de la piel, esta esencia sin diluir puede provocar quemaduras.

Esencia de consuelda

Las magulladuras se pueden tratar con apósitos de esencia de consuelda. Para preparar esta esencia se necesitan las raíces, que se lavarán con un cepillo y a continuación se cortarán finamente. Se llena un frasco con las raíces, se le añade aguardiente de trigo del 38-40 % de contenido alcohólico, y se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. El aguardiente debe cubrir las raíces en su totalidad.

Previamente se frota la parte del cuerpo afectada con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en la esencia pueda reseca la piel. Con gotas de la esencia de consuelda se humedece una torunda de algodón o un fragmento de celulosa suficientemente grandes y se colocan en la parte afectada. El apósito se sujeta con una venda o con un paño limpio.

Esencia de maravilla

La esencia de maravilla es también un excelente remedio para las magulladuras.

Se llena un frasco con flores de maravilla y se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo de contenido alcohólico del 38/40 %, hasta dejar las flores totalmente cubiertas. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas y en lugar caliente. La esencia de maravilla se diluye con agua hervida, antes de humedecer con ella un paño limpio que es el que se colocará sobre el punto afectado.

Antes de la colocación del apósito esta parte del organismo se untará con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en la esencia pueda sustraer la grasa de la piel.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente; se pasa su contenido a través de un paño limpio; las hojas,

flores y tallos retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Almohadilla de serpol

Como aplicación externa es también adecuada la almohadilla de serpol. Con una cantidad conveniente de hierbas secas se rellena una funda de almohada, se cose y se coloca sobre la magulladura.

FARINGITIS

Agrimonia

1 cucharadita colmada de agrimonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión se hacen gárgaras dos veces por día una por la mañana y otra por la noche.

Salvia

1 cucharadita colmada de salvia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se hacen gárgaras con la infusión por la mañana y por la noche. Además se puede humedecer, con esta infusión, una torunda de algodón suficientemente grande, se exprime, y se coloca sobre la parte dolorida del cuello.

Fárfara

1 cucharadita colmada de fárfara (hojas y flores) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se le añade un poco de miel, bebiendo de 2 a 3 tazas de infusión al día, que se tomarán muy calientes.

PIERNA DE FUMADOR

Baño de pies con ortiga menor

Con baños de pies con ortiga menor se puede aliviar la vasoconstricción provocada por la nicotina y localizada en las piernas y que se conoce también con el nombre de pierna de fumador.

Se llena un cubo de 5 litros con tallos y hojas tiernas de ortiga menor, se les agrega agua fría y se mantiene en remojo durante 12 horas.

A continuación se calienta el líquido y se agrega al agua del baño. Las hierbas no se retiran, el baño tendrá una duración de 20 minutos.

DOLENCIAS DEL FUMADOR

Jugo de fárfara

El intenso consumo de tabaco deja en el organismo como secuelas manifiestas la fatiga respiratoria y la tos fuerte y crónica. Como cura primaveril recomiendo tomar de 2 a 3 cucharaditas diarias de jugo de hojas de fárfara recién exprimidas, tomadas junto con una taza de caldo de carne o de leche caliente.

AVIDEZ DE FUMAR

Acoro

Quien carece de fuerza de voluntad suficiente para dejar de fumar, debería intentarlo recurriendo a las raíces del ácoro. La raíz seca y cortada en pedazos pequeños se mastica lentamente, el resto no se traga sino que se escupe. En lugar de un cigarrillo se lleva a la boca una raíz de ácoro, cuyo sabor es amargo y sabroso a la vez, que aliviará los efectos de la abstinencia y proporcionará a cualquier nuevo cigarrillo un sabor atroz.

REUMA

Licopodio

1 cucharadita enrasada de licopodio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos 1 taza por la mañana con el estómago vacío, no más.

Esencia de consuelda

Un remedio rápido lo aportan los frotamientos diarios con esencia de consuelda.

Se lavan las raíces de la consuelda con un cepillo, se cortan finamente y con ellas se llena un frasco. Se vierte sobre ellas aguardiente de trigo de graduación alcohólica 38-40 %, cubriendo las raíces en su totalidad, se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. Con esta esencia se frota a diario las articulaciones aquejadas de reuma.

Baño completo de consuelda

Las hojas de la consuelda son apropiadas como aditivos para los baños completos. 500 g de hojas se ponen en remojo en 5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos; a continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Baño completo de ortiga menor

Los baños completos de ortiga menor son también un alivio para el reuma y la artritis. 200 g de ortiga menor se ponen en remojo en 5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se añade a la bañera. El nivel de agua en la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño era de 20 minutos; a continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Esencia de verónica

Como aplicación externa para el reuma se recomienda también el uso de la esencia de verónica. Se introducen en el frasco dos puñados colmados de la planta en flor, cortada finamente, se vierte sobre ella 1 litro de aguardiente de trigo de graduación alcohólica 38-40 %. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. Con esta esencia se frota la parte afectada una vez al día.

Además se pueden tomar 15 gotas de esta esencia tres veces al día, rebajándolas con un poco de agua o con infusión de hierbas.

Aceite de hipérico

Para el tratamiento exterior del reuma ha dado buenos resultados también el aceite de hipérico. Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico y se vierte sobre ellos aceite, hasta que queden cubiertos por dicho aceite. Se deja el frasco en reposo durante 3 semanas en lugar caliente. En este tiempo el aceite habrá tomado coloración rojiza.

Diente de león

Mientras dura la floración del diente de león se recogen a diario un máximo de 10 tallos tiernos, que se lavarán junto con sus flores, se apartan sus cabezuelas y se comen crudos.

Maíz

1 cucharadita colmada de barba o cabellera de maíz se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 1 a 2 tazas de infusión por día.

Agrimonia

1 cucharadita colmada de agrimonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, 2 tazas por día.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar aunque sea ligeramente; su contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el ungüento así obtenido se recoge en recipientes que se puedan cerrar.

Milenrama

1 cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe un máximo de 4 tazas por día, tomándolas tan calientes como sea posible.

Primavera

1 cucharadita colmada de flores de primavera se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, 1 a 2 tazas por día.

Aceite de serpol

El aceite de serpol es, a su vez, un remedio eficaz para el reumatismo.

Se llena un frasco con flores de serpol recién recolectadas y se vierte sobre ellas aceite, hasta de-

jarlas cubiertas en su totalidad. Se deja en reposo el frasco en lugar caliente durante 3 semanas. Con el aceite de serpol así obtenido se frotan las articulaciones aquejadas de reuma.

Ulmaria

1 cucharadita colmada de flores de ulmaria cortadas finamente se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Equiseto menor

1 cucharadita colmada de equiseto menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, 1 taza de infusión por día. Quien empieza a beber en el momento oportuno una taza diaria de infusión de equiseto menor, se protegerá eficazmente contra la artritis, reuma y dolores nerviosos.

Bitter sueco

Se debería beber 1 cucharadita de bitter sueco 3 veces al día, mezclándola con infusión de ortiga menor o de equiseto menor.

Además el bitter sueco se puede utilizar en aplicaciones externas. Una torunda de algodón humedecida con el bitter sueco se coloca sobre la parte dolorida. Previamente se frota la piel con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol del bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel.

DOLORES DE ESPALDA

Aceite de hipérico

Para los dolores de espalda recomiendo un frotamiento con aceite de hipérico. Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico y se vierte aceite encima de ellos, hasta que queden totalmente cubiertos. Se deja el frasco en reposo durante 3 semanas en lugar caliente. Con el tiempo el aceite toma coloración rojiza.

Almohadilla de castañas

Se mondan castañas tiernas, es decir, se les quita la cascara parda, y su fruto blanco se muele finamente. Se llena una funda de almohada con esta sémola de castañas y se coloca sobre la región dolorida.

Milenrama

1 cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 3 a 4 tazas por día, tomándolas tan calientes como sea posible.

TRASTORNOS DEL SUEÑO

Ajo de oso

El ajo de oso tiene efectos positivos sobre el sistema digestivo, tanto sobre el estómago como sobre el intestino. Como la mayoría de trastornos del sueño se deben a trastornos gástricos, el ajo de oso puede ser la solución del insomnio.

El ajo de oso se utilizará sólo cuando es tierno, porque seco pierde su fuerza curativa. Se recogen en la primavera las hojas tiernas de ajo de oso, se lavan y se cortan en pedazos pequeños, comiéndose crudas. Se puede utilizar como el perejil, adornando todos los platos imaginables. Con el ajo de oso se pueden preparar además ensaladas.

Esencia de ajo de oso

Para disponer a lo largo de todo el año de la virtud curativa del ajo de oso se preparará la esencia del mismo. Se llena un frasco con las hojas recolectadas en la primavera, que se cortaron finamente (en otoño se pueden recoger los tubérculos y emplearlos de igual manera que las hojas), se vierte encima de ellas aguardiente de trigo de graduación alcohólica del 38-40 %, hasta que queden completamente cubiertas. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. De la esencia de ajo de oso se tomarán de 10 a 15 gotas 4 veces al día, rebajándolas con un poco de agua.

Pie de león

Una variedad de diente de león, que se denomina dríada octopétala, tiene su habitat en lugares montañosos por encima de los 1000 m, sus hojas presentan un envés plateado y brillante. Con estas hojas se prepara una infusión que aportará una ayuda rápida a los insomnios. 1 cucharadita colmada de dríada octopétala se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Hipérico

1 cucharadita colmada de hipérico se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas por día.

Esencia de hipérico

Dos puñados colmados de hojas y brotes de hipérico recién recolectados se introducen en un frasco, se vierte sobre ellos 1 litro de aguardiente de trigo de graduación alcohólica del 38-40 %, hasta que la hierba quede completamente cubierta. El frasco se deja en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. De la esencia de hipérico así preparada se tomarán diariamente de 10 a 15 gotas, rebajándolas con 1 cucharada de agua caliente.

Baño de asiento de hipérico

Un cubo lleno de hipérico tierno ó 100 g de hipérico seco (se utilizan las hojas, flores y tallo) se pone en remojo con agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se vierte en la bañera. El nivel de agua en la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se está bañando. La duración del baño será de 20 minutos. Una vez terminado el baño la persona que lo haya tomado no se secará sino que envuelta en su albornoz se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Es recomendable que, en el caso de insomnio se tome un baño de asiento semanal y en cada uno de los restantes días de la semana se tome un baño de pies con hipérico.

Manzanilla

1 cucharadita colmada de manzanilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 1 taza antes de acostarse.

Baño completo de flores de tilo

Si los niños tienen un sueño inquieto, un baño de flores de tilo les ayudará rápidamente.

Se llena hasta la mitad un cubo de 5 litros con hojas de tilo recién recolectadas y se dejan en remojo en agua fría durante 12 hora. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya

bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla que deberá aplicarse antes del apósito de bitter sueco se prepara de la forma siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos), se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo la sartén, aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio; las hojas, flores y tallos retenidas en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Ortiga muerta

El insomnio de origen nervioso puede combatirse tomándose dos tazas de infusión, preparadas a partir de ortiga muerta blanca o amarilla.

Una cucharadita colmada de ortiga muerta se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Espino albar

Una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales de espino albar, se vierte encima de ellos aguardiente de trigo de graduación alcohólica del 38-40 %. El frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De la esencia así preparada se tomarán diariamente de 4 a 10 gotas.

Ulmaria

Una cucharadita colmada de flores de ulmaria cortadas finamente se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja extraer durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Té mixto

Se mezclan 5 g de raíces de valeriana, 15 g de estróbilos de lúpulo, 10 g de hipérico, 25 g de flores de espliego y 50 g de primavera; de esta mezcla se prepara una infusión, que se beberá a sorbos, muy calientes antes de acostarse.

Una cucharadita colmada de esta mezcla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra. Los paladares sensibles pueden endulzar la infusión con un poco de miel.

Bitter sueco

Antes de acostarse se tomará una cucharadita de bitter sueco mezclada con alguna de las infusiones citadas. Si el insomnio es de origen nervioso, antes de acostarse se colocará un paño humedecido con unas gotas diluidas sobre el corazón. Antes de la colocación de este apósito se frotará la piel con unguento de maravilla, para evitar que el alcohol del apósito reseque la piel.

Remedio casero

Se empapa de agua fría un paño de rizo, pequeño y manejable, se retuerce y se escurre y a continuación se coloca sobre el corazón durante la noche. Por encima se coloca una lámina de plástico y finalmente y una toalla seca como aislamiento calorífico.

Otro remedio casero aconseja sumergir los brazos en agua helada, introduciéndolos en ella hasta los hombros, y dejándolos sumergidos hasta haber contado hasta 20 ó hasta 30. A continuación los brazos no se secan sino que se abrigarán húmedos en el pijama.

MORDEDURA DE SERPIENTE

Llantén menor

Como medida de aplicación inmediata contra la mordedura de serpiente, en caso de que no se pueda encontrar enseguida un médico, pueden ser útiles las hojas tiernas de llantén menor, trituradas sencillamente con las manos y colocadas sobre la herida. Naturalmente sería todavía más efectivo el lavar las hojas y aplastarlas con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de las hojas se colocaría directamente sobre la herida. Por descontento que hay que consultar a un médico lo antes posible.

HIPO

Semillas de eneldo

El remedio más rápido para el hipo es una infusión preparada con semillas de eneldo. Una cucharadita colmada se introduce en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe sin endulzarla.

DOLENCIA DE DEGLUCIÓN

Malva enana

Una cucharadita colmada de malva enana se deposita en una taza, se le agrega agua muy fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe muy lentamente, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Bitter sueco

Para las dolencia de deglución se toma una cucharadita de bitter sueco tres veces al día, rebajándola con un poco de agua caliente o infusión de hierbas.

DOLORES

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla, que deberá aplicarse antes de la colocación del apósito de bitter sueco, se prepara de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos), se deja espumar, se remueve vigorosamente, y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio; la hojas, flores y tallos retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar.

Bitter sueco

Para calmar los dolores, no importa donde se presenten, puede ser una ayuda el bitter sueco. Según su intensidad se toma una cucharadita o cucharada tres veces al día, rebajándola con un poco de agua o infusión.

Por vía externa se utiliza el bitter sueco para fro-

tar o bien para colocar como apósito. La parte de piel afectada se frotará previamente con una buena capa de grasa de cerdo o de unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco reseque la grasa de la piel. La región dolorida se trata a continuación con bitter sueco diluido, frotándola o depositando sobre la misma una torunda de algodón humedecida.

HERIDA INCISA

Pie de león

Se lava el pie de león tierno, se aplasta con rodillo sobre un tablero de madera y la pasta de hojas obtenida se coloca sobre la herida incisa.

Llantén menor

Las hojas tiernas y lavadas de llantén menor o mayor se aplastan con un rodillo sobre un tablero y la pasta de hojas se coloca directamente sobre la herida.

Bitter sueco

Si se humedecen las heridas incisas 40 veces con el bitter sueco desaparecen, sin dejar cicatriz, así se puede leer en el antiguo manuscrito del Dr. Samst.

CATARRO

Manzanilla

Una cucharada colmada de manzanilla se agrega a un litro de agua hirviente, se respiran los vapores con la cabeza tapada bajo una toalla. Para que este tratamiento tenga su efecto es necesario que luego se permanezca en un local caliente.

Bitter sueco

A los primeros síntomas de catarro se humedece una torunda de algodón con bitter sueco y se mantiene debajo de la nariz, respirando profundamente. Sus vapores producen un rápido alivio. En épocas de gripe se debe tomar como medida preventiva una cucharadita diaria de bitter sueco, rebajada con un poco de agua templada.

Remedio casero

Con agua muy caliente se hacen baños de pies de 10 a 15 minutos de duración. El agua deberá ser tan caliente como se pueda resistir y se renovará constantemente.

PIES MALOLIENTES

Nogal

Cuatro cucharaditas colmadas de hojas de nogal cortadas finamente se depositan en un recipiente de un litro, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, y se cuele, añadiéndose al agua de la bañera. La duración del baño de pies será de 20 minutos.

Equiseto menor

Se bebe una taza diaria de infusión de equiseto, por la mañana, con el estómago vacío. Una cucharadita colmada de equiseto menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Esencia de equiseto menor

La esencia de equiseto menor es un remedio probado para los pies malolientes. Se llena un frasco con equiseto menor tierno y se vierte encima del mismo aguardiente de trigo con una graduación alcohólica del 38-40 %. Se deja en reposo este frasco por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Después de un lavado a fondo y un secado concienzudo se frotan los pies con esta esencia.

Baño de pies de equiseto menor

Un baño de pies con equiseto menor efectuado a diario puede sustituir también al frotamiento con la esencia de esta misma planta. 100 g de equiseto menor se dejan en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra vertiéndose en la bañera. La duración del baño será de 20 minutos.

DUREZA DE OÍDO

Aceite de manzanilla

Se monda una escila (cebolla albarrana), se trocea finamente y se calienta un poco dentro de acei-

te de manzanilla. Unas gotas de este aceite caliente se introducen en el conducto auditivo antes de la aplicación del bitter sueco.

El aceite de manzanilla se prepara de la manera siguiente: se llena un frasco con flores de manzanilla recién recolectada y se vierte aceite por encima de ellas, hasta que quedan sumergidas en su totalidad. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. El aceite de manzanilla así preparado deberá guardarse en el frigorífico.

Esencia de hierba de san Roberto

Se llena un frasco con hojas, flores y tallo de la hierba de san Roberto, lavadas y cortadas finamente, se vierte por encima de las mismas aguardiente de trigo con una graduación alcohólica del 38-40 %, dejando el frasco cerrado en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia se frota el conducto auditivo varias veces al día.

Bitter sueco

En primer lugar se introducen unas gotas de aceite de manzanilla o bien se frota con un poco de unguento de maravilla, para impedir un posible picor que se produciría por la acción del alcohol del bitter sueco y esta torunda se introduce en los oídos. También puede ser una ayuda el humedecer con la mano toda la periferia del pabellón auditivo con un poco de bitter sueco.

MELANCOLÍA

Té mixto

Los estados depresivos y la melancolía pueden sorprenderse con una infusión a partes iguales de verónica y de raíces de apio.

Una cucharadita colmada se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la noche antes de acostarse.

SENSACIÓN DE VÉRTIGO

Ajo de oso

El vértigo o la presión en la región de la cabeza se deben a menudo a una presión arterial excesivamente alta o bien a la calcificación de las arterias. El ajo de oso es una planta medicinal eficaz contra estas dolencias.

Se recogen hojas tiernas de ajo de oso durante la primavera, se lavan y se trocean finamente, comiéndose crudas. El ajo de oso es una buena guarnición en todos los platos, al igual que el perejil o la cebolleta. Con las hojas de ajos de oso se puede preparar una ensalada o bien hervirlas como verdura.

Verónica

Una cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza de infusión antes de acostarse.

Muérdago

Una cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 días. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión por día. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de líquido necesaria para el día.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas al día, tomándolas tan calientes como sea posible.

Espino albar

Una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores) se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectada y a partes iguales, se vierte encima de ellas aguardiente de trigo del 38-40 %, el frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De la esencia así obtenida se toman entre 4 y 10 gotas al día.

Bitter sueco

Para el vértigo el bitter sueco es una gran ayuda, aplicado interior y exteriormente.

Se toman tres cucharaditas de bitter sueco al día, rebajándolas con un poco de agua o de infusión. Aplicado exteriormente puede bastar con aspirar a menudo del frasco abierto. Se puede también verter el bitter sueco en una cucharilla y aspirar las gotas lentamente hacia el interior de la nariz. Con el bitter sueco algo rebajado con agua se humedece un paño y este paño se coloca sobre la frente. También es útil humedecer la vértebra atlas, que está en la base del cráneo, con un paño húmedo.

Remedio casero

Un paño de rizo, pequeño y manejable, se empapa en agua fría (debe ser húmedo pero no chorrear) y se coloca durante la noche sobre el corazón. Sobre este paño se coloca una lámina de plástico y por encima una toalla seca como aislamiento calorífico.

DEBILIDAD VISUAL

Esencia de árnica

Para reforzar la potencia visual se frota con esencia de árnica los párpados y la comisura palpebral varias veces al día.

De los cálices verdes del árnica se arrancan los pétalos y con ello se llena un frasco. Una vez llenos los 2/3 del mismo se vierte encima aguardiente de trigo del 38-40 % dejando el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Una parte de la esencia ya preparada se filtra mientras que otra parte se deja todavía en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial se rellena el frasco grande con alcohol. Al frotar los párpados hay que prestar atención en no hacer una aportación excesiva de esencia de árnica, con el fin de evitar que gotas de la misma puedan entrar en contacto con el globo ocular.

Maravilla

Una cucharadita colmada de maravilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con ella se llena un frasco para los ojos, que se puede adquirir en cualquier farmacia. Con esta infusión de maravilla se enjuaga el ojo.

Celidonia

Se lava la hoja tierna de la celidonia y se tritura su tallo entre el pulgar y el índice. Con la humedad así producida se frota con el dedo sobre el párpado cerrado en dirección a la comisura palpebral.

Este jugo espeso salido del tallo no deberá utilizarse para el tratamiento del ojo propiamente dicho.

Es de recomendar para mejorar la debilidad visual colocar hojas de celidonia tiernas y lavadas sobre los ojos cerrados durante la noche, sujetándolas con un paño.

Bitter sueco

Para incrementar la potencia visual se coloca diariamente un paño humedecido con bitter sueco rebajado sobre los ojos cerrados, en forma de apósito.

Paralelamente se frotarán los párpados con bitter sueco por la mañana y por la noche. El frotamiento se efectúa con los dedos desplazándolos desde la base de la nariz hacia la comisura palpebral.

TRASTORNOS VISUALES

Muérdago

Los trastornos visuales suelen ser el resultado de una presión sanguínea anormal, que puede ser regulada por el muérdago.

Una cucharadita colmada de muérdago se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se mantiene en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Baño de asiento de equiseto menor

Las madres jóvenes pueden padecer trastornos visuales poco después de haber sufrido un parto difícil. La causa del trastorno podría ser la sobrecarga padecida por los riñones durante el parto. En esta situación puede ser útiles los baños de asiento con equiseto menor, que procurarán una mejor irrigación de los riñones y una reducción de la presión sobre los ojos. Después de algunos baños de asientos los trastornos visuales desaparecerán.

100 g de equiseto menor se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. La hierba se recogerá

en prados pantanosos y en suelos alpestres. Seguidamente el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se está bañando. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

PUNZADA COSTAL

Galio

La infusión de galio promete ser una rápida ayuda para las punzadas costales. Una cucharadita colmada de galio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuela y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

ARDOR DE ESTÓMAGO

Maravilla

Una cucharadita colmada de maravilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Aleluya

Una cucharada de hojas tiernas de aleluya se deposita en un recipiente de 1/2 litro, se les agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra, se deja enfriar y se beben dos tazas de infusión al día.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar brevemente, se cuela y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

ERITEMA SOLAR

Licopodio

La piel quemada a consecuencia de una insolación se empolva muy suave y cuidadosamente con harina de licopodio, que es fina y blanda, para que extraiga calor y humedad de la herida.

Aceite de hipérico

En contraposición a todos los campos habituales de aplicación del hipérico cuando se quieran curar las quemaduras, eritemas solares y escaldaduras, el hipérico se combinará con el aceite de linaza.

Se llena un frasco con flores y brotes de hipérico recién recolectados, se vierte encima de ellos aceite de linaza hasta que las flores queden cubiertas en su totalidad. El frasco se deja en reposo durante tres semanas en lugar caliente. Después de algún tiempo el aceite se colorea y presenta una tonalidad rojiza. Con el aceite de hipérico se frota con cuidado las zonas quemadas por el sol varias veces al día.

HERIDA PUNZANTE

Esencia de árnica

Las heridas punzantes o las picaduras de insectos se frota con esencia de árnica. Para evitar posibles irritaciones de la piel se frota previamente la región con ungüento de maravilla.

Para preparar la esencia de árnica se llenan las 2/3 partes de un frasco con pétalos tiernos, arrancadas del cáliz verde del árnica. Se vierte aguardiente de trigo del 38-40 %, sobre las flores, llenando el frasco, y se le deja en reposo por lo menos durante dos semanas, en lugar caliente. Una parte de la esencia ya preparada se filtra y otra parte se deja todavía en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial se rellena el frasco con alcohol. La esencia de árnica del 75 % de alcohol que se puede adquirir en la farmacia se deberá rebajar a la mitad con agua hervida y fría, para evitar que produzca inflamaciones cutáneas. Esta esencia de árnica sin rebajar puede producir quemaduras.

Pie de león

Una cucharadita colmada de pie de león se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Además de utilizar la infusión por vía interna se puede aplicar también para lavados de la herida.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo pura y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la

sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio, mientras la hojas, las flores y el tallo se exprimen con fuerza, y el unguento así obtenido se guarda en frascos herméticos.

LESIÓN POR CHOQUE

Esencia de árnica

En caso de lesiones por choque se frota la parte afectada con esencia de árnica. Con el fin de evitar que se produzcan irritaciones de la piel se frota previamente la región con unguento de maravilla. La esencia de árnica se prepara llenando un frasco 2/3 partes con pétalos tiernos arrancados del cáliz verde del árnica. Se llena el frasco con aguardiente de trigo del 38-40 % y se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente- Una parte de la esencia ya preparada se filtra y se recoge en otros recipientes, mientras que otra parte de la misma se mantiene en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial se rellena el frasco grande con alcohol. La esencia de árnica con un contenido alcohólico del 75 % que se puede adquirir en las farmacias deberá rebajarse con agua hervida y fría, para prevenir posibles inflamaciones cutáneas. Esta esencia de árnica sin diluir puede provocar quemaduras.

Hipérico

Una cucharadita colmada de hipérico se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que se forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente y su contenido se pasa a través de un paño limpio; las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el contenido así obtenido se guarda en recipientes herméticos.

ESTREÑIMIENTO

Licopodio

Contra el estreñimiento se beberá una taza diaria de infusión caliente de licopodio, por las mañanas en ayunas.

Una cucharadita enrasada de licopodio se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. No es bueno beber más de una taza de infusión al día.

Ajo de oso

El ajo de oso estimula la digestión siendo un remedio probado contra el estreñimiento.

Se recogen en la primavera las hojas tiernas del ajo de oso, se lavan y se cortan finamente, comiéndose crudas. Al igual que el perejil el ajo de oso se añade a todos los platos, que normalmente se decoran con dicha hierba. Con las hojas de ajo de oso se pueden preparar incluso ensaladas, pudiéndose hervir como verduras.

Esencia de ajo de oso

Para poder disponer de la virtud curativa del ajo de oso a lo largo de todo el año se prepara su esencia. Se llena un frasco con hojas o tubérculos de ajo de oso troceados finamente, se vierte sobre ellos aguardiente de trigo de graduación 38-40 %, se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De esta esencia de ajo de oso se tomarán entre 10 y 15 gotas cuatro veces al día, rebajándolas con un poco de agua.

Ortiga menor

La infusión de ortiga menor favorece la evacuación del vientre. Se debería tomar una taza de infusión por las mañanas, media hora antes del desayuno, y otras dos o tres tazas repartidas en lo que resta de día, bebiéndolas muy calientes y a sorbos.

Una cucharadita colmada de ortiga menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, sin endulzarla.

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tan caliente como sea posible, de dos a tres tazas de infusión por día.

Nogal

La infusión de hojas de nogal es también un remedio probado en caso de estreñimiento.

Una cucharadita colmada de hojas de nogal cortadas finamente se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se cuele y se bebe a sorbos, una taza al día tomada con el estómago en ayunas.

Achicoria

Una cucharadita colmada de hojas de achicoria se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza entera o media e toma por la mañana con el estómago vacío.

Ursina falsa

Una cucharadita colmada de hojas de ursina falsa cortadas finamente se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas repartidas a lo largo del día.

Bitter sueco

Junto con alguna de las infusiones recién citadas se tomarán tres cucharaditas diarias de bitter sueco.

Higos y ciruelas

Durante la noche se dejan en remojo en agua fría higos y ciruelas pasas, que por la mañana se calientan y se comen antes del desayuno.

Granos de linaza

Con cada comida se tomarán tres cucharadas de grano de linaza con un poco de líquido, hasta que la digestión se normalice.

Agua fresca

Un vaso de agua fresca ya sea mineral o de pozo tomado antes del desayuno con el estómago vacío tiene efectos positivos sobre la evacuación del vientre. Si persisten los trastornos digestivos y el estreñimiento se debe efectuar además un cambio en la alimentación.

Por un lado se reducirán la carne y los productos derivados de cereales como son la pasta, los pasteles, las galletas, la comida en conserva, el pes-

cado ahumado, las salchichas, las comidas freídas en grasa, los aceites calientes, las patatas fritas, la carne de cerdo y los productos lácteos y por otro lado se aumentará la porción de frutas, verduras y los materiales inertes o indigeribles.

GLÁNDULAS SEBÁCEAS

Bitter sueco

Las glándulas sebáceas desaparecen si se humedecen a menudo con bitter sueco. Una torunda de algodón se humedece con gotas de bitter sueco y con ellas se frota la glándula sebácea.

LAGRIMEO

Lavado con malva enana

Si las lágrimas se secan y los ojos quedan con poca humedad o ninguna en absoluto entonces según mi experiencia son una buena ayuda los lavados y apósitos de infusiones de malva enana.

Una cucharadita colmada de malva enana se deposita en una taza, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Con la infusión templada se lavan los ojos con un frasco lavador (que se puede adquirir en todas las farmacias) o bien se impregna con ella un paño limpio y este paño se coloca sobre los ojos cerrados.

Milenrama

Si las lágrimas persisten en su fluir entonces recomiendo una infusión de milenrama.

Una cucharadita de colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos a tres tazas por día.

Té mixto

Si el lagrimeo no cesa, entonces recomiendo el té mixto siguiente:

Se toman 10 g de eufrasia, 10 g de valeriana, 15 g de cardo santo, 10 g de flores de lila, 15 g de pie de león, 20 g de manzanilla y 10 g de ruda. 15 g de esta mezcla de hierba se deposita en un recipiente de 1/2 litro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Se empapa un paño limpio en esta infusión mixta y se coloca ca-

liente sobre los ojos cerrados. Este apósito deberá renovarse después de 30 minutos. A continuación el paciente permanecerá en reposo por algún tiempo con un paño seco y caliente sobre los ojos.

SEQUEDAD DE LAS MUCOSAS

Malva enana

La malva enana es una ayuda para la sequedad de boca, de garganta o de nariz. Un cucharadita colmada de malva enana se deposita en una taza, se le añade agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Con el extrato se hacen gárgaras, y se enjuaga la boca y la garganta varias veces al día. El extracto frío se aspira hacia el interior de la nariz.

ALCOHOLISMO

Serpol

El serpol se considera un remedio probado para el alcoholismo. Un puñado colmado de serpol se añade a un litro de agua hirviente. La infusión se tapa, se deja reposar durante dos minutos, y luego se filtra recogiendo en un termo. Cada 15 minutos el alcohólico deberá beber una cucharada de esta infusión. La reacción del organismo ante esta cura de serpol es drástica. Náuseas, vómitos, intensa evacuación de vientre y orinar cuantioso, así como fuertes sudoraciones afectan al paciente, pero desembocan al mismo tiempo en un gran apetito y en una fuerte sensación de sed. La cura se repetirá cuantas veces sea necesaria hasta que queden paliadas las inevitables recaídas del paciente.

NÁUSEAS

Milenrama

Una cucharadita colmada de milenrama se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión al día.

Espino albar

Una cucharadita colmada de espino albar (se emplean las hojas y las flores) se deposita en una taza,

se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales y se vierte sobre ellas aguardiente de trigo del 38-40 %. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De esta esencia se tomarán a diario entre 4 y 10 gotas.

Bitter sueco

Junto con una infusión se tomarán un máximo de tres cucharaditas diarias de bitter sueco, el cual según el antiguo manuscrito expulsa el vértigo y las náuseas.

AGOTAMIENTO

Consuelda

En caso de agotamiento físico se coloca sobre los miembros sobrecargados una pasta caliente preparada con consuelda triturada.

Una cucharada de consuelda triturada se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente junto con unas gotas de aceite comestible, se remueve todo para formar un caldo, el cual se extenderá sobre un paño y se colocará caliente sobre la región afectada, sujetándolo con un segundo paño caliente.

Verónica

En caso de agotamiento mental, que suele ir acompañado de un gran nerviosismo, se puede recurrir a la infusión de verónica.

Una cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la noche antes de acostarse.

Hipérico

Para combatir el agotamiento físico se beben de dos a tres tazas de infusión de hipérico.

Una cucharadita colmada de hipérico se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

EXCESO DE PESO

Maíz

La infusión preparada con barba o cabellera de maíz es un medio desengrasante y adelgazante inofensivo, que puede aportar una ayuda natural y pronta en el caso de exceso de peso.

Una cucharadita colmada de cabellera de maíz se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, sin endulzar, un máximo de cuatro tazas por día.

Achicoria

Una cucharadita colmada de achicoria se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza diaria, por la mañana, con el estómago vacío.

SOBREEXCITACIÓN

Baño completo de serpol

Las personas nerviosas y sobreexcitadas deberían tomar con regularidad de uno a dos baños semanales completos de serpol.

Un cubo (de capacidad entre 6 y 8 litros) se llena con serpol tierno o bien con 200 g de serpol seco, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

INQUIETUD

Milenrama

El efecto tranquilizante de la milenrama acaba con el tormento de la inquietud interior.

Se deberían tomar de dos a tres tazas diarias de infusión de milenrama, bebiéndolas a sorbos. Para ello se deposita una cucharadita de milenrama en una taza, se deja reposar durante medio minuto y se filtra.

Baño de asiento de milenrama

Los baños de asiento de milenrama tomados paralelamente a la infusión, aceleran el proceso de tranquilización.

100 g de milenrama (se utiliza la planta entera) se ponen en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que toma el baño. La duración del mismo será de 20 minutos. Después la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

ESCALDADURAS

Aceite de hipérico

La utilización del aceite de hipérico para la curación de las escaldaduras tiene como requisitos importante la utilización del aceite de linaza para prepararlo. Con este aceite se frotará suavemente la piel dañada. Es evidente que después de la aplicación de este remedio casero conviene llamar de inmediato a un médico.

Para la preparación del aceite de hipérico se llena un frasco con flores y brotes de esta planta, se vierte encima de las mismas aceite de linaza, hasta que queden cubiertas en su totalidad. El frasco cerrado se dejará en reposo durante tres semanas en lugar caliente, hasta que el aceite tome coloración rojiza.

Remedio casero

Como medida de aplicación inmediata se separa la clara de la yema del huevo, la clara se extiende sobre un paño y este paño se coloca sobre la región escaldada. A continuación hay que llamar a un médico sin pérdida de tiempo.

PROBLEMAS DIGESTIVOS

Consuelda

Para remediar los problemas digestivos se beberán de dos a cuatro tazas diarias de infusión de consuelda.

Dos cucharaditas colmadas de raíces cortadas finamente se depositan en una taza, se les añade agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se guarda en un termo. Esta infusión se bebe a sorbos y sin endulzar.

Agrimonia

Una cucharadita colmada de agrimonia se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de dos tazas por día.

Aleluya

Una cucharada colmada de hojas tiernas de aleluya se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Ortiga muerta

Una cucharadita colmada de ortiga muerta blanca o amarilla se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza en el mediodía.

Nogal

Una cucharadita colmada de hojas de nogal troceadas finamente se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión por día.

Achicoria

Una cucharadita colmada de achicoria se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

Ursina falsa

Una cucharadita colmada de hojas de ursina falsa troceadas finamente se deposita en una taza, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

ESCLEROSIS

Ortiga menor

Se prepara una infusión con hojas de ortiga menor y agua muy caliente, después de lo cual las hojas se colocan sobre la frente y la vértebra atlas (la que está situada en la base de la cabeza).

Verónica

Una cucharadita colmada de verónica se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Equiseto menor

De forma complementaria a la infusión de verónica se bebe una taza diaria de infusión de equiseto menor. Una cucharadita colmada de equiseto menor se deposita en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Bitter sueco

Una torunda de algodón de tamaño apropiado se humedece con gotas de bitter sueco y se coloca como apósito sobre el occipucio, la vértebra atlas y la frente.

CONVULSIÓN

Almohadilla de licopodio

Con una cantidad de licopodio entre 100 y 200 g se llena una funda de almohada y se coloca sobre la región convulsiva.

Serpol

El serpol se aplica tanto interna como externamente para combatir los espasmos, en especial los gástricos, los menstruales o ginecológicos. A lo largo del día se tomarán dos tazas de infusión de serpol. Para ello se deposita una cucharadita colmada de serpol en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Almohadilla de serpol

Para la aplicación externa se llena una funda de almohada con tallos y flores secas de serpol y esta almohada se coloca sobre la región corporal afectada.

tada de espasmos. Antes de acostarse esta almohada de hierbas se calienta en el horno a poca temperatura y durante la noche se mantiene sobre la región dolorida.

Bitter sueco

En caso de espasmos fuertes en las manos o pies que a menudo suelen desembocar en la deformación de los mismos, el polifacético bitter sueco aportará su remedio. Se toman tres cucharadas diarias rebajadas con un poco de agua templada o con infusión, antes y después de las tres comidas.

LESIONES

Esencia de árnica

Para las lesiones de todo tipo recomendamos apósitos de esencia de árnica preparada con los pétalos de esta planta sumergidos en alcohol.

Los pétalos se extienden sobre un paño y este paño se coloca sobre la región lesionada.

Para preparar la esencia de árnica se llenan 2/3 de un frasco con pétalos arrancados del cáliz verde del árnica. Se llena el frasco con aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Se filtra una parte de la esencia ya preparada mientras que otra parte de la misma se deja todavía en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial en un frasco menor, se rellena con alcohol el frasco mayor que sigue conteniendo los pétalos.

Antes de aplicar el apósito se frota la región de la piel en que vaya a ser aplicado con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol de la esencia pueda sustraer a la piel su grasa.

La esencia de árnica con un 75 % de alcohol que se puede adquirir en las farmacias debe rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para prevenir posibles irritaciones de la piel. Esta esencia de árnica puede provocar quemaduras.

Esencia de consuelda

De aplicaciones casi tan universales como la esencia de árnica es también la esencia de consuelda, que se aplicará en todas las heridas y lesiones, tanto externas como internas.

Se lavan las raíces de la consuelda con un cepillo, se cortan finamente y se llena con ellas un frasco. Se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol y se deja en re-

poso en lugar caliente por lo menos durante dos semanas.

Aceite de hipérico

Con las flores de hipérico se prepara un aceite que se frota muy suavemente sobre las lesiones.

Se llena un frasco con flores y brotes de hipérico, se vierte encima de las mismas aceite hasta que queden cubiertas en su totalidad. El frasco se deja en reposo en lugar caliente durante tres semanas, hasta que el aceite tome una coloración rojiza.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta otra vez, aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar.

LUXACION

Para la luxación recomiendo el uso de la misma receta de hierbas medicinales que para la dislocación.

CATARRO CON INTENSA EXPECTORACIÓN

Ortiga menor

La producción de flema por parte de los órganos respiratorios y del estómago se remedia con una cura de infusión de ortiga menor a lo largo de algunas semanas.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza de infusión por día.

Salvia

También la salvia tiene efectos mucolíticos sobre los órganos respiratorios y el estómago.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Llantén menor

Si los órganos respiratorios producen gran cantidad de flema se consigue una rápida ayuda mediante una infusión de hojas de llantén menor o mayor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

DISLOCACIÓN

Esencia de árnica

En las dislocaciones se frota con esencia de árnica la región afectada o bien se coloca sobre la parte dolorida un apósito de esencia de flores de árnica preparada con alcohol.

Para la obtención de las esencias se llena un frasco hasta sus 2/3 con pétalos tiernos arrancados del cáliz verde del árnica. Se llena el frasco con aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Una parte de la esencia ya preparada se filtra y se recoge en otro recipiente, mientras que la segunda parte de la misma se deja todavía en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial se agrega alcohol al primer frasco de los pétalos, rellenándolo de nuevo. La esencia de árnica del 75 % de alcohol que se puede adquirir en las farmacias debe rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para prevenir posibles irritaciones de la piel. Esta esencia de árnica sin rebajar puede provocar quemaduras.

Petasita

Se lavan las hojas de petasita recién recolectadas, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera y la pasta así obtenida se coloca sobre la dislocación.

Aceite de serpol

Se frotran exteriormente las dislocaciones con aceite de serpol.

Se llena un frasco con hojas de serpol recién recolectadas, se vierte aceite sobre ellas hasta que quedan totalmente cubiertas. El frasco se deja en reposo en lugar caliente durante tres semanas. Con este aceite de serpol se frota la dislocación varias veces al día.

CALAMBRE DE PANTORRILLA

Almohadilla de licopodio

Se llena una funda de almohada con licopodio seco, utilizando para ello de 100 a 300 g de la hierba según la extensión de la región afectada, esta almohadilla de licopodio se coloca sobre la pantorrilla durante la noche.

VERRUGAS

Esencia de árnica

Para preparar la esencia de árnica se llena un frasco en sus 2/3 con pétalos arrancados del cáliz verde del árnica. El frasco se llena con aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, dejándose en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Una parte de la esencia ya preparada se filtra y se recoge en otro recipiente, mientras que la segunda parte de la misma se deja todavía con los pétalos. Después de este primer vaciado parcial se rellena el primer frasco que es el que contiene los pétalos. Esta esencia de árnica se aprieta fuertemente sobre la verruga mediante una torunda de algodón impregnada de la misma.

Jugo de maravilla

El jugo recién obtenido de la maravilla elimina las verrugas y la sarna.

Se lavan las hojas, flores y tallos tiernos y todavía húmedos se exprimen en el exprimidor correspondiente. Se frota la verruga con el jugo recién obtenido.

Jugo de celidonia

También es curativo el jugo recién preparado de la celidonia. Se lavan las hojas, flores y tallos recién recolectados y todavía húmedos se exprimen. Se frota la verruga con el jugo recién obtenido.

Bitter sueco

Se humedece la verruga con una torunda de algodón impregnada con unas gotas de bitter sueco, varias veces al día, hasta que desaparezca.

MENOPAUSIA

La menopausia supone una sacudida profunda en la vida de una mujer acarreado todo tipo de dolencias. La siguiente plantas medicinales del jardín de Dios van a aliviar un poco las dificultades de esta fase de reorganización.

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de tres tazas por día.

Pan y quesillo

Durante la menopausia se recomienda efectuar una cura regular de infusiones de pan y quesillo. A lo largo de cuatro semanas la mujer tomará dos tazas diarias de esta infusión. Para ello se deposita en una taza una cucharadita colmada de pan y quesillo, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas repartidas a lo largo del día. A continuación se descansa durante tres semanas y se empieza de nuevo la cura de cuatro semanas.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Se beberán de dos a tres tazas de infusión de muérdago repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para la jornada.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Baño de asiento de milenrama

Se debería tomar además un baño de asiento semanal de milenrama. Se depositan en un cubo de 5 litros 100 g de milenrama, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en

su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Té mixto

Se mezclan 25 g de flores de árnica, 50 g de raíces de valeriana, 25 g de musgo de Islandia, 25 g de toronjil, 25 g de milenrama y 25 g de salvia. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza de infusión por la mañana, con el estómago vacío.

FLUJO BLANCO

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Baño de asiento de milenrama

Una o dos veces por semana se debería tomar un baño de asiento con extracto de milenrama. Se depositan en un cubo de 5 litros 100 g de milenrama, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel de agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que deba tomar el baño. La duración del mismo será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Nogal

Se depositan en una recipiente de 1/2 litro dos cucharaditas colmadas de hojas de nogal, se les agrega agua fría y se dejan en reposo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Con este fuerte extracto se lava la vagina exteriormente.

Baño de asiento de equiseto menor

Alternando con el baño de asiento de milenrama se debería tomar también baños de asiento de equiseto menor. La preparación del baño es la misma.

Bitter sueco

Junto con alguna de las infusiones citadas se tomarán tres cucharaditas diarias de bitter sueco. Para ello cada una de las cucharaditas se diluirá en media taza de infusión, la mitad de esta mezcla se tomará antes de la comida y la segunda mitad después.

PICADURA DE AVISPA

En este punto recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para la picadura de insectos.

CURA DE LAS HERIDAS

Esencia de árnica

Las heridas recientes se tratan exteriormente con esencia de árnica. La herida se curará varias veces al día con apósitos de árnica. Para evitar irritaciones de la piel, ésta se frota previamente con aceite de manzanilla o de hipérico.

La esencia de árnica se prepara llenando un frasco en sus 2/3 con pétalos arrancados del cáliz verde del árnica. El frasco se llena seguidamente con aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Una parte de la esencia ya preparada se filtra, mientras que una segunda parte se deja en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial se añade alcohol al frasco que contiene los pétalos, rellenándolo.

La esencia de árnica del 75 % de alcohol que se puede comprar en las farmacias, puede rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para prevenir posibles inflamaciones cutáneas. Esta esencia sin diluir puede provocar quemaduras.

Licopodio

Las personas gravemente enfermas, que permanecen en la cama durante tiempo muy prolongado, suelen llagarse debido a esta larga inmovilización. Las llagas pueden cerrarse en poco tiempo gracias a la virtud curativa de la harina de licopodio, con la que se empolvarán con mucho cuidado las llagas abiertas, repartiéndola con mucho comedimiento.

Jugo de ajo de oso

El jugo recién obtenido a partir de hojas de ajo de oso se frota con cuidado sobre la región afectada, su virtud puede cerrar incluso aquellas heridas de mal curar.

Esencia de consuelda

Los apósitos de esencia de consuelda curan todas las heridas, lo mismo las internas que las externas. Se lavan con cepillo las raíces de la consuelda, se cortan finamente, se llena con ellas un frasco, se vierte sobre las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, hasta que quedan cubiertas en su totalidad. El frasco se guarda en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Se impregna un paño limpio con esencia de consuelda y se coloca sobre la herida. Antes de colocar este paño se frota la piel con unguento de maravilla o con aceite de manzanilla o de hipérico, para que el alcohol contenido en la esencia no sustraiga la grasa de la piel.

Lavado con verónica

Las heridas inflamadas y de mal curar sobre todo en la región de la espinilla, se tratan con extracto de verónica.

Se depositan en una recipiente de medio litro dos cucharaditas colmadas de verónica, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtran y con este extracto se baña la herida.

Apósito de verónica

Durante la noche se mantienen apósitos calientes sobre la herida. Se preparan repetidamente los extractos de verónica, tal como se acaba de indicar, se impregna con ellos un paño limpio y se coloca caliente sobre la herida. El apósito debe mantenerse caliente con otros paños.

Pie de león

La infusión de pie de león se bebe por su virtud curativa cardiotónica e hidrogoga con las heridas supurantes, la fiebre traumática y las úlceras. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Apósito de pie de león

La aplicación externa del pie de león consiste en un apósito de pasta de hojas. Las hojas del pie de

león recién recolectadas se lavan y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de las hojas se coloca con cuidado sobre la herida. Cuando este apósito deba cambiarse la herida se enjuagará sólo con agua hervida y fría.

Pan y quesillo

Las heridas que sangran abundantemente y que en apariencia nada las puede restañar se cerrarán después de haber tomado infusión de pan y quesillo.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pan y quesillo, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Aceite de hipérico

El aceite de hipérico no debería faltar en ningún botiquín doméstico. Es un famosísimo remedio para heridas abiertas, lesiones recientes, derrames de sangre, e incluso para quemaduras y escaldaduras. Se frota la herida o lesión con aceite de hipérico varias veces al día. Se llena un frasco con flores y brotes de hipérico y se vierte aceite encima de los mismos (en caso de quemaduras el aceite a utilizar será de linaza), hasta que queden totalmente cubiertos. El frasco se guarda en lugar caliente durante tres semanas, hasta que el aceite tome coloración rojiza.

Manzanilla

Se toma manzanilla para remediar cualquier dolor de heridas. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de manzanilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos de tres a cuatro tazas por día.

Exteriormente el extracto de manzanilla se emplea para lavado de las heridas. La dosificación es la misma que la de la infusión.

Malva enana

Las heridas localizadas en las manos o en los pies se curan con baños de malva enana.

Se depositan en un cubo de 5 litros dos puñados colmados de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan 12 horas en remojo. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Con esta infusión se bañan las manos o los pies durante 20 minutos. Después del baño se colocan sobre la herida hojas tiernas de llantén menor. Se lavan las hojas recién recolectadas y se aplastan con un rodillo sobre un tablero. La pasta de hojas se extien-

de sobre la herida abierta y se sujeta con un paño. Este apósito se deja actuar durante la noche.

Apósito de galio

Los apósitos calientes con extractos de galio curan las heridas.

Se depositan dos cucharaditas colmadas de galio en un recipiente de medio litro, se les agrega agua muy caliente, se dejan reposar durante medio minuto, se filtran y se impregna un paño con esta infusión. Se coloca el apósito sobre la herida y se envuelve con un paño caliente.

Petasita

Las heridas que escuecen, las úlceras malas y todo tipo de quemaduras se curan con apóstitos de hierbas tiernas de petasita.

Se lavan las hojas recién recolectadas, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera, y la pasta de hojas se coloca sobre la herida. Este apósito deberá renovarse varias veces al día. Para ello la herida se lavará solamente con agua hervida y fría, hasta que se hayan apartado todos los residuos de la pasta de hojas, antes de colocar un nuevo apósito sobre la misma.

Maravilla

La infusión de maravilla favorece la curación de las heridas.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día.

Ungüento de maravilla

Los dolores que producen las heridas se curan con unguento de maravilla.

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (flores, hojas y tallo).

Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente y se pasa su contenido a través de un paño limpio. Las hojas y tallo y flores se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Esencia de maravilla

La esencia de maravilla rebajada con agua hervida es apropiada para la preparación de apósitos,

en particular para curar heridas, llagas abiertas formadas por decúbito y para úlceras purulentas. Se llena un frasco con un puñado de flores, se vierte sobre ellas un litro de aguardiente de trigo del 38-40 %. Se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. La esencia así obtenida se rebaja a la mitad con agua hervida, con ella se humedece un paño y este paño se coloca sobre la herida. Este apósito se envuelve con otro paño caliente.

Llantén menor

Las hojas tiernas de llantén menor o mayor curan incluso heridas antiguas.

Se lavan las hojas del llantén recién recolectadas, se aplastan con rodillo sobre un tablero de madera y la pasta de hojas se extiende directamente sobre la herida.

Jugo de centinodia

Se lava la centinodia recién recolectada y todavía húmeda se exprime en un exprimidor. Con el jugo recién obtenido se frotan las heridas varias veces al día.

Apósito de equiseto menor

Los apósitos transpirables de equiseto menor curan incluso las heridas tumefactas.

Se depositan sobre un tamiz dos puñados colmados de equiseto menor, este tamiz se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua que desprende la olla caliente la hierba. Se vierte el contenido del tamiz sobre un lienzo que se coloca a continuación sobre la herida. Se envuelve este apósito con paños calientes y se deja actuar durante varias horas o bien durante toda la noche.

Lavado con equiseto menor

Otra posibilidad de aplicación del equiseto menor son los lavados y los baños. Para los lavados con extracto de equiseto menor se depositan en un recipiente de medio litro dos cucharaditas colmadas de esta hierba, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto se lavan las heridas varias veces.

Baño de asiento de equiseto menor

Si las heridas son mayores y están localizadas en las piernas se recomienda un baño de asiento con equiseto menor.

100 g de esta hierba se ponen en remojo en agua

fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Té mixto

Las heridas purulentas y de difícil curación se lavarán con un extracto a partes iguales de maravilla y equiseto menor.

Se deposita en un recipiente de medio litro una cucharada colmada de estas hierbas, se les agrega agua muy caliente, se las deja reposar durante medio minuto, se filtra y con este extracto se lava la herida varias veces.

Bitter sueco

Las heridas y cicatrices curan sin dejar huella si se las humedece diariamente antes de acostarse con bitter sueco. Se impregna una torunda de algodón con gotas de bitter sueco y se humedece con ella la cicatriz.

GUSANOS (helminos)

Ajo de oso

Gracias a sus propiedades curativas de nuestro sistema digestivo tanto gástrico como intestinal, el ajo de oso cura definitivamente los intestinos afectados de gusanos.

Se recogen en primavera las hojas tiernas de ajo de oso, se lavan y se trocean finamente, comiéndose crudas. Se adornan con ajo de oso casi todos los platos como si fuera perejil, que normalmente se ornamentan o refinan con verde tierno. Con hojas de ajo de oso se puede preparar incluso una ensalada o hervir como verdura.

Esencia de ajo de oso

Para disponer de la virtud curativa del ajo de oso a lo largo de todo el año, se prepara su esencia. Se llena un frasco con sus hojas o tubérculos cortados finamente, se vierte encima de ellas aguardiente de trigo de 38-40 % de alcohol, se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. De esta esencia de ajo de oso se tomarán entre 10 y 15 gotas cuatro veces al día, rebajándolas con un poco de agua.

Pepitas de calabaza

Las pepitas de calabaza son el remedio casero más antiguo que se conoce contra los gusanos. Los niños comerán diariamente entre 10 y 15 pepitas mondadas, los adultos entre 20 y 30. Al mondar las pepitas hay que prestar atención en dejar íntegra la envoltura interior, que se deberá comer. Las pepitas deben masticarse muy bien. Al cabo de una hora se bebe media cucharadita de ricino. La cantidad de pepitas de calabaza deberá aumentarse si se efectúa una cura contra la tenia. Se observará una dieta estricta, se masticarán bien entre 80 y 100 pepitas mondadas, distribuidas en cuatro porciones. Una hora después de la toma de cada una de las porciones se bebe media cucharada de aceite de ricino. Esta cura se puede repetir tantas veces como se desee, sin que produzca efectos secundarios perjudiciales.

Las lombrices intestinales se combaten con zanahorias crudas y remolachas rojas. Esta comida se acompaña de jugo crudo de col fermentada. Una salida rápida de las lombrices intestinales se consigue también con ajo, rábano rústico y cebollas, que se cuecen con leche y se beben a sorbos tan calientes como sea posible.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharada colmada de flores de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza diaria.

Aleluya

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas tiernas de aleluya, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Bitter sueco

Con alguna de las infusiones arriba indicadas se tomarán tres cucharaditas diarias de bitter sueco, antes y después de las comidas. Se frota el ombligo con unguento de maravilla y se coloca un paño humedecido con bitter sueco sobre el mismo.

DIENTES QUE SANGRAN

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar por breve tiempo, se filtra y con este extracto

se hacen gárgaras varias veces al día. Se puede además impregnar una torunda de algodón con el extracto de salvia y colocarla junto al diente que sangra.

Remedio casero

Se sumerge un cepillo de dientes húmedo en zumo de limón recién preparado y se masajea con el cepillo el diente que sangra.

EXTRACCIÓN DENTAL

Pie de león

Después de la extracción dental se recomienda enjuagar la cavidad bucal varias veces al día con infusión de pie de león.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión algo más fría se hacen gárgaras varias veces al día.

INFLAMACIÓN DE LAS ENCÍAS

Nogal

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas de nogal troceadas finamente, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión se hacen gárgaras varias veces al día.

Equiseto menor

Se mezclan a partes iguales equiseto menor e hipérico, preparando una infusión con esta mezcla, que se utilizará para las gárgaras, varias veces al día.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de la mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra, se deja enfriar un poco y se efectúan las gárgaras.

FLEMÓN DE LA ENCÍA

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto se hacen gárgaras varias veces al día.

De vez en cuando se debería lavar la región afectada con el extracto de galio.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto se hacen gárgaras varias veces al día. Se puede además impregnar una torunda de algodón con el extracto de salvia y colocarla sobre la encía inflamada.

DOLOR DE MUELAS

Manzanilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de manzanilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Con la infusión algo más fría se puede enjuagar además la cavidad bucal varias veces al día.

Bitter sueco

Para combatir el dolor de muelas se toma una cucharada de bitter sueco rebajándola con un poco de agua o infusión, se mantiene este sorbo durante un cierto tiempo dentro de la boca antes de tragarlo. Se puede además impregnar una torunda de algodón con gotas de bitter sueco y colocarla sobre la muela dolorida.

DIENTES QUE SE MUEVEN

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se hacen gárgaras varias veces al día.

Con esta infusión se puede impregnar una torunda de algodón que se colocará junto al diente que se mueve.

Té mixto

Se deposita en un recipiente de medio litro dos cucharaditas colmadas de una mezcla a partes iguales de corteza de roble, pie de león, salvia y cetinodia, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante **12** horas. A continuación el extracto frío

se calienta y se filtra. Con esta infusión se enjuaga la cavidad bucal varias veces al día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día. Además de los enjuagues se recomienda masajear con esta infusión la encía mediante un cepillo suave.

SABURRA LINGUAL

Infusión de ajeno

La infusión de ajeno es un remedio casero antiguo contra la lengua saburrosa. Sin embargo la opinión generalizada de que el ajeno es sano e inofensivo no es, lamentablemente, cierta. Hay que tener mucho cuidado con el ajeno. Por lo tanto se depositará sólo media cucharadita de ajeno en una taza de agua muy caliente. Esta infusión se puede tomar también mezclada con otra infusión de hierba.

VESÍCULA LINGUAL

Bitter sueco

Las vesículas o ampollas que aparecen sobre la lengua, debidas frecuentemente a haber tomado comidas excesivamente calientes, se tratan con bitter sueco.

Se toman como máximo tres cucharadas de bitter sueco rebajadas con un poco de agua o infusión de hierbas, se retiene este líquido durante unos momentos en la boca antes de tragarlo.

DOLENCIA LINGUAL

Galio

La hinchazón, los dolores, las quemaduras provocadas por la comida caliente en exceso, todo ello se cura con galio tierno. Se necesitan de 6 a 8 tazas de infusión al día, preparadas con galio recién recolectado y troceado finamente.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con ella se llena un termo con la porción del día.

Se enjuaga la boca varias veces con la infusión, se hacen gárgaras y de vez en cuando se toma un sorbo grande. Este tratamiento se sigue durante varios días consecutivos, hasta que desaparece la dolencia.

IV. La fe mueve montañas

Las enfermedades que se detallan a continuación sólo las puede diagnosticar un médico, sólo él debe diagnosticarlas. En muchos casos surgen conflictos entre la ciencia de la medicina académica y la confianza depositada en la virtud curativa de nuestras plantas medicinales del jardín de Dios. Un médico inteligente nunca le prohibirá que utilice las plantas medicinales, porque sabe perfectamente que sólo ayudan, nunca perjudican.

Y todas las personas como pacientes tienen derecho a que su salud ocupe incondicionalmente el centro de todas las atenciones. Como pacientes no estamos incapacitados y no debemos permanecer pasivos cuando se cuestiona el tratamiento de nuestra enfermedad.

Por el contrario todos los médicos deberían estar satisfechos de no tener que llevar en solitario la carga de la responsabilidad sino que pudieran hablar abiertamente con su paciente sobre todos los problemas y las medidas para combatirlos. La decisión acerca de lo que se va a hacer la toma siempre usted. Incluso en aquellos casos en los que no queda tan claro ni manifiesto, en aquellas actuaciones cuya importancia es menor que la de una intervención quirúrgica, a la que usted normalmente debe dar su consentimiento formalmente y por escrito.

Quisiera que usted no interpretara mal mis palabras. Estos renglones pretenden contribuir a cambiar algo que he comprendido a través de la lectura de innumerables cartas: el uso clandestino de las plantas medicinales por miedo a la reacción de los médicos que nos asisten. Un señor me escribió: «A mis doctores no les he contado nada. Que sigan pensando que con sus interminables rondas de consultas habrían encontrado algo que me hubiera curado. No me creerían si les contara que la salud la debo a las plantas medicinales.» ¿Por qué, me pregunto, no debemos informar puntualmente a los médicos de lo que estamos haciendo? Teniendo en cuenta además que a ellos sólo les debe interesar el bienestar de sus pacientes.

Los críticos, por la motivación que sea, me van a reprochar con toda seguridad que cuando escribo que puede haber remedio incluso para el cáncer, la esclerosis múltiple o la «incurable» psoriasis, por citar sólo alguna de las enfermedades más temidas, lo que estoy haciendo es dar falsas esperanzas a los enfermos graves, a aquellos casos desesperados que han sido ya desahuciados por la medicina.

Creo que puedo rechazar este reproche con pleno conocimiento de causa. Mi fe y mi experiencia me han enseñado que incluso en las situaciones más desesperadas puede tener cabida el remedio. Pequeño es el conocimiento que tengo del porqué las plantas medicinales curan y pequeño es también mi conocimiento acerca de si la fe puede ser más importante que las mismas plantas medicinales. Pero hay algo que sé con toda seguridad y es que sin una fe grande en la gracia y en la omnipotencia de Dios todos estaríamos perdidos, los enfermos de igual manera que los sanos.

Un canceroso que, una vez agotados todos los recursos de la medicina, se devuelve a su casa para que espere allí su muerte, si se entrega pasivamente a su destino no vivirá mucho tiempo. Pero un paciente que sea capaz de cobrar nuevos ánimos y que no se deje avasallar por la desesperación puede recuperar las riendas de su destino, puede salir victorioso de la lucha con su enfermedad.

Así lo confirma un estudio realizado por el neurofisiólogo americano Dr. Herbert Spector. Después de observar durante diez años un grupo de mujeres, aquejadas de cáncer de mama, llegó al resultado siguiente: de las mujeres que soportaron su enfermedad no como un hecho irremediable del destino sino que reaccionaron con ánimo combativo, después de diez años seguían todavía con vida el 80 por ciento. De las mujeres que se resignaron y abandonaron su voluntad de sobrevivir, después de diez años sólo quedaron con vida el 10 por ciento.

La fe mueve montañas, todos conocemos esta sentencia. Pero muy pocas personas se han dado cuenta de cuánto consuelo, esperanza y ánimo están encerrados en esta simple frase. Junto con las plantas medicinales del jardín de Dios esta sentencia puede mostrar a todos los hombres la salida de este valle de lágrimas de la desesperación.

ABSCESO

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que el

contenido de la sartén forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el ungüento así

obtenido se guarda en frascos herméticos. Con este unguento se frota el absceso.

Ursina falsa

Se lavan las hojas recién recolectadas de la ursina falsa y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas recién preparada se coloca sobre la región enferma y se sujeta con un paño caliente.

Por descontento que se pueden preparar también apósitos con las hojas enteras y lavadas.

Apósito de equiseto menor

Se suspenden dos puñados colmados de equiseto menor dentro de un tamiz sobre una olla que contenga agua hirviente. El vapor producido por la olla caliente la hierba. Se vierte el contenido del tamiz en un paño limpio y se coloca como apósito sobre la región enferma. El apósito transpirable de equiseto menor se deja actuar durante varias horas o bien durante toda la noche.

Bitter sueco

Se humedece el absceso varias veces al día con bitter sueco sin rebajar.

Remedio casero

Se vierte leche en una cacerola hasta que su fondo queda cubierto. Se le añade 100 g de requesón (tarrina) y se calienta todo agitando vigorosamente. Se extiende el requesón caliente (pero que no queme) sobre un lienzo limpio y se coloca sobre el absceso durante la noche.

ADENOMA

Apósito de equiseto menor

Se depositan sobre un tamiz dos puñados llenos de equiseto menor y se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido por la olla (el tamiz no debe estar en contacto directo con el agua) actúa sobre el equiseto menor y lo va calentando. Una vez está caliente se vierte el contenido del tamiz sobre un lienzo limpio y este lienzo se coloca como compresa sobre el lugar en el que está localizado el adenoma. La compresa de equiseto vaporizado se colocará tres veces al día. Para ello es posible reutilizar varias

veces las mismas hierbas. La primera compresa se coloca por la mañana después del desayuno, el paciente debería estar en reposo en la cama, dejando que la compresa actúe durante dos horas. A media tarde se remueva el apósito, el paciente debería encontrarse de nuevo tendido en la cama, dejando que el apósito actúe otras dos horas. La tercera compresa de equiseto vaporizado se colocará poco antes de acostarse, dejando que actúe durante toda la noche. Para ello es muy importante que sobre la compresa se coloque un paño caliente y que el paciente esté perfectamente envuelto, para impedir que se disipe la virtud curativa de los vapores del equiseto menor.

Compresa de bitter sueco

Al mediodía, entre la primera y la segunda compresa de equiseto menor transpirable se colocará una compresa de bitter sueco durante cuatro horas.

Previamente se unta la región con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol del bitter sueco disuelva la grasa de la piel. Un fragmento suficientemente grande de celulosa o bien una torunda de algodón se humedecen con gotas de bitter sueco y se colocan sobre el lugar de la dolencia. Como aislamiento calorífico se colocará encima una torunda de algodón seca o bien un paño caliente, el apósito se cubrirá con una lámina de plástico para proteger las ropas y se sujetará todo ello con un paño limpio.

Con la compresa de bitter sueco el paciente podrá moverse dentro de su hogar, no siendo necesario que guarde cama.

Después de dejarla actuar durante cuatro horas, la compresa se retira y se empolva la piel para prevenir un posible escozor.

Equiseto menor

De forma paralela a las compresas se toma diariamente una taza de infusión de equiseto menor por las mañanas con el estómago vacío y una segunda taza por las noches, media hora antes de acostarse.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Té mixto

Acompañando a las compresas y a la infusión de equiseto menor se beberá a lo largo del día de un litro y medio a dos litros de té mixto de la composición siguiente:

100 g de ortiga menor, 300 g de maravilla, 100 g de milenrama se mezclan bien entre sí.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

En la medida de lo posible se añadirá a cada una de estas seis tazas diarias de infusión de tres a cinco gotas de jugo de aleluya. Este jugo se prepara con aleluya tierna, que se licúa en una licuadora.

Ungüento de maravilla

El ungüento de maravilla que se precisa para extender sobre la piel antes de la aplicación del apósito de bitter sueco se prepara de la manera siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo), se deja que espume y se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en la sartén se exprimen con fuerza y el ungüento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar.

ALERGIAS

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas por día.

Lavado con malva enana

Las alergias de piel se curan con lavados de malva enana.

Se depositan en un recipiente de 1/2 litro dos cucharaditas colmadas de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Con el extracto de malva enana se lava la parte de piel afectada varias veces al día.

DOLORES DE AMPUTACIÓN

Consuelda

Se deposita en una taza una cucharada de harina de consuelda, se le agrega agua muy caliente, y

unas gotas de aceite comestible, se remueve hasta formar una pasta, que se extiende sobre un paño y se coloca caliente sobre el muñón. Una vez se haya enfriado la pasta deberá renovarse.

Lirio

En octubre se arrancan las raíces del lirio, se lavan a fondo con un cepillo y se cuelgan para que se sequen. Una vez secas se muelen en un molinillo de café hasta que queden convertidas en polvo.

Se deposita en un recipiente de 1/2 litro una cucharadita de este polvo, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos repartido a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con esta infusión.

Baño de serpol

Se debería bañar el muñón tres veces por semana con extracto de serpol.

Se deposita en un recipiente de 5 litros un puñado colmado de serpol, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 5 horas. A continuación este líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera.

La duración del baño será de 20 minutos.

Almohadillas de serpol

Como apósito durante la noche recomendamos una almohadilla llena de serpol y licopodio. Se llena una funda con una cantidad entre 100 y 150 g tanto de licopodio como de serpol, se calienta ligeramente esta almohadilla en el horno y se coloca durante la noche sobre el muñón.

Esencia de cebolla

En los dolores de la amputación puede ser una ayuda la esencia de cebolla, que se puede comprar en herboristerías y comercios especializados en dietética. Su preparación es simple: las cebollas se mondan y se cortan en rodajas. Se llena un frasco con estas rodajas, se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, y este frasco cerrado se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Con la esencia de cebolla así obtenida se frota el muñón.

ANEMIA

Ortiga menor

Gracias a sus principios activos hemopoyéticos la ortiga menor procura remedio incluso en la anemia.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión por día.

ANGINAS

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

ANGINA DE PECHO

Esencia de árnica

En las angiostenosis coronarias se masajea suavemente la región del corazón con esencia de árnica. Se produce de inmediato la tranquilización. Se arrancan los pétalos del cáliz verde del árnica y se llena con ellos un frasco. Una vez se han llenado los 2/3 del mismo se vierte encima de los pétalos aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas, en lugar caliente. Una parte de la esencia ya preparada se filtra y se recoge en otro frasco menor, mientras que la parte restante se deja en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial se puede rellenar el primer frasco con alcohol.

La esencia de árnica del 75 % de alcohol que se puede adquirir en las farmacias debe rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para prevenir posibles inflamaciones cutáneas. Esta esencia de árnica sin diluir puede provocar quemaduras.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Espino albar

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de espino albar (se emplean las hojas y las flores),

se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales, se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. El frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. De la esencia así obtenida se tomarán diariamente entre 4 y 10 gotas.

Vino cordial

Se añaden a un litro de vino natural diez ramitas de perejil, de una a dos cucharadas de vinagre de vino de calidad y se hierve este líquido durante diez minutos sobre una llama pequeña. Se filtra el vino y se le añaden 300 g de miel de abejas, mezclándolos bien. Se tomarán de dos a tres cucharadas diarias de este vino cordial. Ante el dilema de qué vino hay que tomar si blanco o tinto, cada uno puede dejarse guiar por su propio gusto.

Bitter sueco

Se masajea la región del corazón varias veces al día con bitter sueco sin rebajar.

ATERIOSCLEROSIS

Esencia de ajo de oso

Se previene la arteriosclerosis tomando de 10 a 12 gotas de esencia de ajo de oso cuatro veces al día, diluyéndolas con un poco de agua.

Se llena un frasco con hojas o tubérculos de ajo de oso cortados finamente, se vierte encima de los mismos aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas.

Verónica

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de verónica, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día. Cada año se debería beber durante una temporada infusión de verónica preparada con la planta recién recolectada, para prevenir la arteriosclerosis.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se filtra. Como medida preventiva se beben de dos a tres tazas de infusión por día repartidas a lo largo del mismo. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria.

Espino albar

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores), se le agrega agua muy caliente, se infunde durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con las flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales, y se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. El frasco se deja en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. De la esencia así preparada se tomarán diariamente de 4 a 10 gotas.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales verónica y equiseto menor, bebiéndose la infusión para prevenir la arteriosclerosis.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada con la mezcla de estas hierbas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día.

Como medida preventiva se puede beber esta infusión sin problema alguno durante todo el año, una taza diaria basta.

ARTRITIS

Esencia de consuelda

Las fricciones regulares con esencia de consuelda alivian los dolores.

Se lavan las raíces de la consuelda con un cepillo y se cortan finamente. Se llena un frasco con dichas raíces, vertiendo sobre ellas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, dejándolo en reposo durante dos semanas y en lugar caliente. Con la esencia así obtenida se hacen friegas diarias.

Apósito de hojas

Se planchan en caliente las hojas de berza y se colocan sobre las articulaciones doloridas. El apósito se sujeta con un paño caliente.

Más efectiva todavía es la pasta de hojas, preparada con ursina falsa recién recolectada. Se lavan las hojas y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera, se colocan sobre la región dolorida y se sujetan con un paño. Esta pasta se deja actuar durante toda la noche.

Ortiga menor

Se beben cuatro tazas diarias de infusión de ortiga menor repartidas a lo largo del día, intercaladas entre dos tazas de infusión de equiseto menor. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Ungüento de maravilla

Antes de aplicar la compresa de bitter sueco se untará la piel con el ungüento de maravilla preparado de la forma siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que espumen, se remueven vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo se exprimen con fuerza y el ungüento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar.

Equiseto menor

Se bebe a diario una taza de infusión de equiseto menor por la mañana, media hora antes del desayuno, y por la noche, media hora antes de la cena.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Baño de asiento de equiseto menor

Una vez al mes se debería tomar un baño de asiento de equiseto menor. Se deposita en un recipiente de 5 litros 100 g de equiseto menor, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y

se añade a la bañera. El nivel de agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. Una vez terminado la persona que lo haya tomado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Bitter sueco

Aprovechando las cuatro tazas de ortiga se tomarán tres cucharadas de bitter sueco al día. Cada una de ellas se añadirá a media taza de la infusión de ortiga menor, y la mezcla así obtenida se tomará a partes iguales la mitad antes de cada comida y la otra mitad después de la misma.

Las zonas doloridas se tratarán a diario con un apósito de bitter sueco, que se dejará actuar durante cuatro horas. Previamente la región correspondiente se frotará con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. Se humedece una torunda de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco, colocándola a continuación sobre la región enferma. Como aislamiento calorífico se colocará encima una torunda de algodón seca, cubierta a su vez con una lámina de plástico para proteger la ropa, y fijada finalmente con un paño limpio. Después de retirado el apósito de bitter sueco se empolvará la piel para prevenir un posible picor.

ARTROSIS

Para la artrosis recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para la artritis.

ASMA

Jugo de fáfara

Se exprimen las hojas tiernas de fáfara en un exprimidor adecuado. Se toman de dos a tres cucharadas diarias del jugo fresco, mezclándolas con una taza de caldo caliente o con leche caliente.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla que se aplicará sobre la piel antes de la colocación del apósito de bitter sueco se prepara de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se les añade un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la

sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar aunque sea ligeramente, el contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallo retenidas en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos herméticos.

Bitter sueco

El asma es, según mi experiencia, una dolencia provocada a menudo por un trastorno del hígado. Cuando este órgano se inflama, oprime a los órganos restantes, provocando los dolores típicos del asma. Por consiguiente recomiendo una compresa de bitter sueco sobre el hígado.

En primer lugar se frotará la piel con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón, suficientemente grande, con gotas de bitter sueco, se la deposita sobre la región hepática y se cubre con una capa de algodón seco, encima de la cual se coloca una lámina de plástico. Con un paño caliente se sujeta el apósito. Según la tolerancia del paciente el apósito se dejará actuar durante cuatro horas o bien durante toda la noche.

DISNEA (sofocos)

Licopodio

El endurecimiento del hígado (cirrosis hepática) es a menudo la causa de una disnea grave, que impide a los pacientes conciliar el sueño por las noches. En este caso el licopodio opera verdaderas maravillas. Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, por la mañana y con el estómago vacío. No se debe más de una taza diaria.

Vino de ajo de oso

El vino de ajo de oso deshace las mucosas del pecho y remedia los trastornos respiratorios consiguientes, que pueden presentar incluso los síntomas de disnea.

Se añade un puñado de hojas de ajo de oso tiernas y cortadas finamente a 1/4 de litro de vino blanco, se calienta el vino a ebullición, se endulza con un poco de miel y se bebe el vino ya frío a sorbos, repartiéndolo a lo largo de todo el día.

Fárfara

Si la disnea presenta ataques de ahogo se aspirarán vapores de fárfara varias veces al día.

Se prepara una infusión con una cucharada colmada de hojas y flores de fárfara en agua muy caliente, se respiran sus vapores con la cabeza debajo de un paño. Se repiten estas inhalaciones varias veces al día.

Muérdago

Si la disnea corresponde a un síntoma secundario de la menopausia entonces la paciente debería tomar durante un cierto tiempo de una a dos tazas diarias de infusión de muérdago.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación se calienta el líquido, se filtra y se bebe a sorbos. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para la jornada.

Petasita

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de petasita cortadas finamente, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. Según la gravedad de la disnea se beberán de una a dos tazas de infusión por día.

Ungüento de maravilla

El ungüento de maravilla que se aplicará antes de la colocación del apósito de bitter sueco se prepara de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se le agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el ungüento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar.

Apósito de equiseto menor

Durante la noche se recomienda un apósito transpirable de equiseto menor.

Se deposita sobre un tamiz un puñado colmado de equiseto menor, este tamiz se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor desprendi-

do por- la olla caliente el equiseto menor. La hierba, una vez caliente, se recoge sobre un paño y se coloca sobre el hígado enfermo. Con otro paño limpio se sujeta este apósito, aislándolo caloríficamente, y dejándolo sobre el cuerpo durante la noche.

Compresa de bitter sueco

Como ya se ha advertido al principio la causa de una disnea radica a menudo en un trastorno hepático. Para reducir la presión que el hígado ejerce sobre otros órganos tales como bronquios, pulmón y corazón, se colocará una compresa de bitter sueco sobre la región hepática durante cuatro horas. Antes de colocar la compresa de bitter sueco se deberá frotar esta región del cuerpo con unguento de maravilla, con el fin de que el alcohol contenido en el bitter sueco no sustraiga la grasa de la piel. Sobre la torunda de algodón humedecida con bitter sueco se colocará, como protección calorífica, una segunda torunda de algodón seca, encima de esta última una lámina de plástico para proteger la ropa; todo ello se fija con un paño. Al retirar el apósito de bitter sueco se empolva la piel para prevenir un posible escozor.

DOLORES DE CARTILAGO INTERVERTEBRAL

Baño completo de tubérculos de peonía

Se lavan dos puñados colmados de tubérculos de peonía, se trituran finamente, se ponen en remojo con 5 litros de agua fría durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la misma deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Esencia de tubérculos de peonía

La eficacia de este baño completo se incrementa si se vierten al mismo tres cucharadas de esencia de tubérculos de peonía.

Se lavan los tubérculos y se trituran, se llena un frasco con ellos y se vierte encima de los mismos aguardiente de trigo con 38-40 % de alcohol, de tal manera que queden completamente cubiertos. Se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas.

Baño de asiento de equiseto menor

Los baños de asiento con equiseto menor tienen un efecto extraordinariamente rápido sobre los dolores de cartílago intervertebral.

En un cubo de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

LESIÓN DE CARTÍLAGO INTERVERTEBRAL

Baño completo de consuelda

Para remediar las lesiones del disco intervertebral se debería tomar con alguna frecuencia un baño completo con hojas de consuelda.

Se depositan en un cubo de 5 litros 500 g de hojas tiernas o bien 200 g de hojas secas de consuelda, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel de agua de la misma deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

Baño de asiento de equiseto menor

Se depositan en un cubo de 5 litros 100 g de equiseto menor, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido se calienta y se vierte sobre el agua de la bañera para tomar un baño de asiento. El nivel del agua debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

SARNA DE LOS BARBEROS (sicosis)

Lavado con equiseto menor

La sarna de los barberos se cura con lavados o baños de equiseto menor.

Se depositan en un recipiente de un litro cuatro cucharaditas colmadas de equiseto menor, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtran y con el extracto se lava la sicosis varias veces al día.

Compresa de equiseto menor

Las hierbas calientes retenidas en el filtro pueden depositarse a su vez sobre un paño limpio y colocarse como apósito sobre la sicosis.

Una vez el apósito se haya enfriado se calentará la infusión de equiseto menor y se lavará la sicosis con ella.

DOLENCIA DE PÁNCREAS

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación este extracto frío se calienta y se filtra. Antes y después de cada comida se bebe un sorbo de esta taza. Se beben seis sorbos al día, con otras palabras, no se debe beber más de una taza diaria de infusión de ácoro. Lo más práctico es llenar un termo con la infusión.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se frota la piel con unguento de maravilla preparado de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar la sartén, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos herméticos.

Apósito de equiseto menor

Para esta enfermedad se recomienda además colocar sobre el vientre dos veces al día y durante dos horas un apósito transpirable de equiseto menor. Sobre una olla con agua hirviendo se suspende un tamiz que contiene dos puñados completos de equiseto menor. El vapor desprendido por la olla caliente la hierba del tamiz. Una vez caliente, se vierte la hierba sobre un paño limpio y se coloca como compresa caliente sobre la pared abdominal. Con un segundo paño, también caliente, se cubre la compresa. El paciente durante el tiempo de acción de la compresa (que será por lo menos de dos horas) estará tendido en la cama, y bien envuelto. También se puede dejar que la compresa de equiseto menor actúe durante toda la noche.

Té mixto

Se mezclan 100 g de ortiga menor, 300 g de maravilla y 100 g de milenrama.

Para una taza de infusión se necesita una cucharadita colmada de esta mezcla. La porción diaria será de un litro y medio a dos de infusión. En un recipiente de dos litros se depositan ocho cucharaditas colmadas de esta mezcla, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se llena con la infusión un termo. El paciente beberá un sorbo de la infusión cada 20 minutos. De esta manera queda garantizado que el estómago absorberá bien esta cantidad de infusión que es relativamente grande. Aprovechando este té mixto se beberán tres cucharadas o tres cucharaditas (según la tolerancia del paciente) de bitter sueco, una por la mañana, otra al mediodía y otra por la noche. Para ello se toma media taza de infusión y se le agrega la cucharada de bitter sueco, se mezcla bien y la mitad de esta mezcla se toma antes de la comida y la segunda mitad de esta mezcla después de la misma, a pequeños sorbos.

Bitter sueco

Con algunas de las infusiones citadas anteriormente se tomarán tres cucharaditas de bitter sueco rebajándolas con un poco de agua o de infusión, tomando la mitad de las mismas antes de cada una de las tres comidas y la otra mitad después.

Compresa de bitter sueco

En las afecciones del páncreas recomendamos también compresas de bitter sueco sobre toda la región abdominal.

Un pedazo de algodón suficientemente grande se humedece con gotas de bitter sueco, el algodón

se descompone después en capas tan finas como sea posible se colocan sobre la pared abdominal. Previamente hay que frotar el abdomen con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol del bitter sueco disuelva la grasa de la piel. Sobre el algodón humedecido con bitter sueco se coloca un apósito seco de algodón, como aislamiento calorífico, por encima del cual se dispone una lámina de plástico para proteger la ropa y todo ello se fija con un paño caliente. Se deja que la compresa actúe durante cuatro horas. A continuación se empolva la piel para prevenir un posible escorzor de la misma.

NECROSIS ÓSEA

Consuelda

Se lavan las hojas recién recolectadas de la consuelda y se aplastan con rodillo sobre un tablero de madera. Esta pasta de hojas se coloca sobre la zona atacada y se sujeta con un paño limpio.

Lavados

Se mezclan a partes iguales maravilla y equiseto menor. En un recipiente de medio litro se deposita una cucharada colmada de esta mezcla, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto ya frío se lava la herida varias veces al día. Se puede además recoger las hierbas calientes del filtro, depositarlas sobre un paño limpio y colocarlas como compresa caliente sobre la región afectada.

INFLAMACIÓN DEL PERIOSTIO

Consuelda

Las compresas de caldo caliente preparado con harina de consuelda son la única ayuda posible en la dolorísima inflamación del periostio.

Se deposita una cucharada de consuelda en una taza de agua muy caliente, se le agregan unas gotas de aceite y se remueve para formar un caldo o pasta. Este caldo o pasta caliente se extiende sobre un paño y se coloca sobre la región inflamada; el apósito se fija con un paño caliente, que una vez frío se renovará con otro igualmente caliente.

BUBONES

Esencia de maravilla

Se llena un frasco hasta el cuello con flores de maravilla, a ser posible recién recolectadas, y se vier-

te encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 %. El frasco se deja en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. La esencia así obtenida se diluye con agua hervida, se impregna un paño limpio con esta esencia y se colocan estos paños humedecidos sobre los bubones.

Bitter sueco

Se humedece una torunda de algodón con gotas de bitter sueco, se moja el bubón varias veces al día, manteniéndolo de esta forma humedecido.

CONJUNTIVITIS

Manzanilla

Para las conjuntivitis se recomiendan apósitos y lavados con manzanilla.

Para preparar un apósito se vierte sobre una cucharada colmada de manzanilla 1/4 de litro de leche hirviente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se impregna un paño con la leche ya fría, colocándose sobre el párpado cerrado.

Para un lavado con extracto de manzanilla se deposita una cucharadita colmada en una taza, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra, se deja enfriar un poco y se lava con esta infusión la cavidad del ojo, manteniendo éste cerrado.

CATARRO CONJUNTIVO

Achicoria

En un recipiente de medio litro se depositan dos cucharaditas colmadas de raíz de achicoria, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Con este extracto se impregna un paño limpio y este paño se coloca como apósito; también es posible efectuar lavados con extracto.

DOLENCIA DE LA VEJIGA

Compresa de manzanilla

Un puñado de flores de manzanilla se infunde con agua muy caliente, se filtra, se deposita sobre un paño y las flores calientes se colocan como compresa sobre la vejiga. Como aislamiento calorífico se empleará un paño caliente colocado sobre el primero.

Epilobio de flores pequeñas

Se depositan en una taza una cucharadita colmada de epilobio de flores pequeñas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, por la mañana con el estómago vacío y por la noche media hora antes de la cena, es decir, dos tazas al día.

Vapores de equiseto menor

Se depositan en un litro de agua muy caliente cuatro cucharaditas de equiseto menor. Con el alboroz puesto se pone uno en cuclillas sobre el recipiente que contiene la infusión de equiseto menor y se deja que sus vapores actúen durante diez minutos sobre la vejiga.

Las hierbas empleadas para la infusión se pueden depositar sobre un paño limpio y se pueden colocar como apósito sobre la vejiga.

ARENILLA

Baño de asiento de equiseto menor

Los baños de asiento de equiseto menor son el remedio más rápido para la arenilla, si se acompañan simultáneamente de una a dos tazas diarias de infusión de esta misma hierba. De esta manera se estimula la actividad de la vejiga. Se retiene la orina tanto tiempo como sea posible, para luego orinar con mucha presión. De esta manera la arenilla se expulsa al exterior.

Para un baño de asiento se necesitan 100 g de equiseto menor, que se colocan en un cubo de 5 litros, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. El baño durará 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su alboroz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Durante el baño de asiento la persona debe beber de una a dos tazas de la infusión de equiseto menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Té mixto

Para la mezcla se toman 20 g de cada una de las hierbas siguientes: hojas de abedul, gatuña, pan y quesillo y agrimonia. Se deposita en una taza una

cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día.

CISTITIS

Maíz

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de cabellera o barba de maíz, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y cada dos o tres horas se toma una cucharada de esta infusión. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Baño de asiento de ortiga muerta

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de ortiga muerta, blanca o amarilla, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se añade a la bañera. El nivel del agua será tal que cubra los riñones de la persona que se está bañando. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora. Además de los baños de asiento se beberá una taza diaria de infusión de ortiga muerta.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga muerta, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Vapores de equiseto menor

En un recipiente de un litro se depositan cuatro cucharaditas de equiseto menor, se les agrega agua muy caliente. El paciente envuelto en su albornoz se pone en cuclillas sobre el recipiente que contiene el extracto de equiseto menor, dejando que los vahos actúen sobre la vejiga durante 10 minutos.

Se puede también depositar las hierbas utilizadas en la infusión sobre un paño limpio, colocándolas como apósito sobre la vejiga.

CITOPASMO (tenesmo de la vejiga)

Almohadilla de licopodio

Una almohadilla de hierbas llena de licopodio seco termina rápida y eficazmente con todos los espasmos de vejiga. Se llena una funda con una canti-

dad de licopodio comprendida entre 100 y 300 g, según la extensión de la zona de los espasmos, se calienta ligeramente en el horno y se coloca durante la noche sobre la vejiga.

CÁNCER DE VEJIGA

Epilobio de flores pequeñas

Probablemente esté rozando el terreno de lo milagroso cuando digo que el epilobio de flores pequeñas es capaz de curar el cáncer de vejiga. Dos tazas de infusión, una por la mañana con el estómago vacío y una segunda por la noche antes de la cena, pueden ser suficientes para combatir con éxito esta grave enfermedad.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas, flores y tallos tiernos de epilobio de flores pequeñas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

CISTOPLEJÍA

Ortiga muerta

En un recipiente de ,5 litros se depositan 100 g de ortiga muerta, blanca o amarilla, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se está bañando. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Además de los baños de asiento se debería beber una taza diaria de infusión de ortiga menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

DOLORES DE VEJIGA

Vara de oro

Por su virtud deshidratante la vara de oro se recomienda en todas las afecciones de vejiga.

Se deposita en una taza una cucharadita de vara de oro, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión por día.

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión por día.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales llantén menor y serpol.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla de hierbas, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una o dos tazas de infusión por día.

CISTALGIA

Epilobio de flores pequeñas

Dos tazas de infusión de epilobio de flores pequeñas, una por la mañana con el estómago vacío y otra por la noche media hora antes de la cena, bastan para expulsar los dolores de vejiga de cualquier tipo.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de epilobio de flores pequeñas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

DEBILIDAD DE VEJIGA

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de pan y quesillo

Se frota con esencia de pan y quesillo la región de la vejiga, con el fin de reactivar la musculatura desde fuera.

Se lava el pan y quesillo (se utilizan las hojas, las flores y el tallo), y se corta finamente. Se llena un frasco con esta mezcla y se vierte encima de la misma aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. El frasco se deja en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Con la esencia así preparada se frota la región de la vejiga varias veces al día.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de centinodia, se les agrega agua caliente, se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos cuatro tazas repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Baño de asiento de sal

Entre los antiguos remedios caseros tradicionales está el baño de asiento con sal, muy prometedor para curar la debilidad de vejiga. Se agrega un puñado de sal al agua de la bañera que será templada y agradable (debe cubrir los riñones de la persona que se baña). El baño durará 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que envuelta en su albornoz se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Baños de asiento

Para la debilidad de vejiga son muy de recomendar los baños de asiento de pan y quesillo, de milenrama y de equiseto menor.

Para cada baño se depositan en un cubo de 5 litros 100 g de hierba, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se agrega a la bañera. El nivel del agua debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, e tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Por descontado que se pueden mezclar a partes iguales el pan y quesillo, la milenrama y el equiseto menor, para preparar el baño de asiento.

CÁLCULOS VESICALES

Semillas de llantén menor

Desde muy antiguo se consideran las semillas de llantén menor o mayor como remedio para la formación de cálculos de cualquier tipo. Se deberían tomar 8 g de semilla junto con una taza de infusión de llantén menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tragando al mismo tiempo la semilla.

Baño de asiento de equiseto menor

El remedio más rápido para los cálculos vesicales lo constituyen los baños de asiento de equiseto menor, acompañados al mismo tiempo con una o dos tazas de infusión de esta hierba. De esta manera se estimula la secreción de orina. Se retiene la orina tanto como sea posible con el fin de orinar luego con mucha presión. De esta manera se arrojan fuera los cálculos vesicales. Para el baño de asiento se precisan 100 g de equiseto menor, se colocan en un cubo de 5 litros, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Durante el baño de asiento se deberían beber de una a dos tazas de infusión de equiseto menor. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

PALIDEZ

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Llantén menor

El llantén tanto mayor como menor depuran la sangre, los pulmones y el estómago, siendo recomendable por tanto para todas aquellas personas que presentan un semblante pálido.

Se deposita en una taza una cucharadita de hojas cortadas finamente, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión por día.

APENDICITIS

Hojas de fáfara

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas de fáfara recién recolectadas y corta-

das finamente, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día. La infusión de hojas de fáfara se bebe hasta que haya remitido la irritación del apéndice.

CONGESTIÓN

Muérdago

Las irregularidades en la presión sanguínea suelen ser la causa de la fuerte congestión en la cabeza. El remedio está en el muérdago, un regulador circulatorio.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos tres tazas de infusión repartiéndolas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de tres tazas de infusión por día.

HEMOFÍLICOS

La hemofilia es, gracias a Dios, una enfermedad muy poco frecuente, pero para la persona que la padece es muy peligrosa. Como la sangre propia padece de un determinado factor de coagulación la menor herida puede provocar la muerte por desangramiento. Por consiguiente los hemofílicos deben recibir a lo largo de toda su vida inyecciones que les aporten el factor coagulante que les falta. Personalmente estoy persuadida que la siguiente infusión mixta, tomada a lo largo de un cierto periodo de tiempo, y combinada con baños de asiento puede generar en la propia sangre este factor de coagulación que es de todo punto imprescindible.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales verónica, pie de león, pan y quesillo, milenrama y equiseto menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión al día.

Baños de asiento

Cada dos semanas se debería tomar un baño de asiento de la misma mezcla de hierbas que se acaba de indicar.

Se deposita en un cubo de 5 litros 100 g de la hierba, se le agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

VÓMITOS DE SANGRE

Equiseto menor

Cuando un enfermo vomita sangre suele ser por hemorragia gástrica. En este caso puede ser una ayuda una infusión concentrada de equiseto menor, por la virtud restañante de esta planta.

Se depositan en una taza de dos a tres cucharaditas colmadas de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtran y se bebe a sorbos, de una a dos tazas diarias según la gravedad de la hemorragia gástrica.

SANGRE EN LA ORINA

Maravilla

Si se despide sangre junto con la orina puede ser una ayuda una infusión de maravilla.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de flores de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de tres tazas por día.

HEMORRAGIAS

Pan y queso

En las hemorragias de todo tipo es de ayuda la infusión de pan y queso.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pan y queso, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas al día.

Muérdago

Por su virtud reguladora de circulación sanguínea el muérdago favorece la rápida normalización durante las fuertes hemorragias menstruales.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Según la importancia de las hemorragias se pueden beber de una a tres tazas de infusión de muérdago diarias. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Equiseto menor

El equiseto menor es un remedio restañante excelente, muy útil en las hemorragias de matriz, hemorroidales, de pulmón y de estómago. Se depositan en una taza de dos a tres cucharaditas colmadas de equiseto menor, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. Según la gravedad de la hemorragia se beberán de dos a tres tazas de infusión por día.

QUEMADURAS

Hipérico

Se llena un frasco con flores de hipérico recién recolectadas, se vierte encima de las mismas aceite de linaza, cubriéndolas en su totalidad. El frasco se deja en reposo durante tres semanas y en lugar caliente, hasta que el aceite tome coloración rojiza.

Con este aceite se frota con mucha precaución la quemadura. En este punto hay que advertir una vez más que hay que llamar al médico a la mayor brevedad.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que espume por breve tiempo, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el ungüento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar. Con el ungüento de maravilla se frota con mucha precaución las quemaduras.

Bitter sueco

Humedeciendo las quemaduras una y otra vez con bitter sueco, así se lee en el antiguo manuscrito del Dr. Samst, se quita el calor de la herida, no se forman ampollas, y la herida cura prontamente.

Remedio casero

Se abre un huevo, se separa la clara de la yema, se extiende la clara sobre un lienzo limpio y se coloca sobre la herida. Después de esta primera medida de urgencia se llamará de inmediato a un médico.

ASMA BRONQUIAL

Fárfara

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas y flores de fárfara, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Jugo de fárfara

En primavera se recogen flores de fárfara, se lavan y recién lavadas se exprimen. Se toman al día de dos a tres cucharaditas del jugo recién exprimido junto a una taza de caldo de carne o con una taza de leche caliente.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales llantén menor y serpol.

Se deposita en una cacerola una taza de agua fría, se le agrega una rodaja de limón y una cucharadita de azúcar cande, se calienta a ebullición y se retira la cacerola del fuego, agregándole una cucharadita colmada de la mezcla de hierbas. Se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tan caliente como sea posible. Se beberán de cuatro a cinco tazas diarias, recién preparadas.

PLEURITIS

Fárfara

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de fárfara (flores y hojas), se le agrega agua muy

caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a cuatro tazas por día.

EMPIEMA

Ungüento de maravilla

Se aplica exteriormente el ungüento. Con él se frota pecho varias veces al día. Si la operación ya ha tenido lugar se frota con el ungüento de maravilla la cicatriz en toda su extensión. Para alisar la piel se utilizan los residuos de maravilla resultantes de la preparación del ungüento, que pueden ser recalentados y reutilizados de cuatro a cinco veces en forma de apósito caliente. Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se le agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que empume por breve tiempo, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el ungüento así obtenido se guarda en frascos herméticos.

CÁNCER DE MAMA

Las instrucciones y recetas que siguen pueden observarse no sólo antes sino también después de una operación. Cuanto antes se utilicen las plantas medicinales del jardín de Dios, tanto más verosímil será la esperanza de que pueda soslayarse la amputación. Puesto que junto con las terribles secuelas de una amputación para una mujer aparece, además, un serio problema psicológico. Sólo muy pocas y fuertes personalidades pueden asimilar mentalmente la pérdida de sus atributos femeninos. Muchas mujeres después de una amputación del pecho, se sienten inferiores, excluidas para siempre de nuestra sociedad, recluyéndose en un aislamiento en el que se consumen corporal y espiritualmente.

Al menor síntoma de la aparición de un nódulo o partícula endurecida, ya antes de que se conozcan los resultados de los análisis médicos se debería empezar de inmediato con la cura de hierbas que se describe a continuación.

Ungüento de maravilla

Por vía exterior se aplica el ungüento de maravilla. Se frota el pecho con ella varias veces al día.

Si ya ha tenido lugar la operación, se frota con el unguento de maravilla la cicatriz de gran extensión hasta la cavidad de la axila. Para alisar la piel se utilizan los restos filtrados producidos en la preparación del unguento, que pueden ser recalentados de cuatro a cinco veces y colocados como apósito caliente.

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, y se le agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el unguento así obtenido se recoge en frasco herméticos.

Compresa de equiseto menor

Se depositan sobre un tamiz dos puñados colmados de equiseto menor, suspendiéndose el tamiz sobre una olla con agua hirviendo. Los vapores de agua que desprende la olla calientan la hierba. Se vierte el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre el pecho dolorido. Para fijar este apósito se utiliza un paño caliente, dejándose actuar durante varias horas o bien durante la noche entera.

Té mixto

Se mezclan 100 g de ortiga menor, 300 g de maravilla y 100 g de milenrama. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 6 a 8 tazas diarias. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Bitter sueco

Con la infusión recién citada se beberán tres cucharadas de bitter sueco. Se agrega una cucharada a media taza de la infusión, se remueve y se toma la mitad de la mezcla media hora antes de cada una de las tres comidas y la segunda mitad de la mezcla después de las mismas, bebiéndose a sorbos.

Cuando hacen su aparición los dolores se hacen apósitos de bitter sueco y de equiseto menor, alternando.

Apósito de bitter sueco

Antes de su colocación se frota el pecho con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol del apósito pueda sustraer la grasa de la piel. Una torunda de algodón de extensión apropiada se humedece con gotas de bitter sueco y se coloca sobre el pecho. Como aislamiento calorífico se coloca encima una capa de algodón seco, que a su vez se cubre con una lámina de plástico para proteger las ropas, fijándose todo ello con un paño caliente. El apósito de bitter sueco se deja actuar, según la tolerancia, de dos a cuatro horas o bien durante toda la noche.

CATARRO DE PECHO

Vino de ajo de oso

El denominado vino de ajo de oso promete ser un remedio eficaz para el catarro de pecho.

En un 1/4 de litro de vino se deposita un puñado de flores cortadas finamente, se lleva a ebullición unos momentos y se bebe este vino a sorbos, repartiéndolo a lo largo de todo el día. Los paladares sensibles pueden endulzarlo con un poco de miel o jarabe.

NIVEL DE COLESTEROL (alto)

Verónica

Si el nivel de colesterol es alto se puede rebajar con infusión de verónica.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de verónica, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

ARTROSIS DE CADERA

En este punto recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para la artritis.

HEMORRAGIA INTESTINAL

Vara de oro

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de vara de oro, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, según la gravedad de la hemorragia se beberán de dos a cuatro tazas de infusión por día.

Pan y quesillo

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pan y quesillo, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación se calienta el extracto frío y se filtra. Se bebe a sorbos tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Bitter sueco

Según la gravedad de la hemorragia intestinal se tomarán entre tres cucharadas y tres cucharaditas de bitter sueco, junto con algunas de las infusiones de hierbas arriba citadas. Se agrega una cucharada de bitter sueco a media taza de infusión, se mezcla bien y la mitad de esta mezcla se toma media hora antes de la comida y la segunda mitad después de la comida.

ENTERITIS

Vara de oro

En una taza se deposita una cucharadita colmada de vara de oro, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Ácoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beberá a sorbos sólo una taza de esta infusión, repartiéndola a lo largo del día. Como la infusión se enfría con facilidad, antes de tomar cada uno de los sorbos se calentará al baño maría.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas de infusión diarias.

Bitter sueco

Con una de las infusiones antes citadas, se toman 3 cucharaditas diarias de bitter sueco.

DILATACIÓN DEL INTESTINO

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 3 tazas de infusión por día.

GANGRENA INTESTINAL

Esencia de nogal

Se llena un frasco con unas 25 nueces verdes, cortadas finamente, se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 %, dejando el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante 3 semanas. Se toma una cucharadita diaria de esta esencia de nuez.

ULCERA INTESTINAL

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 3 a 4 tazas repartidas a lo largo del día.

Malva enana

Se cuece una sopa de cebada y se esparce sobre la misma hoja de malva enana, lavadas y troceadas finamente. De ningún modo las hierbas deberán hervirse junto con la sopa, porque en este caso perderían una buena parte de sus sustancias mucoides.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

CÁNCER DE INTESTINOS

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíz de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe un sorbo antes y después de cada una de las comidas. No se debe beber más de una taza diaria de esta infusión. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de líquido necesario para el día.

Ungüento de maravilla

El ungüento de maravilla que se debe aplicar antes de la colocación del apósito de bitter sueco se prepara de la forma siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, tallos y flores). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve con vigor y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallos retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el ungüento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar.

Apósito de equiseto menor

Se coloca un apósito transpirable de equiseto menor durante la noche. Se depositan sobre un tamiz dos puñados colmados de equiseto menor, el tamiz se suspende sobre una olla con agua hirviendo. Los vapores de agua calientan la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y el apósito caliente se coloca sobre el abdomen. Se sujeta el apósito con otro paño caliente.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales ortiga menor, maravilla y milenrama, bebiéndose a sorbos por lo menos 2 litros diarios de la infusión de estas hierbas, repartiéndolos a lo largo del día.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de la mezcla de estas hierbas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Bitter sueco

Junto con el té mixto recién descrito se tomarán 3 cucharadas diarias de bitter sueco. Se mezcla una cucharada de bitter sueco con media taza de infusión, se remueve y de esta mezcla se toma la mitad media hora antes de cada comida y la otra mitad después de la comida.

Apósito de bitter sueco

Previamente, se frota todo el abdomen con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. A continuación, se humedece una torunda de algodón de suficiente extensión de bitter sueco y se coloca sobre toda la región abdominal. Como protección calorífica se coloca encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Con un paño caliente se sujeta todo lo anterior y se deja actuar durante 4 horas.

TUBÉRCULO INTESTINAL

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíz de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe un sorbo antes y después de cada una de las comidas, es decir, 6 sorbos de infusión diarios, que equivalen a una taza. No se debe beber más cantidad. Lo mejor es llenar un termo con el té, para que no se enfríe.

OCLUSION INTESTINAL

Si la causa de la oclusión intestinal es el agarrotamiento del esfínter hacia dentro, entonces el remedio puede estar en la colocación de una almohadilla de licopodio.

Almohadilla de licopodio

Se llena una funda con una cantidad de licopodio comprendida entre 100 y 200 g, se coloca la almohadilla sobre el esfínter.

PROLAPSO INTESTINAL

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 4 tazas diarias.

Esencia de pan y quesillo

Se lava el pan y quesillo tierno (se utiliza toda la planta, incluso la raíz), se corta finamente y se llena con él un frasco. Se vierte encima de la hierba aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja el frasco en reposo por lo menos durante 2 semanas y en lugar caliente. Con la esencia así obtenida, se frota varias veces al día la parte de piel situada alrededor del ano.

Por vía interna se tomarán 10 gotas de esencia de pan y quesillo junto con infusión de pie de león, 3 veces al día.

DEFORMACIONES

Esencia de árnica

En caso de deformaciones y callosidades de la superficie de la mano, pueden ser de ayuda la fricciones con esencia de árnica.

Se arrancan pétalos de los cálices verdes del árnica y con ellos se llena un frasco. Una vez se han llenado los dos tercios del mismo se vierte sobre la hierba aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se cierra el frasco y se guarda en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Una parte de la esencia ya preparada se filtra y se recoge en un segundo frasco, mientras que la parte restante se deja todavía en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial se puede rellenar el primer frasco con alcohol. La esencia de árnica del 75 % de alcohol que se puede comprar en las farmacias debe rebajarse hasta la mitad con agua hervida y fría, para prevenir posibles irritaciones de la piel. Esta esencia de árnica sin diluir puede provocar quemaduras.

Aceite de árnica

Además de la esencia de árnica se masajearán las manos deformadas con aceite de árnica.

Se llena un frasco con flores de árnica, se vierte sobre ellas aceite y se deja el frasco en reposo por lo menos durante 3 semanas y en lugar caliente.

Esencia de consuelda

Además del árnica, son de recomendar las fricciones con aceite de consuelda.

Se lavan las raíces de la consuelda con un cepillo, se pican finamente y con ellas se llena un frasco. Se vierte sobre ellas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja el frasco cerrado en reposo por lo menos durante 2 semanas y en lugar caliente.

Ungüento de consuelda

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se les agregan 6 raíces de consuelda recién lavadas y cortadas finamente, se deja que todo ello forme su espuma por pocos momentos y se retira la sartén del fuego. A continuación se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Los residuos de la raíz retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento obtenido se guarda en un recipiente hermético. Con este unguento se masajean las manos deformadas.

Baño de ortiga menor

Un baño diario de las manos, pies o articulaciones deformadas, efectuado con extracto de ortiga menor ayudará a su curación.

En un recipiente de 5 litros se depositan 4 puñados colmados de hojas y tallos de ortiga menor, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se bañan con él las partes del organismo afectadas, durante 20 minutos. Las hierbas se dejan en la misma agua del baño. Este agua se puede recalentar y reutilizar dos veces más.

Bitter sueco

En las deformaciones de la articulaciones, agarrotamiento y calambres de manos y pies, se tomarán 3 cucharadas diarias de bitter sueco, rebajadas con un poco de agua templada o con una infusión de hierbas. Cada cucharada de bitter sueco se tomará repartida en 2 mitades, la primera mitad se tomará antes de cada comida y la segunda después de la misma.

DIABETES

Para la curación de la diabetes, una dolencia del páncreas, es muy importante la observación de las dietas ordenadas por el médico.

Ortiga menor

La ortiga menor, por su virtud hemopoyética y depurativa, actúa beneficiosamente sobre el páncreas, que es el órgano responsable de la regulación del nivel de azúcar en nuestra sangre.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de 4 tazas de infusión por día.

Hojas de arándano

Se depositan en un recipiente de 2 litros 4 cucharadas colmadas de hojas de arándano recolectadas antes de estar en sazón el fruto, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se concentra por cocción hasta que queda reducido a la mitad. Las 4 tazas de infusión que quedan se beben a sorbos, tan calientes como se pueda, repartiéndolas a lo largo del día.

Saúco

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas y brotes tiernos de saúco, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, 2 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación se calienta el extracto frío, se filtra y se toma un sorbo el mismo antes y después de cada una de las 3 comidas. Es decir, se toma una sola taza por día, en 6 sorbos. Antes de beber cada sorbo si la infusión estuviera fría se calentará al baño maría.

Esencia de ajo

Se machacan 4 cabezas de ajos grandes, se ponen en un frasco de litro y se vierte encima aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. El frasco se deja en reposo por lo menos durante 2 semanas en lugar caliente. De la esencia de ajo así obtenida se toma diariamente una cucharadita antes del desayuno.

Diente de león

En la primavera, cuando los prados empiezan a verdear, se arranca el diente de león con su raíz

y, después de lavado, se utiliza para preparar una ensalada. Se recomienda efectuar una cura de 4 semanas, se recolectan a diario de 10 a 15 tallos de la planta con sus flores, se lavan y se tiran las cabezuelas de la flor. El tallo lavado se come crudo.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. La siguiente cura de muérdago ha demostrado ser muy efectiva: se beben a diario 3 tazas de infusión de muérdago a lo largo de 4 semanas, en las 2 semanas siguientes se beben 2 tazas diarias y en la última semana se bebe solamente una taza por día.

Vino de puerro

Sobre 500 g de puerro troceado finamente se vierte un litro de vino blanco seco, procurando que cubra al puerro, se deja en reposo durante 24 horas. A continuación se filtra este vino de puerro y se recoge en un frasco, del cual se beberá un sorbo por la mañana y otro por la noche. Los restos del puerro recogidos de la filtración pueden comerse extendidos sobre el pan.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se extenderá sobre la piel el unguento de maravilla, preparado de la siguiente forma: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se le agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidas en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en recipientes herméticos.

Té mixto

El diabético debería beber diariamente de 1,5 a 2 litros de infusión de la siguiente mezcla: 3 partes de tormentila, 2 partes de vainas secas de judías verdes, 1 parte de hojas de zarza, 1 parte de hojas de arándano (estas hojas deberán recolectarse antes de la madurez del fruto). Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mez-

cla de hierbas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Apósito de bitter sueco

Se recomienda colocar una vez al mes el apósito de bitter sueco sobre el páncreas, durante 4 horas. En primer lugar, se frota esta región con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de extensión apropiada con gotas de bitter sueco, y se deposita sobre el abdomen. Como protección calorífica se colocará una segunda torunda seca, que se cubrirá con una lámina de plástico para proteger la ropa, fijándose todo ello con un paño caliente.

Remedio casero

Como antiguo remedio casero para reducir el contenido de azúcar en la sangre se emplean el jugo de col fermentada, los dientes de ajo y las cebollas comidas sobre pan, las zanahorias tiernas, el apio, el salsifí negro (preparado como los espárragos), el jugo fresco de pepinos y el puerro verde comido crudo.

DIÁLISIS

Té mixto

Se mezclan a partes iguales vara de oro, galio y ortiga muerta blanca o amarilla.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra. Si el médico da su consentimiento, tome usted la cantidad de líquido que él le ha prescrito en forma de esta infusión.

SANGRE ESPESA

Diente de león

Las raíces de diente de león comidas crudas fluidifican la sangre humana. La raíz seca del diente de león produce el mismo efecto si con ella se prepara una infusión.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de diente de león, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se bebe a sorbos, la mitad antes y la mitad después del desayuno.

Esencia de nogal

También la esencia de nogal es un remedio apropiado para la sangre espesa.

Se llena un frasco con unas 25 nueces verdes (cortadas finamente), se vierte sobre ellas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol y se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante 3 semanas. Se toman a diario unas cucharaditas de la esencia de nuez así preparada.

INFLAMACIÓN DEL INTESTINO GRUESO

Malva enana

Se deposita en 2 tazas 2 cucharaditas colmadas de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta y se filtra. La infusión se bebe a sorbos, repartiéndola a lo largo del día.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

ADENOPATÍA

Ácoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta suavemente y se filtra. Se toma un sorbo de infusión antes y después de cada una de las comidas. Se bebe sólo una taza por día.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se bebe a sorbos,

un máximo de 3 tazas por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido para la jornada.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos 2 tazas por día.

Llantén menor

La adenopatías de mal cariz se pueden curar con pasta de hojas de llantén, ya sea mayor o menor. Se lavan las hojas tiernas de llantén menor o mayor, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de las hojas se extiende sobre los ganglios enfermos.

ADENITIS

Aceite de hipérico

Se llena un frasco de vidrio con flores y brotes tiernos de hipérico, se vierte por encima aceite hasta dejarlos totalmente cubiertos. El frasco se deja en reposo en lugar caliente durante 3 semanas. Con el tiempo, el aceite toma una coloración rojiza.

Con este aceite de hipérico se frotan los ganglios hinchados.

Diente de león

Se recoge el diente de león en flor, se lava con sus flores, se tiran las cabezuelas de las mismas, y se come crudo a lo largo de un período de 3 a 4 semanas, tomando diariamente de 10 a 12 tallos.

Maravilla

Los ganglios hinchados se lavan desde fuera con un extracto de maravilla.

Se deposita en un recipiente de medio litro una cucharada colmada de maravilla, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante media hora, se filtra y con este extracto se lavan las zonas hinchadas del cuerpo.

INFLAMACION DE OVARIOS

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se deja reposar durante media hora, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 4 tazas por día.

Baño de asiento de milenrama

Con un solo baño de asiento de milenrama se puede alcanzar ya la curación de la ovaritis.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de milenrama (se utiliza la planta entera), se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, en vuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante 1 hora.

OVAROPATÍA

Baño de asiento de milenrama

Según la tolerancia de la paciente, se recomienda tomar 3 baños de asiento semanales o incluso uno diario.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de milenrama (se utiliza la planta completa), se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se ha bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Apósito de equiseto menor

Si los dolores son fuertes, se recomienda un apósito transpirable de equiseto menor.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla hirviente. Las hierbas no deberán tocar el agua. El vapor desprendido por la olla caliente las hierbas. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito caliente sobre la región dolorida. Con otro paño caliente se fija el apósito. La paciente debería permanecer tendida en la

cama y dejar actuar el apósito de equiseto menor hasta que estuviera frío.

Té mixto

Se beberán diariamente de 1,5 a 2 litros de infusión, preparada con la siguiente mezcla:

300 g de maravilla y 300 g de milenrama se mezclan a fondo. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 6 a 8 tazas de infusión por día.

Bitter sueco

Se toman diariamente 3 cucharadas de bitter sueco, junto con el té mixto anterior. De cada una de las cucharadas de bitter sueco, la mitad se toma antes y la otra mitad después de cada comida.

Apósito de bitter sueco

Si los dolores son agudos recomendamos la colocación de compresas de bitter sueco. Previamente, la región de piel afectada se untará con una gruesa capa de unguento de maravilla, con el fin de evitar que el alcohol del bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón con gotas de bitter sueco y se coloca sobre esta región de la piel. Como protección calorífica, se colocará encima una capa de algodón seco, que se cubrirá con una lámina de plástico para proteger la ropa. Finalmente, todo ello se fijará con un paño caliente, dejando que el apósito actúe durante 4 horas.

Ungüento de maravilla

En una sartén se funden 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar.

FERROPENIA

Ortiga menor

Una infusión preparada con hojas tiernas de ortiga menor aumentará el contenido de hierro de nuestro organismo.

Se deposita en una taza un puñado de hojas tiernas de ortiga menor, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 2 a 3 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

ECZEMA

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de 4 tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Té mixto

Se mezcla a partes iguales verónica con puntas tiernas de ortiga menor y con esta mezcla se prepara una infusión.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada, se le agrega agua muy caliente, se deja extraer durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

ELEFANTIASIS

Se denomina elefantiasis aquella afección de las glándulas linfáticas que produce una fuerte hinchazón de los brazos y de las piernas, que terminan perdiendo el tacto y poniéndose duros como piedras. En este caso, puede ser un remedio los apósitos de pasta de hierbas tiernas, preparados con galio, hojas de petasita, tallos y hojas de maravilla y hojas de llantén menor o mayor.

Se lavan las hierbas y, todavía húmedas, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta recién preparada se extiende sobre las glándulas enfermas y sobre los brazos y piernas hinchados.

En este momento, cabe destacar en particular la virtud curativa de la ursina falsa. Las hojas se recolectan tiernas, se lavan y, todavía húmedas, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas colocadas como apósito se deja actuar durante la noche, fijándose fuertemente con un paño limpio.

Gatuña

Se depositan en una taza 2 cucharaditas colmadas de raíces de gatuña cortadas finamente, se les

agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe media taza antes y media taza después del desayuno.

Saúco

En una taza y media de agua fría se pone en remojo una cucharadita enrasada de corteza de saúco, después de 12 horas el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe media taza de infusión después de cada una de las 3 comidas. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Baño completo de malva enana

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua será tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, en vuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Jugo de aleluya

Las hojas de aleluya recién recolectadas se lavan y, todavía húmedas, se exprimen. Con el jugo recién obtenido se frotran las hichazones fuertes de los brazos y de las piernas.

ENFISEMA

Se denomina enfisema las acumulaciones de aire dentro de un tejido. La causa de esta enfermedad suele ser, en muchos casos, un trastorno hepático.

Licopodio

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos una taza diaria, no más. La infusión se tomará media hora antes y media hora después del desayuno.

Ungüento de maravilla

Antes de colocar el apósito de bitter sueco se aplicará el unguento de maravilla preparado de la for-

ma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se le agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el unguento así preparado se guarda en frascos herméticos.

Apósito de equiseto menor

Se coloca sobre el hígado atacado un apósito de equiseto menor que actuará a lo largo de la noche. Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. Las hierbas no deben estar en contacto con el agua. El vapor de agua desprendido va calentando la hierba. Cuando la hierba está caliente se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito caliente sobre el hígado. Se fija este apósito con un paño caliente.

Apósito de bitter sueco

Exteriormente se colocan también apósitos de bitter sueco sobre el hígado enfermo.

En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, para que el alcohol del bitter sueco no extraiga la grasa de la piel. A continuación se coloca una torunda de algodón suficientemente grande que se ha humedecido con gotas de bitter sueco. Como aislamiento calorífico se coloca encima una capa de algodón seco, que se cubre con una lámina de plástico para proteger las ropas. Finalmente, con un paño caliente se fija todo lo anterior, y se deja que el apósito actúe durante 4 horas.

CURA DEPURATIVA

Ajo de oso

Por su virtud depurativa de la sangre, el ajo de oso es recomendable para efectuar una cura depurativa general.

En primavera se recogen las hojas tiernas del ajo de oso, se lavan y se cortan finamente, comiéndose crudas. El ajo de oso, al igual que el perejil, se puede emplear para adornar todos los platos. Con sus hojas pueden prepararse ensaladas y pueden también cocerse igual que las verduras.

Ortiga menor

Los brotes tiernos de la ortiga menor son también adecuados para la cura depurativa (durante la cual se beben 2 litros diarios de infusión). Se deposita en una taza un puñado de brotes tiernos de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión por día.

EPILEPSIA

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría, y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se bebe a sorbos. Se beberán de dos a tres tazas diarias de infusión de muérdago. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para la jornada.

Serpol

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de serpol, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas diarias. Es recomendable beber infusión de serpol a lo largo de todo el año, teniendo la precaución de interrumpir esta cura de infusión de serpol diez días cada dos o tres semanas.

Ursina falsa

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas de ursina falsa cortadas finamente, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de

dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Bitter sueco

En los ataques epilépticos se coloca una cucharada de bitter sueco en la boca del paciente mezclándola con agua templada o infusión de hierbas. Recomendamos, además, aplicar apósitos de bitter sueco en el occipucio del epiléptico. Se humedece con gotas de bitter sueco una torunda de algodón de extensión apropiada y se coloca sobre el occipucio. Se sujeta con una venda dejándose actuar el apósito durante cuatro horas.

CONGELACIÓN

Acoro

Se deposita en un recipiente de 5 litros 100 g de raíz de ácoro, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bañan los sabañones en esta infusión durante 20 minutos.

Muérdago

En un recipiente de 5 litros se deposita un puñado de hojas de muérdago, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Las partes del cuerpo congeladas se bañan durante 20 minutos con esta infusión.

Se puede, además, lavar hojas de muérdago recién recolectadas y aplastarlas con un rodillo sobre un tablero de madera. Con la pasta de estas hojas se frota la parte congelada.

Ungüento de bayas de muérdago

Las bayas tiernas de muérdago pueden utilizarse exteriormente, después de mezclarlas con grasa de cerdo fría y preparar con ellas un ungüento, que se aplicará sobre las partes congeladas.

Ungüento de maravilla

El ungüento de maravilla que se aplicará antes de la colocación de un apósito de bitter sueco se preparará de la manera siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo), se deja que la mezcla espume, se remueve vigorosamente y se reti-

ra del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante toda la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se recoge en recipientes que se puedan cerrar.

Apósito de bitter sueco

Los apósitos de bitter sueco son remedios probados para los sabañones. En primer lugar, la parte de piel afectada se unta con unguento de maravilla, para que el alcohol contenido en el bitter sueco no sustraiga la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de extensión apropiada con gotas de bitter sueco y se la coloca sobre la parte congelada. Como aislamiento calorífico se coloca encima una capa de algodón seca y se cubre con una lámina de plástico. Finalmente todo ello se fija con un paño caliente.

EPILEPSIA

Petasita

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de petasita, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. Se calienta a continuación en extracto frío, se filtra y se bebe a sorbos. Se beben de una a dos tazas diarias. Lo más práctico es llenar una jarra termo con la porción de líquido necesaria para el día.

ABORTO

Pie de león

Para prevenir el aborto, la mujer embarazada, a partir del tercer mes debería tomar diariamente infusión de pie de león.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión al día.

Carpe

Los brotes tiernos del carpe empleados a lo largo de un periodo de tiempo prolongado, previenen los abortos.

Se depositan en un recipiente de más de medio litro, un puñado de brotes tiernos de carpe, se les

agrega medio litro de leche y se lleva a ebullición. Se filtra y se añade a la leche filtrada una yema de huevo, formando una sopa junto con harina tostada en manteca. Se come un plato de esta sopa para cenar durante varias semanas, incluso durante meses.

Serpol

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de serpol, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales pie de león y milenrama.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas al día.

PANADIZO

Aceite de hipérico

Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico, se vierte encima de ellos aceite hasta que queden totalmente cubiertos. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. Con el tiempo, el aceite toma coloración rojiza. Se impregna con este aceite un paño limpio y se coloca como apósito alrededor del dedo.

Manzanilla

A medio litro de agua hirviente se agrega un puñado de flores de manzanilla, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se baña el dedo en este extracto durante 20 minutos. A continuación el dedo se frota con un unguento para abscesos y se coloca encima del mismo una venda con arcilla.

Leche de ajo

Una cabeza grande de ajos se machaca y se escalda con un plato de leche entera. Se baña la mano en esta leche de ajo.

Si el dedo supura se preparan cataplasmas de linaza.

Si la llaga se abre, entonces se baña el dedo con infusión caliente de manzanilla. Para la curación definitiva, se colocan apósitos de hipérico.

Baño de mezcla de hierbas

Se mezclan a partes iguales pimpinela, malvavisco, raíces de helecho y flores de saúco. Se depositan 15 g de esta mezcla en medio litro de vino blanco, dejándolas en remojo durante doce horas. A continuación este extracto frío se calienta, se filtra y se baña el dedo durante dos horas en este vino templado. A continuación, el dedo no se seca, sino que se empolva con harina de licopodio y se ata con un paño limpio.

FÍSTULAS

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión al día.

Ungüento de maravilla

Exteriormente, las fístulas se tratan con unguento de maravilla. Se calienta en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se le agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar herméticamente. Con los restos de la planta retenidos en el paño se puede preparar un apósito, que se recalienta y se aplica un par de veces más sobre la fístula.

Baño de asiento de equiseto menor

Los baños regulares de equiseto menor favorecen la curación de las fístulas.

Se deposita 100 g de equiseto menor en un recipiente de 5 litros, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. El baño durará 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Apósito de equiseto menor

Durante la noche se aplicarán apósitos de equiseto menor vaporizados. Un filtro con dos puñados colmados de equiseto menor se cuelga sobre una olla con agua hirviente. Las hierbas no deben estar en contacto con el agua. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca el paño como apósito caliente sobre la correspondiente parte del cuerpo. El apósito se fija con otro paño caliente.

Lavado

Se mezclan a partes iguales hiedra terrestre, cimbalaria y equiseto menor. Una mezcla de estas hierbas se pone en remojo en agua fría durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Con este extracto se efectuarán lavados diarios. A continuación, la parte del organismo en la que se haya formado la fístula se humedece exteriormente con bitter sueco.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales equiseto menor e hipérico. Se prepara una infusión con agua muy caliente, que se utiliza para las gárgaras, caso de que la fístula se haya formado en el paladar o en la zona de la garganta.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se hacen gárgaras varias veces al día.

Bitter sueco

Con la infusión de ortiga menor arriba descrita, se mezcla una cucharadita de bitter sueco tres veces al día. La mitad de la cucharadita se toma antes de cada una de las tres comidas y la otra mitad después.

HERPES

Ajo de oso

Por sus virtudes depurativas de la sangre, el ajo de oso promete un alivio inmediato contra el herpes.

Se recogen en primavera las hojas tiernas del ajo de oso, se lavan y se trocean finamente, comiéndose crudas. El ajo de oso se utiliza para adornar

todos los platos, al igual que el perejil. Además, con las hojas del ajo de oso se pueden preparar ensaladas o bien se pueden cocer como verdura.

Esencia de ajo de oso

Para poder disponer de la virtud curativa del ajo de oso a lo largo de todo el año, se prepara su esencia.

Se llena un frasco con hojas o tubérculos de ajo de oso, troceados finamente, se vierte encima de ellos aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. De esta esencia de ajo de oso se tomarán de 10 a 15 gotas cuatro veces al día, rebajándolas con un poco de agua.

Diente de león

Se recogen tallos de diente de león, junto con sus flores, en la época de la floración, se lavan, se tiran las cabezuelas de las flores y se comen a diario unos diez tallos de esta hierba.

Lavado con maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión caliente se lavan las parte de la piel afectadas por el herpes.

Lavado con celidonia

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de celidonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión caliente, se lava la parte del herpes.

Jugo de celidonia

En una licuadora se exprimen hojas, flores y tallos tiernos de celidonia, el jugo recién obtenido se diluye con igual cantidad de agua, una vez diluido se emplea para lavar la parte de piel afectada por el herpes.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas de llantén menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de achicoria, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

Lavado con equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se lava con esta infusión caliente la piel afectada por el herpes, varias veces al día. Las hierbas empleadas para preparar la infusión se envuelven en un paño limpio y se colocan sobre el herpes como aposito.

DOLENCIAS FEMENINAS

Pie de león

El pie de león se considera desde antiguo como el remedio universal para las dolencias femeninas de todo tipo. En consecuencia, las mujeres deberían beberlo incluso de forma preventiva.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a cuatro tazas de infusión por día.

Ortiga muerta

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga muerta, blanca o amarilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

SABAÑÓN

Baño de ácoro

Los sabañones se curan con baños calientes de raíz de ácoro. Se depositan 100 g de raíces de ácoro en un recipiente de 5 litros, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se deja enfriar de nuevo y se baña la parte afectada durante 20 minutos.

Ungüento de maravilla

Los sabañones deberían untarse varias veces al día con unguento de maravilla.

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en recipientes con cierre hermético.

Nogal

En medio litro de agua muy caliente se depositan dos cucharaditas colmadas de hojas de nogal cortadas finamente, se dejan reposar durante medio minuto, se filtran y se echan en la bañera. Los sabañones se pueden curar con este extracto concentrado de hojas de nogal añadido al agua de la bañera.

FORÚNCULO

Lavado con galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión recién preparada y algo más templada, se lava el forúnculo.

Jugo de galio

También es muy útil lavar el galio recién recolectado, exprimirlo y frotar con el jugo recién obtenido el forúnculo.

Apósito de ursina falsa

Se lavan las hojas de la ursina falsa recién recolectada y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. Esta pasta fresca se coloca sobre la parte enferma, sujetándola con un paño caliente.

Por descontado que se pueden preparar también apósitos con hojas lavadas y enteras.

PIE (abierto)

Lavado de pies con malva enana

En un recipiente de 5 litros se depositan dos puñados colmados de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y con él se baña el pie durante 20 minutos. Este baño de pies se recomienda en particular cuando el pie abierto presenta, además, una fuerte hinchazón.

Ungüento de maravilla

Después del baño, los bordes de un pie abierto se frotan con unguento de maravilla.

Se calienta en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que se forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el unguento así preparado, se recoge en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Lavado con maravilla

Se mezcla a partes iguales maravilla y equiseto menor, se prepara con la mezcla una infusión y, con ella, se lava el pie abierto.

En medio litro de agua muy caliente se depositan dos cucharadas colmadas de esta mezcla, se dejan reposar durante medio minuto, se filtran y con ellas se lava el pie.

Apósito de llantén menor

A continuación del baño de pies se coloca un apósito de hojas de llantén menor recién lavadas, sobre la herida abierta. Las hierbas no deberán secarse, sino que se colocarán húmedas.

Se lavan las hojas recién recolectadas de llantén menor o mayor, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera y la pasta de hojas se coloca sobre el pie abierto.

Baño de pies con equiseto menor

Los baños de pie con extracto de equiseto menor son también un remedio para reducir las hinchazones.

Se depositan en medio litro de agua muy calien-

te dos cucharadas colmadas de equiseto menor, se dejan reposar durante medio minuto, se filtran y con el extracto se lava el pie durante 20 minutos.

CALAMBRE DE PIE

Almohadillas de licopodio

Los calambres de pie o de pantorrilla se remedian con una almohadilla de licopodio. Según la extensión de la zona afectada, se llenará una funda con una cantidad comprendida entre 100 y 200 g de licopodio seco, durante la noche se mantendrá la almohadilla sobre la zona dolorida.

ATAQUE BILIAR

Apósito de equiseto menor

Un apósito de equiseto menor vaporizado aporta un alivio inmediato en los ataques biliares que suelen ser muy dolorosos.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El vapor del agua desprendido por la olla calienta la hierba. El contenido del tamiz se vuelca sobre un paño limpio, que se coloca sobre la vesícula biliar dolorida en forma de apósito caliente. Este apósito se fija con un paño caliente.

Apósito de bitter sueco

Si los ataques biliares son fuertes, recomendamos utilizar apósitos de bitter sueco. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de evitar que el alcohol del bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. A continuación, se humedece con gotas de bitter sueco una torunda de algodón de extensión adecuada y se coloca sobre la piel. Como aislamiento calorífico, se coloca una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Este apósito debería fijarse con un paño caliente y actuar durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo pura, se les añade un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche.

Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, su contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallos retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se recoge en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

DOLENCIA BILIAR

Ortiga menor

En las dolencias y afecciones biliares, recomiendo una cura de ortiga menor durante varias semanas.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro taza de infusión por día.

Ácoro

Se deposita en una taza una cucharadita rasa de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Esta taza se bebe en seis sorbos, antes y después de cada una de las tres comidas. Lo más práctico es llenar un termo con la infusión. Sólo se debe beber una taza por día.

Diente de león

En la época de floración del diente de león, se deberían tomar crudos de 5 a 6 tallos diarios. Se recoge el diente de león con sus flores, se lava, se tiran las cabezuelas de las flores y se come crudo.

Jugo de celidonia

Se exprimen las hojas, flores y tallo recién recolectados de la celidonia. Se bebe una cucharadita diaria de jugo de celidonia recién exprimido, rebajándolo con una taza de agua.

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de achicoria, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para la jornada.

CÁLCULOS BILIARES

Diente de león

Se recogen tallos tiernos de dientes de león en la época de su floración, se lavan junto con las flores, se retiran las cabezuelas de las flores, se comen de 5 a 6 tallos crudos al día. Con una cura de diente de león, los cálculos biliares se disuelven sin dolor alguno.

Jugo de rábano

Una cura de 6 semanas de jugo de rábano se considera como el remedio casero fiable y seguro para disolver los cálculos biliares.

En una licuadora se exprimen los rábanos lavados y mondados. Se beben con el estómago vacío 100 g de jugo recién exprimido. La dosis se incrementará de semana en semana, hasta llegar a los 400 g, rebajándose en las semanas siguientes hasta llegar de nuevo a los 100 g. Si la persona está aquejada de dolencias de estómago o de intestinos, se debe evitar el poner en práctica esta cura de jugo de rábano.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor, se le agrega agua muy caliente» se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día. Junto con la infusión de llantén menor se toman 8 g diarios de su semilla. Contribuye a que no se sigan formando cálculos.

Té mixto

Se mezclan 20 g de cada una de las hierbas siguientes: hojas de abedul, gatuña y agrimonia. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas diarias.

Vino de hierbas

Se mezclan 20 g de cada una de las hierbas siguientes: pimpinela, hiedra, lúpulo, menta, agrimonia y ajeno. En un litro de sidra o de mosto de manzana se añaden 3 cucharadas de esta mezcla, se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calientan hasta ebullición, se retira del fuego, y se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con él se llena un termo. Se toman 8 cucharaditas diarias de esta infusión, distanciadas entre sí una hora.

GASTRITIS

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas al día.

Bitter sueco

Según la gravedad de la gastritis, se tomarán entre dos y tres cucharadas de bitter sueco al día. Para ello, se vierte una cucharada en media taza de infusión de hierbas, se mezcla bien y la mitad de esta mezcla se toma media hora antes de cada comida y la otra mitad después de la misma.

METRITIS

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión al día.

Pan y queso

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pan y queso, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión al día. Por su virtud restañante, el pan y queso es una gran ayuda sobre todo en las hemorragias de matriz.

Galio

En las dolencias de matriz, el galio es un auxilio muy seguro. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Muérdago

La acción normalizadora del muérdago sobre la circulación sanguínea termina prontamente con los trastornos de la matriz y de la menstruación. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se les agrega agua fría y se deja en

reposo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos de dos a tres tazas de infusión a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la cantidad de líquido necesaria para el día.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Baño de asiento de milenrama

Para curar una dolencia de matriz, puede bastar con un solo baño de asiento de milenrama.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de milenrama (se utiliza la hierba entera). Se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel de agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. Seguidamente, la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz o toalla, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Equiseto menor

La virtud restañante del equiseto menor se puede aprovechar también para las hemorragias de matriz.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día.

CAÍDA Y PROLAPSO DEL ÚTERO

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de pan y quesillo

Con la esencia de pan y quesillo se frota, en el prolapso uterino, el bajo vientre, desde la vagina hacia arriba.

Se lava el pan y quesillo recién recolectado (se emplean las hojas, las flores y el tallo), se corta finamente y con él se llena un frasco sin apretarlo. Se vierte sobre la hierba aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente.

Baño de asiento de milenrama

Tres veces por semana se debería tomar un baño de asiento de milenrama. En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de milenrama, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel de agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

AMNESIA

Té mixto

Se mezclan a partes iguales equiseto menor y verónica, que son un excelente remedio para la amnesia causada por la vejez.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas por día a lo largo de una temporada considerable.

ESPASMO VASCULAR

Almohadilla de licopodio

Se llena una funda de almohada con una cantidad de licopodio comprendida entre 100 y 250 g, se cose y se coloca sobre la parte afectada.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de tres tazas de infusión por día.

VASOCONSTRICCIÓN

Baño de ortiga menor

Las vasoconstricciones o angiostenosis se curan con baños de ortiga menor.

En un recipiente de 5 litros se deposita ortiga menor tierna (hojas y tallo), se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta. Las hierbas se dejan en el agua. La duración del baño será de 20 minutos.

MENINGITIS

Apósito de bitter sueco

Con apósitos regulares de bitter sueco se puede combatir esta terrible enfermedad.

Se impregna una torunda de algodón de extensión apropiada con gotas de bitter sueco y se coloca este apósito sobre el occipucio durante 4 horas.

ICTERICIA

Diente de león

Por su virtud depurativa de la sangre, el diente de león es un remedio eficaz para la lucha contra la ictericia.

Se recogen tallos de diente de león en la época de su floración, se lavan, se apartan las cabezuelas de las flores y se come crudo, diez tallos diarios.

Ungüento de maravilla

Antes de la aplicación del apósito de bitter sueco se frota la piel con unguento de maravilla preparado de la manera siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente, se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un lienzo limpio. Las hojas, flores y tallo retenidas en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido, se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Aleluya

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas tiernas, se les agrega agua muy caliente,

se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas por día.

Vino de celidonia

Se agregan a medio litro de vino blanco seco 30 g de celidonia, con sus raíces, bien lavadas. Se deja reposar durante dos horas. A continuación el vino se filtra. Cada hora se tomarán algunas gotas, que repartidas a lo largo del día sumen una cucharada, no más..

Nogal

Se deposita en una taza una cucharadita de hojas de nogal cortadas finamente, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de achicoria, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para la jornada.

Té mixto

Se mezclan las siguientes hierbas y cantidades: 50 g de verónica, 50 g de raíces de diente de león, 25 g de aspérula olorosa y 25 g de flores de achicoria.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja extraer durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas al día.

Bitter sueco

Con alguna de las infusiones anteriores, se tomarán 3 cucharadas diarias de bitter sueco. Para ello, se mezcla una cucharada con media taza de infusión, tomándose la mitad de esta mezcla antes de la comida y la segunda mitad después de la misma.

Apósito de bitter sueco

El apósito de bitter sueco es de aplicación externa para un hígado atacado. En primer lugar la parte de piel correspondiente se untará con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol del bitter sueco pueda sustraer la grasa

de la piel. A continuación se humedece una to-
runda de algodón de extensión apropiada, con go-
tas de bitter sueco, colocándose encima de la piel.
Como aislamiento calorífico, se colocará una capa
de algodón seco y una lámina de plástico. Final-
mente, con un paño caliente se sujetará todo lo
anterior, dejando que el apósito actúe durante cua-
tro horas.

ICTERICIA INFECCIOSA

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada
de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se
deja reposar durante medio minuto, se filtra y se
bebe a sorbos, de 3 a 4 tazas por día.

SÍNTOMAS DE DESGASTE DE LAS ARTICULACIONES

Esencia de consuelda

Las fricciones regulares con esencia de consuel-
da alivian los dolores. Se lavan con un cepillo las
raíces de la consuelda y se cortan finamente. Se
llena un frasco con ellas, se les agrega aguardien-
te de trigo del 38-40 % de alcohol y el frasco se
deja en reposo durante dos semanas, en lugar ca-
liente. Con esta esencia se frota la articulación dia-
riamente.

Apósito de hojas

Se planchan en caliente las hojas de la berza y se
depositan sobre la articulación dolorida. Esta apó-
sito de hojas se sujeta con un paño caliente. Más
efectiva todavía es la pasta de hojas recién reco-
lectadas, preparada con licopodio. Se lavan las ho-
jas, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de
madera, y se colocan sobre la región dolorida, su-
jetándolas con un paño. Esta cataplasma se deja-
rá actuar durante toda la noche.

Ortiga menor

Intercalándolas entre dos tazas de infusión de
equiseto menor, se beberán cuatro tazas de infu-
sión de ortiga menor repartidas a lo largo del día.
Se deposita en una taza una cucharadita colmada
de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente,
se deja reposar durante medio minuto, se filtra y
se bebe a sorbos.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco
se efectuará una fricción con unguento de mara-
villa preparado de la manera siguiente: se calien-
tan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de cali-
dad, y se le agregan dos puñados colmados de
maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que for-
me espuma, se remueve vigorosamente y se reti-
ra la sartén del fuego. A continuación se tapa y
se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente
se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente y
su contenido se pasa a través de un paño limpio.
Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se
exprimen con fuerza y el unguento así obtenido
se guarda en frascos con cierre hermético.

Ulmaria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada
de flores de ulmaria cortadas finamente, se les
agrega agua muy caliente, se deja reposar duran-
te medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de
dos a tres tazas por día.

Equiseto menor

Se beberán dos tazas diarias de infusión de equi-
seto menor, una por la mañana media hora antes
del desayuno y otra por la noche media hora an-
tes de la cena.

Se deposita en una taza una cucharada colmada
de equiseto menor, se le agrega agua muy calien-
te, se deja reposar durante medio minuto, se fil-
tra y se bebe a sorbos.

Baño de asiento de equiseto menor

Una vez al mes se debería tomar un baño de asien-
to de equiseto menor. Se deposita en un recipiente
de 5 litros 100 g de equiseto menor, se agrega agua
fría y se deja en remojo durante 12 horas. A con-
tinuación el extracto frío se calienta, se filtra y se
agrega a la bañera. El nivel de agua de la bañera
debe ser tal que cubra los riñones de la persona
que se está bañando. La duración del baño será
de 20 minutos. La persona que se haya bañado
no deberá secarse, sino que, envuelta en su albor-
noz, se tenderá en la cama y sudará durante una
hora.

Bitter sueco

Aprovechando las cuatro tazas de ortiga menor,
se beberán tres cucharadas diarias de bitter sue-
co. Se toma media taza de la infusión de ortiga me-
nor y se le agrega una cucharada de bitter sueco.

De esta mezcla se toma la mitad antes y la otra mitad después de cada comida.

Apósito de bitter sueco

Las partes doloridas se tratan a diario con un apósito de bitter sueco, que se dejará actuar durante 4 horas. En primer lugar se unta la región afectada con unguento de maravilla, para que el alcohol del bitter sueco no sustraiga la grasa de la piel. Se humedece una torunda de algodón de extensión suficiente con gotas de bitter sueco, y se coloca el apósito sobre la parte enferma. Como aislamiento calorífico se coloca encima una torunda de algodón seca, que se tapa con una lámina de plástico para proteger la ropa, finalmente todo ello se fija con un paño limpio.

DEFORMACIÓN DE LAS ARTICULACIONES

Esencia de consuelda

Las fricciones regulares con esencia de consuelda alivian los dolores. Se lavan las raíces de la consuelda con un cepillo y se cortan finamente. Se llena un frasco con ellas, se les agrega aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol y se deja el frasco en reposo y en lugar caliente. Con esta esencia se frota la articulación diariamente.

Apósito de hojas

Se planchan en caliente las hojas de berza y se colocan sobre la articulación dolorida. El apósito de hojas se sujeta con un paño caliente. Más efectivo todavía es el cataplasma preparado con hojas de licopodio recién recolectadas. Se lavan estas hojas, se aplastan con un rodillo sobre tablero de madera, se colocan sobre la parte dolorida y se sujetan con un paño. Esta cataplasma se dejará enfriar durante la noche sobre la región dolorida.

Ortiga menor

Intercaladas entre las dos tazas de equiseto menor se toman cuatro tazas de ortiga menor reparadas a lo largo del día.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se realizará una fricción de unguento de maravilla, preparado de la manera siguiente: Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se le agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello espume, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un lienzo limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el lienzo se exprimen con fuerzas, y el unguento así obtenido se guarda en frascos herméticos.

Equiseto menor

Se beben dos tazas diarias de infusión de equiseto menor, una por la mañana, media hora antes del desayuno, y otra por la noche media hora antes de la cena.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Baño de asiento de equiseto menor

Una vez al mes se debería tomar un baño de asiento de equiseto menor. Se depositan en un recipiente de 5 litros 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se agrega a la bañera. El nivel del agua de la bañera debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. Después del baño, la persona que se ha bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Bitter sueco

Aprovechando las cuatro tazas de infusión de ortiga menor se beben tres cucharadas diarias de bitter sueco. A media taza de infusión de ortiga menor se le agrega una cucharada de bitter sueco. De esta mezcla se toma la mitad antes y la segunda mitad después de cada una de las tres comidas.

Apósito de bitter sueco

Las partes doloridas se tratarán diariamente con un apósito de bitter sueco que se dejará actuar du-

rante cuatro horas. En primer lugar se frota la región afectada con unguento de maravilla, para que el alcohol del bitter sueco no sustraiga la grasa de la piel. Se humedece una torunda de algodón de extensión suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la región dolorida. Para aislamiento calorífico se colocará encima otra torunda de algodón seco, que se tapará con una lámina de plástico para proteger las ropas, sujetándose todo ello con un paño limpio.

Una vez retirado el apósito, se empolvará la piel para prevenir un posible escozor.

INFLAMACIÓN DE LAS ARTICULACIONES

Consuelda

Las fricciones regulares con esencia de consuelda alivian los dolores. Se lavan con un cepillo las raíces de consuelda y se cortan finamente. Se llena un frasco con estas raíces, se les vierte encima aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol y se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia se frota la articulación diariamente.

Apósito de hojas

Se planchan en caliente las hojas de berza y con ellas se coloca un apósito sobre la articulación dolorida. Este apósito se sujeta con un paño caliente. Es más efectivo todavía una cataplasma preparado con hojas de licopodio recién recolectadas. Se lavan estas hojas, se aplastan con rodillo sobre tablero de madera, colocándose sobre la articulación dolorida y sujetándose con un paño. Este cataplasma se deja actuar durante toda la noche.

Ortiga menor

Intercaladas entre las dos tazas de equiseto menor se beberán cuatro tazas de infusión de ortiga menor repartidas a lo largo del día. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se efectuará una fricción con unguento de maravilla, preparado de la manera siguiente: Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla

(hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Equiseto menor

Se beben diariamente dos tazas de infusión de equiseto menor, una por la mañana, media hora antes del desayuno y otra por la noche, media hora antes de la cena.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Apósito de equiseto menor

En las inflamaciones de las articulaciones se debería aplicar adicionalmente un apósito de equiseto menor vaporizado.

Un tamiz con dos puñado colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El vapor de agua que se desprende calienta las hierbas. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre la articulación inflamada. Con un segundo paño se sujeta este apósito de equiseto menor, para impedir que su efecto curativo se disipe. El apósito de equiseto menor se deja actuar durante varias horas. Esta hierba puede recalentarse y utilizarse otras dos veces para un apósito vaporizado.

Baño de asiento de equiseto menor

Una vez al mes se debería tomar un baño de asiento de equiseto menor. En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera debería ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. Después del mismo, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Bitter sueco

Aprovechando las cuatro tazas de ortiga menor se beberán tres cucharadas diarias de bitter sue-

co. A media taza de infusión de ortiga menor se le agrega una cucharada de bitter sueco. Se toma la mitad de esta mezcla antes de cada comida y la otra mitad después.

Apósito de bitter sueco

Las partes doloridas se tratarán diariamente con un apósito de bitter sueco, que se dejará actuar durante cuatro horas. En primer lugar el punto afectado se unta con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda extraer la grasa de la piel. Se humedece una torunda de algodón suficientemente grande con gotas de bitter sueco y se deposita sobre la piel enferma. Como aislamiento calorífico se coloca encima una torunda de algodón seco, que se cubre con una lámina de plástico para proteger la ropas y todo ello se fija con un paño limpio.

ARTROPATÍA

Licopodio

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza en ayunas.

HINCHAZÓN ARTICULAR

Esencia de consuelda

Las hinchazones de las articulaciones remiten cuando se frota regularmente con esencia de consuelda.

Se lavan las raíces de consuelda con un cepillo, se trocean finamente y se llena con ellas un frasco. Se vierte por encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, dejando el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia de consuelda se frota regularmente la articulación hinchada.

TUMORES

Consuelda

Se deposita en una taza una cucharada de harina de consuelda, se le agrega agua muy caliente y unas gotas de aceite comestible. La pasta así obtenida se extiende sobre un paño limpio y se coloca sobre la parte enferma del organismo. Se fija este apósito con un paño caliente.

Esencia de maravilla

Se llena un frasco con flores de maravilla, sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, el frasco se deja en reposo por lo menos dos semanas y en lugar caliente. Esta esencia de maravilla se rebaja con igual cantidad de agua hervida, con esta mezcla se impregna un paño y se coloca como apósito sobre la parte enferma.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se efectuarán fricciones con unguento de maravilla preparado de la manera siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. A continuación se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento obtenido, se guarda en frasco que se pueda cerrar herméticamente.

Almohadilla de serpol

Se llena una funda de capacidad apropiada con serpol seco y se coloca durante la noche sobre la parte del organismo afectada por el tumor.

Apósito de equiseto menor

Los apósitos de equiseto menor vaporizado son también un remedio eficaz contra los tumores. Un tamiz con un puñado de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre la parte enferma. Se sujeta este apósito con un paño caliente.

Apósito de bitter sueco

Los apósitos de bitter sueco son un remedio excelente para curar un tumor. En primer lugar la región de piel afectada se frota con unguento de maravilla, para impedir que el alcohol del bitter sueco pueda extraer la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de extensión suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca sobre dicha parte de la piel. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Con un paño limpio se sujeta todo lo anterior y se deja actuar el apósito durante cuatro horas.

TUMOR (canceroso)

En este punto recomiendo la misma receta de plantas curativas que para la úlcera ¡cancerosa).

ÚLCERA

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Lavado con malva enana

La malva enana se utiliza exteriormente para el lavado de las úlceras. Se depositan en un recipiente de 5 litros dos puñados de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación en extracto frío se calienta, se filtra y con él se baña la parte del organismo afectada durante 20 minutos, o bien se lava varias veces la parte afectada con esta infusión.

Petasita

Se lavan las hojas recién recolectadas de la petasita y se aplastan con rodillo sobre tablero de madera. Se deposita la pasta de hojas así preparada sobre la úlcera. Esta cataplasma deberá renovarse varias veces al día.

Esencia de maravilla

Para la aplicación externa se recomienda una fricción con esencia de maravilla.

Se llena un frasco con flores de maravilla, se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol y se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Esta esencia de maravilla se rebaja con igual cantidad de agua hervida, con esta mezcla se impregna un paño y este paño se coloca como apósito sobre la región enferma.

Jugo de celidonia

Se lavan las hojas, flores y tallo de la celidonia recién recolectados y todavía húmedos, se licúan en un exprimidor. Con el jugo obtenido se humedece la parte enferma de cinco a seis veces diarias. Se toma una cucharadita diaria de jugo de celidonia, diluyéndola en una taza de agua.

Ortiga muerta

En un recipiente de medio litro se depositan tres cucharaditas colmadas de ortiga muerta, blanca o amarilla, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se empapa con la infusión un paño limpio que se coloca como apósito sobre la úlcera. Este apósito se sujeta con un paño caliente.

Equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión al día.

Apósito de equiseto menor

Exteriormente, se aplican apósitos de equiseto menor vaporizado. Un tamiz con dos puñados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito sobre la parte del cuerpo afectada. Se fija el apósito con un paño caliente y se deja actuar durante varias horas.

Jugo de aleluya

Para úlceras, tanto externas como internas, recomiendo la toma de jugo de aleluya tierna.

Las hojas recién recolectadas y lavadas se licúan en un exprimidor. Se bebe de 3 a 5 gotas del jugo cada hora, rebajándolas con un poco de agua o infusión de hierbas.

En las úlceras externas se frota, además, la parte enferma con el jugo de aleluya recién exprimido, varias veces al día.

Apósito de bitter sueco

Además de los apósitos de equiseto menor vaporizados, recomiendo para todo tipo de llagas los apósitos de bitter sueco.

En primer lugar la piel se frota con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón suficientemente grande con gotas de bitter sueco y se deposita sobre la piel. Como aislamiento calorífico se coloca una capa de algodón seco, y se tapa con una lámina de plástico. Todo ello se tapa con un paño caliente, dejando que el apósito actúe durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla que se extenderá antes de la aplicación del apósito de bitter sueco, se prepara de la forma siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente el contenido de la sartén se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente y se pasa a través de un paño limpio. Las hojas flores y tallos retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el unguento así obtenido se recoge en recipientes herméticos.

Galio

Las úlceras de la cavidad bucal se combaten con galio caliente. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con la infusión caliente, se hacen gárgaras veces al día.

Otra alternativa eficaz consiste en hacer gárgara con unas 30-40 gotas de tintura de mirra diluidas con agua templada.

Apósito de fáfara

Las úlceras escrofulosas se tratan con apósitos de extracto de fáfara. Se depositan en una taza dos cucharaditas colmadas de fáfara, se agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se impregna un paño que se aplica sobre la piel en forma de apósito caliente. Este apósito se fija mediante un paño caliente.

ULCERA (cancerosa)

Galio

En el caso de úlceras malignas o cancerosas recomendando la infusión de galio.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Ungüento de galio

Exteriormente, se recomienda frotar la úlcera con unguento de galio. Se lava el galio recién recolec-

tado y se exprime. El jugo así obtenido se remueve junto con mantequilla, hasta obtener un unguento, que se conservará en el frigorífico.

Apósito de equiseto menor

Mis experiencias prácticas me han enseñado que la mejor ayuda consiste en apósitos de equiseto menor vaporizado.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El vapor de agua desprendido calienta la hierba contenida en el tamiz. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito sobre el lugar en el que se haya formado la úlcera. Este apósito de equiseto vaporizado se colocará tres veces al día. Para ello se podrán recalentar las mismas hierbas varias veces. El primero de los apósitos se coloca por la mañana antes del desayuno, el paciente debe recibirlo tendido en la cama, dejando que actúe durante dos hora. A media tarde se renueva el apósito, el paciente debería permanecer también tendido en la cama, dejando que actúe el apósito durante otras dos horas. El tercer apósito se coloca poco antes de acostarse, dejando que actúe durante toda la noche. En cada caso, es muy importante que el apósito esté sujeto con un paño caliente y que el paciente esté bien arropado, con el fin de impedir que la virtud curativa de los vapores de equiseto menor puedan disiparse inútilmente.

Apósito de bitter sueco

En el mediodía, entre el primero y el segundo de los apósitos de equiseto menor, se colocará un apósito de bitter sueco que actuará durante cuatro horas. Previamente, se frotará la zona de su aplicación con grasa de cerdo o con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. Se humedece una torunda de algodón o un fragmento de celulosa suficientemente grandes con gotas de bitter sueco y que se coloca sobre la parte enferma. Como aislamiento calorífico se colocará encima otra torunda de algodón seca o un paño caliente, se tapará todo ello con una lámina de plástico para proteger las ropas y se sujetará todo ello con un paño limpio. El paciente que lleva un apósito de bitter sueco se puede mover dentro de su casa, no siendo necesario que guarde cama.

Después de las cuatro horas de actuación del bitter sueco se retira el apósito y se empolva la piel, para prevenir un posible escozor.

Equiseto menor

De forma paralela a estos apósitos se tomarán dos tazas diarias de infusión de equiseto menor, una por la mañana con el estómago vacío y otra por la noche media hora antes de la cena.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Té mixto

De forma paralela a los apósitos citados y a la infusión de equiseto menor, se beberá a lo largo del día entre 1,5 y 2 litros de una infusión mixta que inhibe al cáncer, compuesta de las hierbas siguientes:

100 g de ortiga menor, 300 g de maravilla, 100 g de milenrama, se mezclan perfectamente entre sí. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Una vez preparada esta infusión, se añadirá a cada una de sus tazas de tres a cinco gotas de jugo de aleluya, seis veces al día. Este jugo se obtiene de la aleluya tierna exprimida.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se aplicará unguento de maravilla preparado de la forma siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas flores y tallos). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Lavado con maravilla .

En el caso de úlceras malignas o cancerosas se recomienda, además, efectuar lavados frecuentes con un extracto de maravilla y equiseto menor, mezclados a partes iguales.

Se deposita en un recipiente de medio litro una cucharada colmada de esta mezcla, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se lava la úlcera con esta infusión.

Apósito de hojas

En las úlceras externas, se puede sustituir el apósito de equiseto vaporizado o el apósito de bitter sueco por apósito de hojas.

Se lavan las hojas recién recolectadas del llantén menor o mayor y de la ursina falsa, aplastándose, todavía húmedas, con un rodillo sobre un tablero de madera. Se coloca esta pasta de hojas de forma regular y repetida a lo largo del día sobre la herida, sujetándose con un paño limpio. En el momento de renovar el apósito se lava la pasta de hojas anterior con agua limpia. La herida se puede frotar, además, con jugo recién obtenido de aleluya. Se lavan las hojas de aleluya y todavía húmedas, se exprimen.

Jugo de aleluya

Para curar las úlceras malignas o cancerosas, se beberán de 3 a 5 gotas de aleluya, recién exprimida, cada hora, rebajándolas con un poco de agua o infusión de hierbas. Las hojas tiernas y lavadas de aleluya se exprimen. Si las úlceas son externas, se aplica directamente sobre ellas el jugo de aleluya.

Apósito de llantén menor

Se lavan las hojas recién recolectadas de llantén menor o mayor y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas así obtenida se extiende sobre la úlcera maligna.

Centinodia

En un recipiente de medio litro se depositan dos puñados colmados de centinodia, se les agrega agua muy caliente y se dejan extraer durante medio minuto, se filtran y con esta infusión, se lava la parte enferma.

ALERGIA FACIAL

Lavado con malva enana

Las alergias faciales acompañadas de picor o dolor punzante se alivian con lavados de infusión de malva enana.

En un recipiente de 5 litros se depositan dos puñados de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Con la infusión templada se lava la cara varias veces al día.

NEURALGIA FACIAL Y DE TRIGÉMINO

Té mixto

Se mezclan a partes iguales, flores de hipérico, manzanilla, gordolobo, milenrama, serpol y esporas de licopodio.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Como aplicación externa se llena una almohadilla de capacidad adecuada con la mezcla de hierbas recién indicada y se deposita sobre la parte del rostro dolorida.

Lavado con ortiga menor

Si la neuralgia facial va acompañada de dolores espasmódicos, se debería lavar la cara con una infusión caliente de ortiga menor.

En un recipiente de medio litro se deposita un puñado de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se lava la cara con detenimiento. A continuación, se frota y se coloca sobre ella una bolsita de paño conteniendo licopodio troceado finamente.

Aceite de hipérico

Se frota exteriormente con aceite de hipérico la zona afectada por los dolores nerviosos.

Se recogen flores y brotes tiernos de hipérico, con ellos se llena un frasco y se vierte sobre los mismos aceite que lo cubra totalmente. Se deja el frasco en reposo, durante tres semanas, en lugar caliente. Con este aceite de hipérico se efectúan varias fricciones al día.

Bitter sueco

Aprovechando las infusiones mixtas citadas, se tomarán tres cucharaditas diarias de bitter sueco. A media taza de infusión se le agrega una cucharadita de bitter sueco, tomando la mitad de esta mezcla antes de cada comida y la segunda mitad después.

Apósito de bitter sueco

Para aplicaciones externas se recomienda el apósito de bitter sueco, colocado sobre la cara. En primer lugar se frota la piel con ungüento de maravilla, para impedir que el alcohol del bitter sueco pueda reseca la misma. A continuación se hume-

dece una torunda de algodón suficientemente grande con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la cara. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco, tapándola con una lámina de plástico y sujetando todo lo anterior con un paño caliente. El paciente debería estar tendido en la cama mientras actúa el apósito, que será por un tiempo comprendido entre dos y cuatro horas.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y, el ungüento así obtenido, se guarda en un frasco que se pueda cerrar.

Almohadilla de hierba

Otra alternativa para mitigar una neuralgia facial es lo que se denomina una almohadilla de castañas de Indias.

Las castañas de Indias tiernas se mondan, quitándoseles su piel parda, mientras que el fruto interior, blanco, se trocea en una picadora y se introduce a continuación en una funda de almohada, se cose y se coloca sobre la parte facial inflamada. Otra alternativa sería una almohadilla rellena con licopodio cortado finamente, que se prepararía de igual manera.

INTOLERANCIA DE LOS CEREALES

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. De esta infusión de raíces de ácoro se beberá al día una taza, como máximo, tomando un sorbo de la misma antes y después de cada una de las comidas. La infusión se puede guardar en un termo.

TRAUMATISMO

Fárfara

Se lavan las hojas de fárfara recién recolectadas y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera, extendiéndose su pasta sobre el tejido lesionado.

PARÁLISIS

Consuelda

Se deposita en una taza una cucharada de harina de consuelda, se le agrega agua muy caliente y unas gotas de aceite comestible. La pasta obtenida se extiende sobre un paño, que se coloca sobre el miembro paralizado, sujetándose el apósito con un paño caliente.

Aceite de manzanilla

Las fricciones con aceite de manzanilla son también un remedio prometedor para aliviar los miembros paralizados. Se llena un frasco con flores tiernas de manzanilla, se vierte encima de las mismas aceite y se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. Con el aceite de manzanilla se frota regularmente los miembros afectados.

HERPES ZOSTER

Jugo de siempreviva mayor

Se lavan las hojas recién recolectadas de la siempreviva mayor y se exprimen. Con el jugo obtenido, se frota repetidamente la región enferma.

Mezcla de hierbas

Se mezclan 25 g de corteza de roble, 10 g de pie de león, 20 g de avena, 10 g de manzanilla, 25 g de salvia y 10 g de meliloto.

Se depositan en un recipiente de un litro cuatro cucharadas colmadas de esta mezcla, se les agrega agua fría y se calienta hasta poco antes de la ebullición. Se retira el recipiente del fuego, se deja reposar durante cinco minutos, se filtra y se humedece con mucho cuidado la zona enferma varias veces al día. Con las hierbas empleadas para preparar la infusión, se puede componer un apósito caliente que se aplicará durante la noche. Es-

tas hierbas se calentarán de nuevo ligeramente, se volcarán sobre un paño limpio y se colocarán sobre la parte afectada del organismo. Este apósito se fijará con un paño caliente.

MAL DE GARGANTA

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se efectúan gárgaras con ella varias veces al día.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se efectúan gárgaras varias veces al día.

Nogal

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas de nogal cortadas finamente, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se enjuaga con ellas el cuello, varias veces al día.

ARENILLA

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Verónica

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de verónica, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la noche, antes de acostarse.

Equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

Baño de asiento de equiseto menor

Exteriormente, el equiseto menor se emplea para baños de asiento. En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta y se filtra, vertiéndose en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

RETENCION DE LA ORINA

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión por día.

Vino de manzanilla

Se deposita en una cacerola cuatro cucharaditas colmadas de manzanilla, se les agrega un litro de vino blanco seco. Se calienta hasta casi ebullición, se deja en reposo durante 10 minutos, se filtra y se recoge en un frasco. De este vino de manzanilla se beberá un vaso por la mañana y un vaso por la noche, antes de las comidas. El vino no debería beberse excesivamente frío.

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Ortiga muerta

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga muerta, blanca o amarilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza de infusión antes del desayuno.

Serpol

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de serpol, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Baño de vapores de equiseto menor

Cuatro cucharaditas de equiseto menor se depositan en un litro de agua muy caliente. El paciente, envuelto en su albornoz, se pone en cuclillas sobre el recipiente que contiene la infusión de equiseto menor, dejando que sus vahos actúen durante 10 minutos sobre la vejiga.

Las hierbas empleadas para preparar la infusión se pueden recoger sobre un paño limpio y aplicar como apósito sobre la vejiga.

DERMATOSIS

Las dermatosis que después de cierto tiempo revientan, supuran, exudan y, por sí solas, apenas se curan, pueden tratarse con toda una serie de medidas.

Lavados

En primer lugar, se lava la herida con infusión templada de equiseto menor y de malva enana, alternando.

Se añaden dos cucharaditas colmadas de equiseto menor a medio litro de agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y se filtra. Se deja enfriar un poco esta infusión y se lava con ella la herida.

En un recipiente de medio litro se depositan dos cucharaditas colmadas de malva enana, se les agrega agua fría y se dejan en reposo 12 horas. A continuación el extracto frío se calientan y se filtra. Con este extracto se lava repetidamente la herida.

Jugo de celidonia

Los bordes de la herida se tratan primeramente con jugo recién exprimido de la celidonia. Se utilizan para ello las hojas, flores y tallo, que se lavan y, todavía húmedos, se exprimen. El jugo se extienden sobre los bordes de la herida. Una vez que el jugo ha calado en la piel del borde de la herida, se frota ésta con unguento de maravilla.

Ungüento de maravilla

Este unguento se prepara con la hierba y con grasa de cerdo. Se cortan finamente cuatro puñados de hojas, tallo y flores tiernas. Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se les agregan las hojas cortadas finamente y se deja que todo ello forme espuma. La grasa y las hierbas se remueven vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja en reposo. Al día siguiente se calienta ligeramente, se filtra su contenido a través de un paño, los restos que quedan retenidos en el paño se exprimen con fuerza y, el unguento así obtenido, se recoge en pequeños recipientes herméticos.

Apósito de llantén menor

En la misma herida abierta se coloca una pasta de hojas, preparada con llantén menor o mayor. Las hojas recién recolectadas se lavan y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. Si el enfermo no tolerara la pasta de hojas colocada en la herida, se la retirará de nuevo lavando la misma. Se dará comienzo otra vez a los lavados de equiseto menor y de malva enana y se volverá a intentar la colocación de la pasta de hojas citada, hasta que el enfermo la reciba satisfactoriamente. Con la infusión de equiseto menor y de malva enana se pueden preparar también apósitos que se aplicarán durante la noche. Se empaapa un paño limpio con el extracto descrito al principio, colocándolo después en la herida. Con un paño caliente, se envuelve el apósito aplicado.

Baños completos

Si las heridas son grandes, se sustituyen los lavados por baños completos de equiseto menor y de malva enana. Para un baño completo, se ponen en remojo en un recipiente de 5 litros, 200 g de equiseto menor o de malva enana, dejándolos durante 12 horas en agua fría. A continuación, el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se ha bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Llantén menor

Si las heridas son grandes o las superficies de las mismas están abiertas, se envuelve todo el cuerpo del paciente durante la noche con un lienzo,

sobre el que previamente se ha extendido pasta de hojas tiernas de llantén menor o de llantén mayor.

Baño completo de serpol

También el baño completo de serpol fomenta la curación definitiva de las dermatosis descritas inicialmente.

En un recipiente de 5 litros se ponen en remojo 200 g de serpol, durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Té mixto

Paralelamente a los tratamientos externos, se beberán cuatro tazas diarias de infusión, con el fin de depurar la sangre.

Se mezclan a partes iguales ortigas menor, verónica, maravilla y milenrama. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión por día.

Té mixto

La ingestión de una infusión mixta compuesta por 100 g de ortiga menor, 300 g de maravilla y 100 g de milenrama favorece la curación de las heridas.

Se mezclan las hierbas a fondos. Se deposita en una taza una cucharadita de su mezcla, se le agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

DERMATOSIS (crónica)

Ajo de oso

La virtud depurativa del ajo de oso promete una rápida mejora en las dermatosis crónicas.

Se recolectan en primavera las hojas tiernas del ajo de oso, se lavan y se trocean finamente, comiéndose crudas. El ajo de oso, al igual que el pe-

rejil, se emplea para decorar todos los platos imaginables. Con sus hojas se pueden preparar incluso ensaladas o cocerse como verdura.

Verónica

En las dermatosis crónicas, se recomienda como tratamiento interno una infusión mixta de verónica y puntas tiernas de ortiga menor. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Jugo de galio

El galio recién recolectado se lava y se exprime. Con el jugo recién exprimido, se frota varias veces al día las partes de piel enfermas.

CÁNCER DE PIEL

Ungüento de galio

El galio recién recolectado se lava y, todavía húmedo, se exprime. El jugo recién exprimido del galio se mezcla con mantequilla y, el ungüento así obtenido, se extiende sobre la piel afectada.

Jugo de maravilla

La maravilla recién recolectada (se emplean las hojas, flores y tallo) se lava y, todavía húmeda, se exprime. Con el jugo recién exprimido se frota varias veces al día las partes de la piel afectadas de cáncer.

Como aplicación interna, recomiendo tomar dos tazas de infusión de maravilla diarias.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla y verónica, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Esencia de maravilla

Recomiendo, además, los apósitos con esencia de maravilla.

Se llena un frasco con un puñado de flores de maravilla, se vierte encima de las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Las flores deben quedar totalmente cubiertas. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas, en lugar caliente. La esencia así preparada debe rebajarse con agua hervida y fría. Con la esencia di-

luida de esta manera se empapa un paño limpio y se coloca como apósito sobre la parte de piel afectada de cáncer.

Jugo de celidonia

El jugo reciente de celidonia es un remedio prometedor para las dermatosis cancerosas.

Se exprimen hojas, flores y tallo tierno de la celidonia que previamente ha sido lavada y no se ha secado. Con el jugo recién preparado, se frota la parte de piel afectada.

ASMA CARDIACA

Licopodio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza de infusión por la mañana, no más.

Bitter sueco

A cada una de las tazas de infusión de licopodio se le agrega una cucharadita de bitter sueco.

Además, durante el día se aplicará sobre el hígado un apósito de bitter sueco.

Previamente, se frotará la piel con ungüento de maravilla, con el fin de prevenir que el alcohol del bitter sueco pueda reseca la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la piel previamente frotada. Como aislamiento calorífico, se coloca encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Se fija el apósito con un paño caliente, dejándose actuar durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

Este ungüento se prepara con hierbas y con grasa de cerdo.

Se trocean finamente cuatro puñados de hojas, flores y tallos de maravilla tiernos. Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se le agregan las hierbas troceadas y se deja que todo ello forme espuma. Se remueven vigorosamente la grasa y las hierbas y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja que la mezcla se enfríe. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente, se filtra a través de un paño, los restos de hierba retenidos en el paño se exprimen

con fuerza, y el unguento así preparado se guarda en pequeños recipientes con cierre hermético.

Apósito de equiseto menor

Durante la noche, en lugar de un apósito de bitter sueco, se aplicará un apósito de equiseto menor vaporizado. Un tamiz con un puñado colmado de equiseto menor, se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre la parte del hígado. Se sujeta todo ello con un paño caliente.

TRASTORNOS CARDÍACOS

Vino cordial

En una cacerola se calienta un litro de vino natural (se deja al gusto de cada persona la elección del vino, que puede ser tinto o blanco), se le añaden dos cucharadas de vinagre de calidad y 10 tallos tiernos de perejil con sus hojas. Se hace hervir durante 10 minutos, el vino espumará al hervir pero no deberá borbotear. Se filtra el vino y se mezcla con unos 300 g de miel pura. Este vino cordial se recoge en frasco. De este vino cordial se tomarán de dos a tres cucharadas diarias.

Primavera

La primavera se considera como un remedio vigorizante del corazón. Por vía interna se aplica como infusión. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de primavera, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión por día.

Vino de primavera

El vino de primavera se ha acreditado, además, como remedio efectivo para cualquier trastorno de corazón. Se llena un frasco de vidrio con flores de primavera recién recolectadas, se vierte encima de las mismas vino blanco seco. El vino deberá cubrir la totalidad de las flores. Se deja el frasco al sol durante tres semanas. Así que aparecen los primeros trastornos cardíacos, se toma un sorbo de este vino.

Espino albar

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores), se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas y mezcladas a partes iguales, se vierte sobre ellas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. De la esencia así preparada, se tomarán de 4 a 10 gotas diarias.

Ungüento de espino albar

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se le agregan 250 g de flores y hojas de espino albar. Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las flores y hojas retenidas en el paño se exprimen con fuerza, y el unguento así obtenido se recoge en frasco con cierre hermético. Con este unguento se masajea la región del corazón en el mismo sentido del movimiento de la agujas del reloj.

DILATACION DEL CORAZÓN

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión al día.

INFARTO

Té mixto

Por desgracia, desde hace tiempo, el infarto es una enfermedad con la que tienen que contar no sólo los ejecutivos. En todos los trastornos cardíacos y circulatorios ha demostrado tener excelentes resultados la mezcla de hierbas que se describe seguidamente.

Se mezclan perfectamente entre sí las hierbas siguientes: 10 g de argentina, 10 g de árnica, 10 g de raíz de pimpinela, 10 g de algas pardas, 10 g de vainas de alubias, 10 g de fumaria, 10 g de corteza de arranclán, 10 g de ruda, 10 g de gatuña, 10 g de agripalma, 10 g de pan y quesillo, 10 g de galeópside, 10 g de musgo de Irlanda, 10 g de raíz de ácoro, 10 g de lampazo, 10 g de diente de león, 20 g de hierba mate, 10 g de toronjil, 20 g de muérdago, 10 g de grama, 10 g de milenrama, 10 g de centinodia, 30 g de espino albar, 10 g de equiseto menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de infusión diarias, una por la mañana y otra por la noche, que se pueden endulzar con un poco de miel. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

PALPITACIONES

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Espino albar

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores), se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales, se les vierte encima aguardiente de trigo del 38-40 %. Se deja el frasco en reposo, por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. De la esencia así preparada, se toman de 4 a 10 gotas diarias.

PATOLOGIA CORONARIA

Jugo de ajo de oso

En caso de trastornos de la coronaria, se frota la región del corazón con ajo de oso recién preparado. Las hojas tiernas se lavan y se exprimen.

Espino albar

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de espino albar (se utilizan las hojas y las flores), se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de espino albar

Se llena un frasco con flores y bayas recién recolectadas y a partes iguales, se les vierte encima aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo, por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. De la esencia así preparada, se toman de 4 a 10 gotas diarias.

ANGIOSTENOSIS CORONARIA

Esencia de árnica

En las angiostenosis coronarias y en los trastornos cardíacos de origen nervioso, se masajea suavemente la región del corazón con esencia de árnica. El paciente notará inmediatamente un alivio. Se arrancan los pétalos del cáliz verde del árnica, llenando con ellos un frasco. Una vez se han llenado sus dos tercios, se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol encima de los pétalos, dejando el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Se filtra una parte de la esencia preparada, mientras la parte restante se deja todavía en contacto con los pétalos. Después del primer vaciado parcial, se rellena el frasco grande, que contiene los pétalos, con alcohol. La esencia de árnica del 75 % de alcohol que puede adquirirse en las farmacias, debe rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para prevenir irritaciones de la piel. Si no se diluye, esta esencia de árnica puede provocar quemaduras.

Ortiga menor

Se depositan cuatro cucharaditas colmadas de ortiga menor en un litro de agua muy caliente, se

deja reposar durante medio minuto, se filtra y se lava la región del corazón con esta infusión templada, masajeándola, al mismo tiempo, suavemente.

MIOCARDITIS

Primavera

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de primavera, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

LESIÓN DE MIOCARDIO

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día. Exteriormente, la infusión de pie de león se utiliza para lavados de la región del corazón.

A un litro de agua muy caliente se le agregan cuatro cucharaditas colmadas de pie de león, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se lava la región del corazón con movimientos masajeados.

ALTERACIÓN DEL RITMO CARDÍACO

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos tres tazas de infusión de muérdago diarias. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

LESIÓN DEL CORAZÓN

Té mixto

Se mezclan cuidadosamente las plantas siguientes: 10 g de argentina, 10 g de árnica, 10 g de raíz de pimpinela, 10 g de algas pardas, 10 g de vainas de alubia, 10 g de fumaria, 10 g de corteza

de arraclán, 10 g de ruda, 10 g de gatuña, 10 g de agripalma, 10 g pan y quesillo, 10 g de galeósido, 10 g de musgo de Irlanda, 10 g de raíz de ácoro, 10 g de lampaza, 10 g de diente de león, 20 g de hierba mate, 10 g de toronjil, 20 g de muérdago, 10 g de grama, 10 g de milenrama, 10 g de centinoida, 30 g de espino albar y 10 g de equiseto menor. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas diarias, una por la mañana y otra por la noche, que se pueden endulzar con un poco de miel. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

INSUFICIENCIA CARDÍACA

En este punto, recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para los trastornos cardíacos.

HIDROPESÍA CARDÍACA

Maíz

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de barba o cabellera de maíz, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se toma una cucharada de esta infusión cada dos o tres horas.

Ortiga muerta

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga muerta, blanca o amarilla, se la agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

CÁNCER DE LOS TESTÍCULOS Y ORQUIONCO

Lipocodio

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, sólo una taza diaria, que se tomará con el estómago vacío.

Aceite de hipérico

Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico y se vierte encima de los mismos aceite que cubrirá las hierbas en su totalidad. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas, en lugar caliente. Con el tiempo, el aceite toma coloración rojiza. Con este aceite se efectúan varias fricciones diarias.

Aceite de mayorana

Se llena un frasco con mayorana, se vierte aceite encima de la hierba y se deja el frasco en reposo durante tres semanas. Con este aceite se efectúan

también fricciones.

Ungüento de maravilla

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se efectuarán fricciones con unguento de maravilla, preparado de la manera siguiente: se calienta en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio, las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos con cierre hermético. Con el unguento de maravilla se frota los testículos.

Apósito de equiseto menor

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido por la olla calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre los testículos. Este apósito se fija con un paño caliente, dejándose actuar durante varias horas o bien durante toda la noche.

Apósito de hojas tiernas

Se lavan hojas tiernas de galio, de petasita y de llantén menor o mayor, o bien, hojas y tallos tiernos de maravilla, se aplastan con rodillo sobre tablero de madera. La pasta formada se coloca sobre la región enferma del organismo. Se debería probar con todas las hierbas citadas, hasta que el paciente compruebe cuál de ellas actúa de forma más agradable y satisfactoria.

Apósito de bitter sueco

Antes de la colocación del apósito de bitter sueco se frotarán los testículos con unguento de maravilla, con el fin de prevenir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la piel. Se humedece una torunda de algodón de extensión suficientemente grande con gotas de bitter sueco y se coloca en la región afectada. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco, una lámina de plástico y se fijará todo ello con un paño caliente. Según la tolerancia del enfermo se dejará que el apósito actúe entre dos y cuatro horas, o bien durante toda la noche.

TRASTORNO HORMONAL

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se deberían beber dos tazas diarias, una por la mañana y otra por la noche. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

MANCHAS CORNEALES

Jugo de celidonia

El jugo espeso de los tallos de celidonia no se debe emplear para el tratamiento de los ojos. En su lugar, se toma el tallo de una hoja de celidonia recién recolectada, se lava y se tritura entre los dedos humedecidos. Con este jugo, se frota los párpados cerrados, en dirección a la comisura palpebral. Durante la noche se mantienen sobre los párpados cerrados hojas tiernas y lavadas de celidonia, sujetándolas con un paño.

HISTERIA

Hipérico

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Baño de asiento de hipérico

Exteriormente, el hipérico se aplica para los baños de asiento. En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de hipérico, se agrega agua fría y

se deja en remojo durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas diarias.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos tres tazas de infusión de muérdago, repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

CIÁTICA

Baño completo de ortiga menor

Los baños completos de ortiga menor son un remedio probado para mitigar los agudos dolores de la ciática.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de ortiga menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora. Si los dolores de tipo ciático se presentan en los brazos y en las piernas, se frotará con ortiga menor recién recolectada y con mucho cuidado y tiento, las regiones doloridas, por cuatro veces, empezando por abajo y siguiendo en dirección hacia arriba. A continuación la piel ligeramente enrojecida se empolvará. A los pocos días, debería notarse ya una mejora.

Helechos

Se toman hojas tiernas de helecho, se les quita el tallo principal, se colocan sobre una toalla y, con ella, se envuelve la región dolorida durante la noche.

Aceite de hipérico

Las fricciones con aceite de hipérico reportan un rápido alivio de los dolores ciáticos.

Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico, sobre ellos se vierte aceite hasta que las flores queden totalmente cubiertas. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. El aceite va tomando con el tiempo una coloración rojiza.

Ulmaria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de flores de ulmaria troceadas finamente, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

LARINGITIS

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben de dos a tres tazas de infusión de malva enana por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Se recomienda, además, preparar una gran cantidad de infusión para efectuar gárgaras varias veces al día.

Las hierbas utilizadas para preparar la infusión, se mezclan en caliente con harina de cebada, la masa resultante se extiende sobre un paño limpio y se coloca alrededor del cuello en forma de apósito caliente. Esta cataplasma se dejará actuar durante la noche.

CATARRO DE LARINGE

Fárfara

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de fárfara, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Los paladares sensibles pueden tomar la infusión de fáfara con un poco de miel.

Nogal

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas de nogal, cortadas finamente, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión se enjuaga varias veces al día la cavidad bucal y la laringe.

CÁNCER DE LARINGE

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben cuatro tazas diarias de infusión de malva enana. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Como complemento al consumo interno de infusión de malva enana, se preparan otras seis tazas de infusión diarias para realizar gárgaras. Siempre que sea posible, se deberían utilizar hojas tiernas de malva enana para preparar la infusión, porque su virtud curativa es muy superior a la de las hojas secas.

Con la hierba utilizada para la infusión se prepara una pasta, que se aplica sobre el cuello en forma de cataplasma, que se fija con un paño caliente y se deja actuar durante la noche. Las hojas de malva enana se calientan con un poco de agua, se filtran y se mezclan con harina de cebada. La masa así preparada se extiende sobre un paño limpio.

TOSFERINA

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor o mayor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas por día.

Serpol

Se mezclan a partes iguales serpol y llantén menor. Se deposita en una cacerola una taza de agua fría con una rodaja de limón y una cucharadita de azúcar cande pardo, se calienta a ebullición, se retira la cacerola del fuego y se le agrega una

cucharadita colmada de la mezcla de serpol y llantén menor. Se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe la infusión a sorbos, tan caliente como sea posible. Se beben de cuatro a cinco tazas diarias, que se preparan inmediatamente antes del consumo.

SUPURACIÓN DEL SENO MAXILAR

En este punto, recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para la sinusitis supurante.

SUPURACIÓN DEL MAXILAR

Apósito de bitter sueco

Los apósitos de bitter sueco colocados exteriormente son un remedio para la supuración del maxilar. Se humedece una torunda de algodón de extensión adecuada con gotas de bitter sueco y se deposita sobre la parte del maxilar dolorida. Como aislamiento calorífico se coloca encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Se fija el apósito con un paño caliente y se deja actuar por lo menos durante cuatro horas.

Antes de su colocación se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de prevenir que el alcohol del bitter sueco pueda reseca la piel.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallos). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido, se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

NIÑOS (disminuidos físicos, mongólicos o con parálisis espasmódica)

En este punto, recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para la esclerosis múltiple. Los baños, esencias, aceites, infusiones, estimulantes no pueden causar daño alguno al paciente infantil, sino simplemente ayudarlo. Las cantidades de líquido indicadas, deberán adaptarse a la constitución del niño.

NIÑOS (débiles)

Baño completo de pie de león

Los baños completos de pie de león tienen un efecto vigorizante sobre los niños que van un poquito rezagados en su desarrollo.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de pie de león (mucho más afectivo todavía sería la dríada octopétala, que crece a mayores altitudes en la montaña), se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación, el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera debe ser tal que el corazón del niño que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, el niño no deberá secarse, sino que, envuelto en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora. Se debería tomar un baño semanal.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita de llantén menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión al día.

Serpol

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de serpol, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión diarias.

Esencia de serpol

Con la esencia de serpol se frotan los niños a diario, para estimular la vigorización de sus miembros.

Se llena un frasco con hojas de serpol recolectadas y sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo, por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con la esencia así preparada, se frota el niño varias veces al día.

Baño completo de serpol

Alternando con el baño de pie de león, se debería tomar una vez a la semana un baño completo de serpol.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de serpol, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera debe ser tal que el corazón

del niño que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación el niño no deberá secarse, sino que, envuelto en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

FRACTURAS

Baño de malva enana

Los pies o las manos hinchadas, como resultado de una fractura, se alivian y remiten con baños de malva enana.

Para el baño de un pie o de una mano se necesitan dos puñados colmados de malva enana, que se pondrán en remojo en un recipiente de 5 litros de agua fría, durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se baña con él o el pie durante 20 minutos.

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión diarias.

OSTEOMALACIA

Baño completo de hojas de nogal

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de hojas de nogal, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Milenrama

Por vía interna la milenrama influye en la formación de sangre en la médula ósea.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Baño de asiento de milenrama

Por vía externa, la milenrama es un remedio que se puede utilizar como aditivo en los baños de asiento.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de milenrama, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Esencia de milenrama

Como complemento a la infusión y al baño de asiento se frotará varias veces al día con la esencia de milenrama la parte del organismo atacada de osteomalacia.

Se llena un frasco con flores de milenrama recién recolectadas y sobre ellas se vierte aguardiente de trigo de 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia se efectúan varias fricciones diarias.

Baño de asiento de equiseto menor

En un cubo de 5 litros con agua fría se pone en remojo 100 g de equiseto menor durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra, añadiéndose al agua de la bañera. El nivel del agua debe ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

En lugar del baño de asiento es posible, naturalmente, efectuar solamente lavados. Para ello, basta el extracto frío antes citado, calentarlo y lavar con él varias veces la parte del organismo afectada.

Apósito de equiseto menor

Se recomienda colocar apósitos de equiseto menor vaporizado durante la noche.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendida calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca este apósito caliente sobre la parte afectada por la osteomalacia. El apósito se tapa con un paño caliente y se deja actuar durante toda la noche.

CÁNCER DE HUESOS

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión diarias. A ser posible, se deberían utilizar hojas tiernas de ortiga menor.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se beben a sorbos dos tazas de infusión diarias. También aquí, si fuera posible, se deberían utilizar hierbas frescas.

Milenrama

Como complemento a las infusiones de ortiga menor y de maravilla, se beberán cuatro tazas diarias de infusión de milenrama.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Bitter sueco

Aprovechando las infusiones antes citadas, se tomarán tres cucharadas diarias de bitter sueco. En cada caso se toma media taza de infusión y se le agrega una cucharada de bitter sueco, se mezcla bien y la mitad de esta mezcla se bebe antes de cada comida y la segunda mitad después de la misma.

El bitter sueco se puede utilizar, por vía externa, para fricciones.

Esencia de consuelda

Para la aplicación externa se utiliza la esencia de consuelda. Se frota la parte enferma del organismo con esencia de consuelda varias veces al día. Se lavan con un cepillo las raíces de la consuelda, se cortan finamente y con ellas se llena un frasco hasta el cuello. Sobre la hierba se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, dejándose en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente.

Esencia de milenrama

Como linimento recomiendo también la esencia de milenrama, con la cual se frotará varias veces

al día la parte del organismo afectada. Se llena un frasco con flores de milenrama recién recolectadas y sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con la esencia así preparada se efectúan varias fricciones diarias.

DOLENCIAS EN LA MÉDULA ÓSEA

Cuando decimos dolencia de la médula ósea da igual si se trata de un tumor, de una inflamación de la misma o de una pérdida de sustancia, las recetas que se indican a continuación son remedios eficaces en cualquiera de estos casos.

Milenrama

Se beben dos tazas diarias de milenrama, que se reparten a lo largo del día en cuatro porciones. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Alholva

Se agrega a cada una de las tazas de infusión de milenrama media cucharadita de semillas molidas de alholva.

Baño de asiento de milenrama

Se debería tomar un baño de milenrama cada mes. En un cubo de 5 litros se depositan 200 g de milenrama, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 hora. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierta en la bañera. El nivel del agua deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación, la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Esencia de milenrama

Como complemento a las recetas anteriores, debería frotar la parte del cuerpo enferma diariamente con esencia de milenrama.

Se llena un frasco con flores de milenrama recién recolectada y sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en

lugar caliente. Con esta esencia se efectúan varias fricciones diarias.

NÓDULOS

Apósito de consuelda

Los nódulos gotosos se tratan con cataplasmas de consuelda. Se mezcla una cucharada de harina de consuelda con unas gotas de aceite en una taza, se les agrega agua muy caliente, la pasta de consuelda así formada se extiende sobre un paño limpio y se coloca sobre la región enferma. El apósito se fija con un paño caliente, dejándose actuar sobre la parte enferma hasta que se haya enfriado.

Galio

La formación de nódulos en la cavidad bucal y faríngea puede remitir y desaparecer mediante enjuagues y gárgaras repetidas con infusión de galio. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto caliente se efectúan gárgaras varias veces al día.

Jugo de llantén menor

Los nódulos endurecidos resultantes de una herida antigua se tratan con jugo recién preparado de llantén menor o mayor. Se lava una hoja recién recolectada y se tritura entre los dedos. Con el jugo que desprende se humedece la parte enferma varias veces al día.

CÓLICO

Ajo de oso

El ajo de oso, por sus propiedades depurativas, promete ser un remedio eficaz y rápido para los cólicos gástricos e intestinales.

Se recogen en primavera las hojas tiernas del ajo de oso, se lavan y se trocean finamente, comiéndose crudas. Al igual que el perejil, se pueden adornar con ajo de oso todos los platos imaginables. Además, con las hojas de ajo de oso se pueden preparar incluso ensaladas, o cocer con ellas un plato como si fueran espinacas.

Acoro

El mismo efecto sobre el sistema digestivo tienen las raíces de ácoro. Se deposita en una taza una

cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe una taza de infusión al día, tomando un sorbo antes y otro después de cada una de las tres comidas. En total son seis sorbos al día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Bitter sueco

En los ataques de cólico, se toman tres cucharadas diarias de bitter sueco, mezclándolas con un poco de agua o con una infusión de hierbas.

Apósito de bitter sueco

Por experiencia propia sé lo rápido que actúa el apósito de bitter sueco en caso de un cólico nefrítico, proporcionando alivio inmediato. Se frota previamente con unguento de maravilla la parte de piel en la que se vaya a colocar el apósito, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda extraer la grasa de dicha zona. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño adecuado con gotas de bitter sueco y se deposita sobre la región renal. Como aislamiento calorífico se coloca encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente y se deja actuar durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calida y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se vuelve a calentar, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Apósito de equiseto menor

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre el abdomen. Se fija el apósito de equiseto menor vaporizado con un paño caliente y se deja actuar durante varias horas, o bien, durante toda la noche.

MANOS EN GARRA

En este punto, recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para las deformaciones.

CÁNCER

Como ya se ha indicado en otro momento, la virtud curativa de nuestras plantas medicinales no se agota en el simple combatir las enfermedades, sino que fomenta y vigoriza las defensas de nuestro organismo, protegiéndolo, de esta manera, de los ataques de la enfermedad. Así, por ejemplo, existen algunas plantas medicinales que tienen efectos inhibitorios y profilácticos contra el cáncer.

Jugo de galio

Las úlceras cancerosas de todo tipo se tratan exteriormente con jugo de galio recién preparado, mezclado con mantequilla y aplicado sobre la parte enferma. Se lava el galio recién recolectado y, todavía húmedo se exprime.

Muérdago

También el muérdago tiene esta consideración. Aconsejo a todos que hagan una cura de infusiones de muérdago de seis semanas, una vez cada año. Durante las tres primeras semanas se beben tres tazas diarias, en las dos semanas siguientes, dos tazas y en la última semana se reduce el consumo a una taza diaria de infusión de muérdago. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de infusión de muérdago necesaria para el día.

Maravilla

En una enfermedad cancerosa se debería beber infusión de maravilla durante un período largo de tiempo.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Se licúa la hierba recién recolectada en un exprimidor casero, y con el jugo de maravilla recién obtenido, se tratan exteriormente las partes del organismo aquejadas de cáncer.

Equiseto menor

El equiseto menor posee también una virtud inhibitoria frente al cáncer. Se debería beber una taza diaria de esta infusión.

Para ello se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Pero incluso si no se consigue proteger al organismo del cáncer, con todo, en el jardín de Dios crecen plantas con virtud curativa suficiente para combatirlo con éxito.

Té mixto

Tiene propiedades inhibitorias frente al cáncer la siguiente infusión preparada con una mezcla de las hierbas siguientes: 100 g de ortiga menor, 100 g de milenrama y 300 g de maravilla.

En 1,5 litros de agua muy caliente se depositan seis cucharaditas de esta mezcla, se dejan reposar durante medio minuto, se filtran y con ellas se llena un termo. A lo largo del día se tomará un sorbo de esta infusión cada 20 minutos.

Bitter sueco

Con una de las infusiones citadas al principio se tomarán tres cucharadas diarias de bitter sueco. A media taza de infusión se le añade una cucharada de bitter sueco, se mezclan bien y se toma la mitad de esta mezcla antes de cada comida y la otra mitad después de la misma.

TRASTORNOS CIRCULATORIOS

Muérdago

El muérdago tiene un efecto calmante sobre la circulación. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión al día.

Bitter sueco

Con algunas de las infusiones antes citadas se toman tres cucharaditas diarias de bitter sueco. Para ello se agrega a media taza de infusión una cucharadita del bitter sueco, se mezclan bien y se toma la mitad de esta mezcla antes de cada comida y la otra mitad después de la misma.

BOCIO

Escrofularia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas de escrofularia cortadas finamente, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se efectúan gárgaras varias veces al día. No se deberá beber la infusión de escrofularia.

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se hacen gárgaras con la infusión caliente varias veces al día. De vez en cuando se puede, además, beber un sorbo de esta infusión de galio.

Llantén menor

Se recolectan hojas tiernas de llantén menor o mayor, se lavan, se deshilachan con las manos, se mezclan con un poco de sal y se coloca esta cataplasma sobre el cuello. Las hojas se sujetan con un paño limpio.

PARÁLISIS

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Serpol

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de serpol, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana en lugar del café.

Bitter sueco

Con alguna de las infusiones antes citadas, para luchar contra la parálisis, se tomarán tres cucharadas diarias de bitter sueco. Para ello, a media taza de una infusión de hierbas se le agrega una cucharada de bitter sueco, se mezclan bien y la mitad de esta mezcla se toma antes de la comida y la segunda mitad después.

HEPATITIS

Ajo de oso

Por su virtud depurativa de la sangre, el ajo de oso es una ayuda para curar las hepatitis. Se recolectan en primavera las hojas tiernas del ajo de oso, se lavan y se trocean finamente, comiéndose crudas. Al igual que el perejil, el ajo de oso se puede utilizar para adornar cualquier plato imaginable. Con las hojas de esta planta se pueden preparar incluso ensaladas, o bien hervirlas a guisa de espinacas.

Esencia de ajo de oso

Para retener a lo largo de todo el año la virtud curativa del ajo de oso, se deberá preparar su esencia.

Se llena un frasco con hojas y tubérculos de ajo de oso troceadas finamente, sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol y se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. De esta esencia de ajo de oso se tomarán entre 10 y 15 gotas cuatro veces al día, rebajándolas con un poco de agua. La proliferación del tejido conjuntivo hepático se trata también con ajo de oso.

Diente de león

En la época de su floración se recogen tallos de diente de león, se lavan junto con las cabezuelas de las flores, se apartan estas últimas y se comen de cinco a seis tallos crudos por día.

AFECCIONES HEPÁTICAS

Diente de león

En la época de su floración se recogen tallos tiernos de diente de león, se lavan junto con las cabezuelas de las flores, se apartan estas últimas y se comen de cinco a seis tallos crudos por día.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas, repartidas a lo largo del día.

Ungüento de maravilla

Antes de la aplicación del apósito de bitter sueco se aplicará el ungüento de maravilla preparado de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente, y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el ungüento así preparado se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión por día.

Jugo de celidonia

Se exprimen las hojas, flores y tallo de celidonia recién recolectados. Se bebe una cucharadita diaria de jugo de celidonia recién exprimido, rebajándolo con una taza de agua.

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de achicoria, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de esta infusión, repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo caliente con la porción de líquido necesaria para el día.

Apósito de equiseto menor

Los ataques hepáticos y biliares se mitigan con apósitos de equiseto menor vaporizados.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un

pañó limpio y se coloca como apósite sobre el hígado. Este apósite de equiseto menor vaporizado debería dejarse actuar durante toda la noche.

Bitter sueco

Junto con alguna de las infusiones antes citadas se toman tres cucharadas diarias de bitter sueco. Para ello, se agrega a media taza de infusión una cucharada de bitter sueco, se mezclan bien y la mitad de esta mezcla se toma antes de cada una de las tres comidas, mientras la segunda mitad se toma después de las mismas.

Apósite de bitter sueco

Además, se colocan apósitos de bitter sueco sobre el hígado enfermo. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la piel. A continuación, se humedece una torunda de algodón de tamaño apropiado y se coloca sobre la piel. Como aislamiento calorífico se coloca encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósite se fija con un paño caliente y se deja actuar durante cuatro horas.

CÁNCER DE HÍGADO

En las dolencias hepáticas malignas, recomiendo la cura siguiente:

Licopodio

Se deposita en una taza una cucharadita rasa de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana con el estómago vacío, no más.

Ortiga menor

Como complemento a las infusiones de licopodio y raíces de ácoro, se beben de dos a tres tazas diarias de infusión de ortiga menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Ácoro

Se beben seis sorbos diarios de infusión de raíz de ácoro. Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se agrega agua fría

y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Antes y después de cada comida se toma un sorbo de infusión de ácoro. Lo más práctico es llenar un termo con la porción necesaria de líquido caliente para el día.

Apósite de equiseto menor

Junto con el apósite de bitter sueco, que se colocará durante el día dejándose actuar cuatro horas, recomiendo también los apósitos de equiseto menor vaporizado. A ser posible, se debería colocar por la mañana durante dos horas, y por la tarde también otras dos horas, mientras que el tercer apósite se llevará durante toda la noche. Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. El contenido del tamiz se vuelca sobre un paño limpio y se coloca sobre el hígado como apósite caliente. Este apósite se fija con otro paño caliente.

Esta misma cura se aplica también para la cirrosis.

AFECCIONES HEPÁTICAS

Ortiga menor

Si se padece una afección hepática, es de recomendar una cura de infusiones de ortiga menor a lo largo de varias semanas. Se toman un máximo de cuatro tazas diarias de esta infusión.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Ácoro

En caso de dolencia hepática, se bebe una taza diaria de raíz de ácoro. Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Antes y después de cada comida se bebe un sorbo de esta infusión. No se debe beber más de una taza diaria. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Agrimonia

Como complemento a las infusiones anteriores, se deberían beber dos tazas diarias de infusión de agrimonia.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Jugo de celidonia

Se exprime en un exprimidor las hojas, flores y tallos de la celidonia tiernos y recién recolectados. Se bebe una cucharadita diaria de jugo de celidonia recién exprimido, rebajado con una taza de agua.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Té mixto

Se mezclan 50 g de verónica, 50 g de diente de león, 25 g de aspérula olorosa y 25 g de flores de achicoria. Se beben dos tazas diarias de la infusión de estas hierbas.

Se deposita en una taza caliente una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Té mixto

Se mezclan 100 g de galio, 100 g de agrimonia y 100 g de aspérula olorosa.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión por día. Una de las tazas se beberá por la mañana con el estómago vacío.

TRASTORNOS HEPÁTICOS

Aleluya

En los trastornos hepáticos leves, se beben dos tazas diarias de infusión de aleluya, ya fría. Para ello, se utilizan solamente hojas tiernas.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas tiernas, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas diarias.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

Té mixto

Las siguientes hierbas se mezclarán a fondo: 50 g de ortiga menor, 30 g de verónica, 10 g de corteza de robles, 20 g de fumaria, 30 g de maravilla, 20 g de milenrama, 30 g de celidonia, 20 g de cascara de nuez, 30 g de corteza de sauce y 40 g de ulmaria. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de seis a ocho tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Siempre que sea posible se utilizarán las hierbas tiernas, porque su virtud curativa es muy superior a la de las secas.

Tan importante como la aplicación correcta de las plantas descritas es también la observación estricta de una dieta alimenticia.

CIRROSIS

Licopodio

Se bebe una taza de licopodio, por la mañana, con el estómago vacío, no más. Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de seis tazas de infusión por día.

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

HERNIA INGUINAL

Pie de león

Siempre que sea posible se deberá preparar la infusión con pie león recién recolectado.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de pan y quesillo

Para ello, se llena un frasco con pan y quesillo recién recolectado, lavado y cortado finamente, sobre el mismo se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Se frota con la esencia de pan y quesillo la hernia inguinal exteriormente, varias veces al día.

LEUCEMIA

Se entiende normalmente por leucemia un cuadro patológico grave, debido a la producción excesiva de leucocitos.

Con la siguiente cura de hierbas he podido ayudar a muchos enfermos de leucemia.

Té mixto

Se preparan por lo menos dos litros diarios de la infusión basada en la mezcla de hierbas siguiente: 30 g de ortiga menor, 20 g de verónica, 30 g de brotes de saúco, 15 g de hipérico, 25 g de galio, 15 g de raíz de diente de león, 30 g de maravilla, 25 g de milenrama, 30 g de celidonia, 20 g de ajenojo, 25 g de ulmaria.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Acoro

Se debería beber, además, una taza diaria de infusión de raíz de ácoro, puesto que es posible que la causa de la leucemia sea también una enfermedad de bazo.

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se agrega agua fría y se deja en reposo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe un sorbo de esta infusión antes y después de las tres comidas. En total son seis sorbos diarios. No se debe beber más de una taza de infusión de raíz de ácoro por día.

Bitter sueco

Junto con la infusión antes citada, se tomarán tres cucharadas diarias de bitter sueco. Para ello, se

agrega una cucharada a media taza de infusión, se mezcla, y de esta mezcla se bebe la mitad antes de la comida y la segunda mitad después de la misma.

Apósito de bitter sueco

Exteriormente, se aplican apósitos de bitter sueco. En primer lugar se frota la región del hígado y del bazo con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol del bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco, y se deposita sobre la región del hígado y del bazo. Como aislamiento calorífico se coloca una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Se fija el apósito con un paño caliente y se deja actuar durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Apósito de equiseto menor

Además del apósito de bitter sueco, recomiendo también el de equiseto menor vaporizado. Según la tolerancia del paciente y la gravedad del cuadro patológico, se utilizan un máximo de tres apósitos diarios. El primero por la mañana antes de levantarse, el segundo al mediodía y el tercero durante toda la noche.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre la región del hígado y del bazo. Se fija este apósito con un paño caliente.

Baño completo de serpol

Se tomará un baño completo de serpol, por lo menos una vez al mes. Se depositan en un recipiente de 5 litros 200 g de serpol, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continua-

ción el extracto frío se calienta y se filtra, vertiéndose en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

ASMA PULMONAR

Té mixto

Se mezclan a partes iguales llantén menor y serpol. Se deposita en una cacerola una taza de agua fría y una rodaja de limón, se agrega una cucharadita de azúcar cande pardo y se calienta a ebullición. Se retira la cacerola del fuego y se le agrega una cucharadita colmada de la mezcla de llantén menor con serpol. Se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tan caliente como se pueda resistir. Se beberán de cuatro a cinco tazas de infusión diarias, recién preparadas.

HEMORRAGIAS PULMONARES

Pan y queso

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pan y queso, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza de infusión por la mañana y otra por la noche.

Equiseto menor

Según la gravedad de la hemorragia se depositan en una taza dos a tres cucharaditas colmadas de equiseto menor, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

ENFISEMA PULMONAR

Se entiende por enfisema pulmonar el hinchamiento de los pulmones, provocado por una retención grande aire en las vesículas pulmonares.

Malva enana

En 3/4 de litro de agua fría, se ponen en remojo dos cucharaditas colmadas de malva sana, durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Las hojas filtradas se calientan una vez más por la noche, con un poco de agua, se filtran y se recogen en un paño limpio, que se coloca como apósito sobre bronquios y pulmones. Este apósito se fija con un paño caliente.

En muchos casos, la causa del enfisema pulmonar está en un trastorno hepático. De ser así, aconsejo la cura siguiente:

Licopodio

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana con el estómago vacío. No se debe beber más de una taza diaria.

Apósito de bitter sueco

Los trastornos hepáticos se tratan exteriormente con apósitos de bitter sueco. Durante el día se coloca un apósito que se dejará actuar durante cuatro horas. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda sustraer la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de extensión adecuada y se coloca sobre la región del hígado. Como aislamiento calorífico, se colocará encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Apósito de equiseto menor

Según la gravedad de la dolencia aconsejo, a parte de los apósitos de bitter sueco, aplicar también tres apósitos de equiseto menor vaporizado. El primero se coloca por la mañana antes de levantarse, el segundo al mediodía, dejando que actúe durante dos horas, el tercero se debería colocar para que actúe durante toda la noche.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre el pulmón enfermo. El apósito se fija con un paño caliente.

NEUMONÍA

Té mixto

Se mezclan a partes iguales llantén menor y serpol. La infusión se prepara de la forma siguiente: se depositan en una cacerola una taza de agua fría y una rodaja de limón, se agrega una cucharadita de azúcar cande pardo y se calienta todo ello a ebullición. Se retira el recipiente del fuego y se le agrega una cucharadita colmada de hierbas. Se deja reposar durante medio minuto, el té se beberá a sorbos y tan caliente como se pueda. Si el peligro de neumonía es grave, se tomará cada hora una taza de esta infusión recién preparada.

Apósito de bitter sueco

Los apósitos de bitter sueco son también un remedio para la neumonía. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de extensión apropiada con gotas de bitter sueco y se deposita sobre la caja torácica. Como aislamiento calorífico se coloca encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente, dejándose actuar durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

Para frotar la piel, se prepara unguento de maravilla de la manera siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se añade un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del

fuego. Se tapa y se deja enfriar durante toda la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido, se guarda en frascos con cierre hermético.

DOLENCIAS PULMONARES

Ortiga menor

También en las dolencias pulmonares se utiliza la virtud depurativa de la ortiga menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Jarabe de fáfara

En un recipiente apropiado de arcilla o de vidrio, se coloca una capa de hojas tiernas de fáfara, recién recolectadas y lavadas, por encima se coloca una capa de azúcar bruto, a continuación otra capa de hojas y así sucesivamente, hasta llenar el frasco. Se deja que las capas se asienten y se rellena. A continuación, se cierra el frasco herméticamente, con el fin de que no penetre el aire en su interior, enterrándose seguidamente en una parte protegida del jardín. Se cubre el recipiente con un tablero de madera y se tapa con paladas de tierra. Con el calor homogéneo de la tierra, la mezcla de azúcar y fáfara empezará su fermentación. Después de ocho semanas se desentierra el recipiente, se hierve el jarabe formado y se vierte en frascos. Se toma una cucharadita diaria de este jarabe puro, o bien se utiliza para endulzar las infusiones de hierbas.

Acoro

Durante el día se mastican raíces de ácoro. Se traga el líquido de sabor algo amargo, junto con infusión de milenrama, mientras que el residuo que quede de la raíz se escupe.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión por día.

Equiseto menor

Junto con las infusiones antes citadas, se beberá una taza de infusión de equiseto menor por la mañana y otra por la noche, antes de las comidas. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Apósito de bitter sueco

Durante el día se debería aplicar sobre los pulmones un apósito de bitter sueco, dejándolo actuar durante cuatro horas. Si esto proporcionara alivio, entonces es recomendable incluso aplicar otro apósito de bitter sueco simultáneo sobre la espalda. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de evitar que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la piel. A continuación, se humedece una torunda de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la caja torácica. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén de 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja que se enfríe durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así preparado, se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Apósito de equiseto menor

Durante la noche, recomiendo la aplicación de un apósito de equiseto menor vaporizado sobre la caja torácica.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre los pulmones. Se sujeta el apósito con un paño caliente. El apósito de equiseto menor vaporizado debería actuar durante toda la noche.

DILATACIÓN PULMONAR

Agrimonia

La dilatación pulmonar se cura con infusión de agrimonia. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión por día.

CÁNCER DE PULMÓN

Acoro

Durante el día, se mastican raíces de ácoro troceadas finamente, se bebe el jugo de las raíces de sabor algo amargo con infusión de milenrama, el residuo de la raíz se tira.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se beben de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Apósito de equiseto menor

Un tamiz con dos puñados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se aplica sobre los pulmones. El apósito se fija con un paño caliente. Este apósito de equiseto menor vaporizado debería llevarse toda la noche.

HIDROPESÍA PULMONAR

Entendemos por hidropesía pulmonar la acumulación de agua en los pulmones.

Vino de ajo de oso

Para curar esta dolencia, el remedio casero ideal es el denominado vino de ajo de oso.

En 1/4 de litro de vino blanco seco se hierve un puñado de hojas tiernas recién recolectadas, lavadas y cortadas finamente, de ajo de oso. El vino se filtra, pudiendo endulzarse según el gusto de cada uno con miel o jarabe, bebiéndose a sorbos a lo largo del día.

Bitter sueco

Según la gravedad de la dolencia, se toma una cucharadita o una cucharada de bitter sueco cada día, por la mañana y con el estómago vacío, diluyéndola con un poco de agua.

TUBERCULOSIS PULMONAR

Fárfara

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de fárfara, se le agrega agua muy caliente, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día, que se beberán tan caliente como sea posible. Los paladares muy sensibles podrán endulzar esta infusión de fárfara con un poco de miel.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión diarias.

Equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión diarias.

FORMACIÓN DE FLEMA EN LOS PULMONES

Malva enana

La formación de flema en los pulmones se regula con infusión de malva enana.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben de dos a tres tazas de infusión al día. Lo más práctico es llenar un termo caliente con la porción de líquido necesaria para el día.

LUPUS (afección tuberculosa de la piel y de las mucosas)

El lupus es una afección tuberculosa que aparece principalmente en la cara.

Milenrama

En un recipiente de medio litro se colocan dos cucharaditas colmadas de milenrama, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto y con el extracto se efectúan lavados.

Equiseto menor

Con lavados y baños de equiseto menor se pueden curar estas afecciones de la piel.

En un recipiente de medio litro se depositan dos cucharaditas colmadas de equiseto menor, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto se lavan las partes de piel afectadas.

Las hierbas utilizadas en la extracción se pueden recoger en un paño limpio y colocarse sobre la parte de piel afectada en forma de apósito caliente.

ADENITIS LINFÁTICA

Las adenitis linfáticas se tratan exteriormente con fricciones y apósitos y con unguento de maravilla. Si se ha efectuado ya una operación quirúrgica, entonces recomendamos los apósitos de bitter sueco y de equiseto menor.

Aceite de hipérico

Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico, sobre ellos se vierte aceite hasta que los cubra en su totalidad. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. Con el tiempo el aceite toma coloración rojiza. Con este aceite se efectúan varias fricciones diarias sobre los ganglios enfermos.

Aceite de mayorana

Se llena un frasco con mayorana, sobre ella se vierte aceite y se deja el frasco en reposo durante tres semanas, en lugar caliente. Con el aceite de mayorana se frotan los ganglios enfermos.

Apósito de hojas tiernas

Se recogen hojas tiernas de galio, petasita, llantén menor o mayor y hojas y tallo de maravilla, se lavan y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas tiernas se coloca sobre los ganglios linfáticos enfermos. Se debería probar con todos los tipos de hierba citados, hasta que el paciente descubra cuál es la planta que le resulta más agradable y satisfactoria.

Té mixto

Se mezclan 100 g de ortiga menor, 100 g de milenrama, 300 g de maravilla y 100 g de equiseto menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de seis a ocho tazas de infusión por día.

Bitter sueco

Junto con el té mixto recién citado, se toman tres cucharadas diarias de bitter sueco. Para ello, se agrega a media taza de infusión una cucharada de bitter sueco, se mezcla bien y de esta mezcla se toma la mitad media hora antes y la segunda mitad media hora después de cada una de las tres comidas.

CÁNCER LINFÁTICO

Exteriormente, se tratan las enfermedades de los ganglios linfáticos con apósitos y fricciones.

Aceite de hipérico

Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico, sobre ellos se vierte aceite hasta que queden cubiertos en su totalidad. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. Con el tiempo, el aceite toma coloración rojiza. Con este aceite se efectúan varias fricciones diarias sobre los ganglios enfermos.

Mayorana

Se llena un frasco con mayorana, sobre ella se vierte aceite y se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. Con este aceite de mayorana se frotan los ganglios.

Ungüento de maravilla

Antes de la aplicación del apósito de bitter sueco se efectuarán fricciones de unguento de maravilla preparado de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, y se agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallos retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el unguento así obtenido se guarda en frasco que se puedan cerrar herméticamente. Con el unguento de maravilla se frotan los ganglios linfáticos enfermos.

Apósito de equiseto menor vaporizado

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende en una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre los ganglios doloridos. El apósito se fija con un paño caliente y se deja actuar durante varias horas o bien durante la noche entera.

Apósito de hojas tiernas

Se recogen hojas tiernas de galio, petasita, llantén menor o mayor y hojas tiernas y tallos de maravilla, se lavan y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas recién obtenida se coloca sobre los ganglios enfermos. Se deberían colocar sucesivamente todas las variedades de hierbas citadas, hasta que el paciente encuentre cuál de ellas es la que le produce efectos más agradables y satisfactorios.

Apósito de bitter sueco

Antes de su aplicación se frotan los ganglios con unguento de maravilla, con el fin que el alcohol contenido en el bitter sueco no reseque la grasa de la piel. Se humedece una torunda de algodón de extensión apropiado con gotas de bitter sueco

y se coloca encima de los ganglios. Como aislamiento calorífico se coloca encima de ella una capa de algodón seco y una lámina de plástico para proteger las ropas, fijándose todo ello con un paño caliente. Según la tolerancia del enfermo se deja que el bitter sueco actúe entre dos y cuatro horas o bien durante la noche entera.

HINCHAZON DE LOS GANGLIOS LINFÁTICOS

Aceite de hipérico

La hinchazón de los ganglios linfáticos remitirá si se frotan varias veces al día con aceite de hipérico.

Se llena un frasco con hojas y brotes tiernos de hipérico y sobre ellos se vierte aceite, hasta que las flores queden totalmente cubiertas. Se deja el frasco en reposo durante tres semana y en lugar caliente. Con el tiempo el aceite toma coloración rojiza.

TRASTORNOS DE LOS GANGLIOS LINFÁTICOS

Galio

Estos trastornos se pueden regular con infusiones de galio. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión diarias.

HEMORRAGIA GÁSTRICA

Consuelda

Se depositan en una taza dos cucharaditas de raíces de consuelda troceadas finamente, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos de dos a cuatro tazas repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Pan y quesillo

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pan y quesillo, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y

se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Equiseto menor

Según la gravedad de la hemorragia la infusión se preparará con dos o tres cucharaditas colmadas de equiseto menor, que se depositan en una taza y se les agrega agua muy caliente, se dejan reposar durante medio minuto, se filtran y se beben a sorbos, de una a dos tazas de infusión diarias.

DILATACIÓN DEL ESTÓMAGO

Agrimonia

Por sus propiedades astringentes la infusión de agrimonia puede ser un remedio para la dilatación del estómago.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión al día.

ÚLCERA DE ESTÓMAGO

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión al día.

La ortiga menor es adecuada sobre todo para efectuar una cura prolongada, puesto que esta infusión se puede beber sin problemas durante varias semanas.

Malva enana

Las úlceras de estómago se curan con una sopa de hojas tiernas de malva enana y cebada. En primer lugar se hierva la cebada y, una vez fría, se le agregan hojas recién recolectadas, lavadas y cortadas finamente, de malva enana.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Té mixto

Se mezclan 100 g de consuelda, 50 g de maravilla y 50 g de centinodia. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega *agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas de infusión por día.*

CÁNCER DE ESTÓMAGO

Té mixto

En caso de cáncer de estómago se beberán de seis a ocho tazas diarias de una infusión preparada con una mezcla de ortiga menor y maravilla a partes iguales.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Jugo de mezcla de hierbas

Se exprime el jugo de ortiga menor, diente de león, milenrama y llantén menor, recién recolectados y lavados. De este jugo recién preparado se tomará una cucharadita cada hora. Si alguna de las plantas citadas, debido a la estación del año, no fuera posible recolectarse tierna, se preparará el jugo con las plantas disponibles.

Jugo de aleluya

Junto con la infusión anterior se tomarán, sobre todo en la fase inicial del cáncer, de tres a cinco gotas de jugo de aleluya recién exprimido cada hora. Se lava la planta recién recolectada y, todavía húmeda, se exprime.

Apósito de bitter sueco

Se debe aplicar sobre la región del estómago un apósito de bitter sueco que actuará durante cuatro horas cada día. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de que el alcohol contenido en el bitter sueco no reseque la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón suficientemente grande con gotas de bitter sueco y se coloca sobre dicha zona. Por encima se coloca una capa de algodón seco como aislamiento calorífico y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se *deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.*

Apósito de equiseto menor

Durante la noche recomiendo la colocación de un apósito de equiseto menor vaporizado.

Un tamiz con dos puñados de equiseto menor se suspende en una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito sobre la región del estómago. El apósito se fija con un paño caliente y se deja actuar durante toda la noche. Si el cáncer de estómago va acompañado de dolores fuertes entonces recomiendo la aplicación de otro apósito de equiseto menor vaporizado, uno por la mañana y otro por la tarde, dejando que actúen durante dos horas cada uno.

DOLORES DE ESTÓMAGO

Ácoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se toma un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las tres comidas. En total son seis sorbos diarios. No se debe beber más de una taza diaria. Lo

más práctico es llenar un termo con la porción de líquido caliente necesario para el día.

Manzanilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de manzanilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Bitter sueco

Junto con alguna de las infusiones citadas se tomarán, según la gravedad del dolor de estómago, tres cucharaditas o cucharadas diarias de bitter sueco. Para ello se toma media taza y se le agrega una cucharada de bitter sueco, se mezclan bien y la mitad de esta mezcla se toma antes de la comida mientras que la segunda mitad se toma después de la misma.

ACIDEZ GÁSTRICA

Ácoro

Tanto si la acidez es excesiva como insuficiente la raíz de ácoro puede ser el remedio.

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se toma un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las tres comidas. En total son seis sorbos, que corresponden a una taza. No se debe beber más de una taza diaria. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

DEBILIDAD

Esencia de nogal

La debilidad gástrica se cura con esencia de nuez. Esta esencia se prepara con nueces verdes. Se toman unas 25 nueces verdes, se trocean finamente, y con ellas se llena un frasco, vertiéndose sobre las mismas aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante tres semanas y en lugar caliente. En caso necesario se tomará una cucharadita diaria de esta esencia.

FORMACIÓN DE FLEMA EN EL ESTÓMAGO

Ortiga menor

En caso de formación de flema en el estómago se recomienda una cura de ortiga menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Verónica

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de verónica, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Manzanilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de manzanilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos dos tazas diarias. Lo mejor es guardar en un termo la porción de líquido necesaria para el día.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión por día.

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de achicoria, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

AMIGDALITIS

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se efectúan gárgaras varias veces al día. Por descontado que de vez en cuando se puede tragar un sorbo de esta infusión.

Equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto caliente se hacen gárgaras varias veces al día.

MELANOMA

En este punto recomiendo las mismas recetas de plantas medicinales que para el adenoma.

DOLENCIA DE BAZO

Ortiga menor

La virtud depurativa de la sangre de la ortiga menor puede ser útil también para las dolencias del bazo.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión diarias.

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las tres comidas. En total son seis sorbos al día,

lo cual equivale al contenido de una taza. No se debe beber más infusión de raíz de ácoro en un mismo día.

Diente de león

En el tiempo de su floración se recogen los tallos de diente de león junto con las flores, se lavan, se tiran las cabezuelas de las flores y se comen de cuatro a seis tallos diarios crudos.

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de achicoria, se les agrega agua fría y se deja reposar durante medio minuto. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido caliente, necesario para el día.

Té mixto

Se mezclan 50 g de verónica, 50 g de raíces de diente de león, 25 g de aspérula olorosa y 25 g de flores de achicoria.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Las plantas medicinales del jardín de Dios pueden ser una ayuda en esta enfermedad considerada incurable, pero hay que tener la suficiente constancia y una fe grande en su virtud curativa y dedicar al tratamiento un tiempo suficiente. Siempre que sea posible se utilizarán plantas tiernas, porque su virtud curativa es muy superior a la de las secas. En el momento de recolectarlas se deberá pensar en hacer un acopio para el invierno y en guardarlas secas si es necesario. Las hierbas medicinales que se relacionan a continuación no puede aplicarse todas al mismo tiempo, como es natural. Lo que importa es saber que todos los baños, infusiones y esencias que se des-

criben pueden ser útiles. Dejamos, pues, a su imaginación y a la disponibilidad de las plantas en cuestión la elección apropiada de la manera y del orden con que usted va a tomar los distintos remedios.

Esencia de consuelda

Con un cepillo se lavan a fondos las raíces de la consuelda, se trocean finamente y con ellas se llena un frasco hasta el cuello. Se les agrega aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, hasta que todas las raíces queden cubiertas. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Se frotran con esencia de consuelda las partes enfermas del organismo del paciente.

Apósito de consuelda

Si el impedimento se debe a la rigidez de la columna vertebral recomendamos la aplicación de cataplasmas calientes de harina de consuelda. La harina de consuelda se remueve con agua muy caliente hasta formar una pasta, para lo cual se mezclará una cucharada de harina de consuelda con una taza de agua muy caliente. Para que se pueda extender esta masa con mayor facilidad sobre un paño se le agrega unas gotas de aceite. La cataplasma se coloca caliente sobre la región correspondiente de la columna vertebral.

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Pan y quesillo

Se lava el pan y quesillo (se puede utilizar la planta entera), se corta finamente y con él se llena un frasco, al que se agrega aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. El aguardiente deberá cubrir la planta. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con la esencia así preparada se efectúan de dos a tres fricciones diarias al paciente. Estos frotramientos se concentrarán en las partes musculares enfermas.

Esencia de hipérico

Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico y se vierte sobre los mismos aguardien-

te de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia se frotran las articulaciones, la cadena y la columna vertebral del paciente.

Aceite de hipérico

Con flores y brotes recién recolectados del hipérico se llena un frasco y sobre ellos se vierte aceite. Se deja el frasco en lugar caliente durante tres semanas. Con este aceite se frota el cuerpo del paciente en su totalidad. El uso de este aceite se recomienda sobre todo antes de las fricciones con la esencia anterior.

Esencia de manzanilla

Se llena un frasco con flores de manzanilla recién recolectadas y sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, hasta que queden cubiertas en su totalidad. Se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Con esta esencia se frotran las articulaciones, la cadera y la columna vertebral del paciente.

Aceite de manzanilla

Se llena un frasco con flores de manzanilla recién recolectadas y sobre ellas se vierte aceite. Se deja el frasco en reposo en lugar caliente durante tres semanas. Con este aceite de manzanilla se frota todo el cuerpo.

Salvia

Además de la infusión de pie de león se tomarán dos tazas de infusión de salvia cada día. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Jugo de aleluya

Se recogen flores de aleluya, se lavan y, todavía húmedas, se exprimen. Con alguna de las infusiones antes citadas se tomarán a lo largo de seis horas cada día de tres a cinco gotas de jugo de aleluya por hora.

Milenrama

Se bebe una taza de infusión de milenrama por la mañana y otra por la noche.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada

de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Esencia de milenrama

Se llena un frasco con flores recién recolectadas de milenrama y sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia se frotan las articulaciones, la cadera y la columna vertebral del paciente.

Si en nuestro botiquín casero disponemos de las tres esencias citadas se debería ir alternando cada semana y tomar sucesivamente la de hipérico, la de manzanilla y la de milenrama.

Aceite de serpol

Se llena un frasco con flores recién recolectadas de serpol y sobre ellas se vierte aceite. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. Con el aceite de serpol se frota el cuerpo entero del paciente.

Lo más efectivo son las fricciones con aceites de las hierbas citadas antes de la aplicación de las esencias alcohólicas, que podrían sustraer fácilmente la grasa de la piel.

Apósito de ursina falsa

Los apósitos de cuerpo entero con hojas tiernas de ursina falsa son también muy eficaces y de acción inmediata.

Se lavan las hojas recién recolectadas y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. Esta pasta de hojas recién preparadas se extiende sobre un paño limpio, que se utilizará para envolver al paciente. El paciente se arropa con su albornoz o con varios paños calientes y deberá pasar una noche en contacto con las hierbas.

Si la cataplasma de hierbas le resulta desagradable se le retirará de inmediato.

Bitter sueco

Se tomarán tres cucharadas diarias de bitter sueco, rebajándolas con un poco de agua o con infusión de hierbas. Para ello se agrega una cucharada de bitter sueco a media taza de infusión, se mezclan bien y de esta mezcla se toma la mitad antes y la segunda mitad después de cada una de las tres comidas.

Apósito de bitter sueco

Se deberían aplicar apósitos de bitter sueco sobre la nuca durante cuatro horas diarias.

Se impregna una torunda de algodón de tamaño apropiado con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la nuca.

Baños de asiento

Los baños de asiento preparados con puntas de abeto, hipérico, manzanilla, salvia, milenrama, serpol y equiseto menor, son eficaces para combatir las parálisis. Como ya se advirtió al principio no se debería exagerar con la utilización de las plantas medicinales en los baños de asiento. Se utilizará sólo un tipo de hierba cada semana.

Se deposita en un recipiente de 5 litros 100 g de hierba medicinal, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Baños completos

Una vez por semana se debería tomar un baño completo de ortiga menor o de serpol, alternando. En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de la planta medicinal, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración de baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

INFLAMACIÓN DE LA CAVIDAD BUCAL

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos de dos a tres tazas diarias. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, y se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión se realizan gárgaras varias veces al día.

INFLAMACIÓN DE LA MUCOSA BUCAL

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos de dos a tres tazas diarias. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido caliente necesario para el día.

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con el extracto caliente se efectúan gárgaras varias veces al día.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión se realizan gárgaras varias veces al día.

Equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión se hacen gárgaras varias veces al día.

DOLENCIAS MUSCULARES

Esencia de pan y queso

Para aplicaciones externas se recomienda frotar con esencia de pan y queso.

Se llena un frasco con pan y queso tierno, lavado y cortado finamente, sobre él se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. A continuación el frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Cada día los músculos afectados se frotarán varias veces con esta esencia.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales pie de león y pan y queso, que constituyen un remedio eficaz para las dolencias musculares.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas de infusión por día.

ATROFIA MUSCULAR

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Siempre que sea posible la infusión se prepara con hierbas recién recolectadas.

Esencia de pan y queso

Las partes afectadas de atrofia muscular se frotarán exteriormente con esencia de pan y queso tres veces al día.

Se llena un frasco con pan y queso tierno, lavado y cortado finamente, sobre él se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. A continuación el frasco se deja en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Se frotan los músculos afectados varias veces al día con esta esencia.

Aceite de serpol

Además de la esencia de pan y queso se recomienda también el aceite de serpol para la aplicación externa en caso de atrofia muscular.

Se llena un frasco con flores de serpol recién recolectadas y sobre ellas se vierte aceite. El frasco se deja al sol durante tres semanas. Los miembros aquejados de atrofia muscular se frotarán varias veces al día con este aceite de serpol, alternando con la esencia de pan y queso.

HIPERTROFIA MUSCULAR

Las hipertrofias musculares, normalmente consecuencia de un reuma, se curan con cataplasmas calientes.

Consuelda

Una cucharada de harina de consuelda y unas gotas de aceite se remueven con una taza de agua muy caliente hasta formar una pasta. Esta pasta se extiende sobre un paño que se coloca caliente sobre el músculo hipertrofiado.

MIOMA

Se entiende por mioma una úlcera benigna del tejido muscular.

Baño de asiento de milenrama

Los baños de asiento de milenrama son el único remedio que conozco para la curación de los miomas. En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de milenrama, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

SINUSITIS

Manzanilla

Se depositan en una taza una cucharadita colmada de manzanilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

NEURITIS

Ortiga menor

En caso de neuritis de brazos o de piernas se efectuarán con mucho cuidado fricciones sobre estos miembros con ortiga menor recién recolectada.

Hipérico

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Almohadilla de castañas

A las castañas de Indias se les quita su piel par- da, se muele su fruto blanco y se le convierte en sémola mediante una picadora. Con esta sémola se llena un funda, se cose y se coloca sobre la parte afectada de neuritis.

Baño de milenrama

Si los brazos o las piernas están afectados de neuritis se tomarán baños de milenrama.

Se depositan en un recipiente de 5 litros 100 g de milenrama, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Con esta infusión se lavan las partes del organismo afectadas de neuritis.

ENFERMEDADES NERVIOSAS

Hipérico

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión repartidas a lo largo de todo el día.

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Serpol

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de serpol, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Baño completo de serpol

Se tomará una vez al mes un baño completo de serpol, y en total los baños que se tomen deberán ser sólo dos.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de serpol, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su

albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

NEURASTENIA

Verónica

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de verónica, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas diarias.

Junto con esta infusión se beberá diariamente VA parte de una taza de jugo de apio recién exprimido.

Hipérico

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Baño de asiento de salvia

Una vez por semana se tomará un baño de asiento de salvia.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de salvia, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se está bañando. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Té mixto

Se mezclan 5 g de raíces de valeriana, 15 g de lúpulo, 10 g de hipérico, 25 g de flolres de espliego y 50 g de maravilla.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto se filtra y se bebe a sorbos, antes de acostarse y tan caliente como sea posible. Los paladares sensibles pueden endulzar la infusión con un poco de miel.

LESIÓN NERVIOSA

Hipérico

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le agrega agua muy caliente, se deja

reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión a lo largo del día.

DESPRENDIMIENTO DE RETINA

Celidonia

Para el tratamiento de los ojos no se debe emplear el jugo espeso de los pecíolos de la celidonia.

En su lugar se toma la hoja recién recolectada, se tritura entre los dedos y con su jugo recién desprendido se frotran los párpados cerrados.

Durante la noche se recomienda además colocar sobre los ojos cerrados hojas de celidonia recién lavadas, sujetándolas con una toalla.

Bitter sueco

Se humedecen dos torundas pequeñas de algodón con gotas de bitter sueco y se colocan sobre los párpados cerrados. El bitter sueco se deja actuar durante una hora. Adicionalmente los párpados se frotran suavemente a la dirección a la comisura palpebral con bitter sueco, por la mañana y por la noche. Mientras se realiza esta fricción la persona no deberá estar tendida en la cama sino sentada y relajada. Exactamente el mismo tratamiento se recomienda también para las hemorragias de retina y para la retina porosa.

NEURALGIA

Se entiende por neuralgia aquellos dolores de tipo nervioso que aparecen de tiempo en tiempo en forma de ataques.

Aceite de manzanilla

Para el tratamiento de la neuralgia recomiendo fricciones con aceite de manzanilla.

Se llena un frasco con flores de manzanilla recién recolectadas y sobre ellas se vierte aceite. Se deja el frasco en reposo durante tres semanas y en lugar caliente. Con el aceite así preparado se frotran las partes del organismo doloridas.

Almohadilla de castañas

Se mondan las castañas de Indias quitándoles su cascara parda, su fruto blanco se aplasta y se muele en una picadora hasta dejarlo reducido a sémo-la, con la cual se llenará una funda, que seguidamente se coserá y se colocará sobre la región dolorida.

NEURODERMITIS

En este punto recomiendo las mismas recetas de plantas medicinales que para la psoriasis.

NEUROSIS

Esencia de hipérico

Con las flores del hipérico se prepara una esencia que se utiliza en las fricciones externas y de la cual se tomarán diariamente por vía interna de 10 a 15 gotas diluidas con un poco de agua. Se llena un frasco con flores y brotes tiernos de hipérico, recién recolectados, sobre los cuales se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo y en lugar caliente por lo menos durante dos semanas.

PIELITIS PURULENTA

Baño de asiento de equiseto menor

El equiseto menor más apropiado es el esbelto y de tallo grueso, que crece en terrenos alpinos y en prados pantanosos.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Basta con un solo baño de asiento de equiseto menor para curar esta enfermedad. Lo mismo se puede decir para las inflamaciones de la pelvis renal.

DOLENCIAS RENALES

Baño de asiento de equiseto menor

El equiseto menor más apropiado es el esbelto y de tallo grueso, que crece en terrenos alpinos y en prados pantanosos.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continua-

ción la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Bitter sueco

Según la gravedad de las dolencias renales se tomarán tres cucharaditas o cucharadas diarias de bitter sueco, rebajándolas con un poco de agua o infusión.

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de raíces de achicoria, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesario para la jornada.

HEMORRAGIA RENAL

Té mixto

Se mezclan a partes iguales pan y quesillo y equiseto menor, se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla. Se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión diarias.

SUPURACIÓN RENAL

Maíz

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de barba o cabellera de maíz, se le agrega agua muy caliente se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe una cucharadita de esta infusión cada dos o tres horas. Lo más práctico es llenar un termo con esta infusión.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales ortiga muerta, blanca o amarilla, galio y vara de oro silvestre.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. Media taza por la mañana con el estómago vacío. Un máximo de cuatro tazas de infusión repartidas en lo que queda de día.

Aleluya

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hojas tiernas de aleluya, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas diarias.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega leche hirviente, se deja reposar unos instantes, se filtra y se bebe a sorbos, tan caliente como sea posible, de tres a cuatro tazas por día.

Baño de asiento de equiseto menor

Los baños de asiento de equiseto menor son una ayuda inmediata para las supuraciones renales. En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora. Como complemento se beberá una taza de infusión de equiseto menor por la mañana y otra por la noche.

Se deposita en una taza una cucharada de equiseto menor, se le agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Apósito de equiseto menor

Durante la noche se recomienda aplicar un apósito de equiseto menor vaporizado.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende en una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito caliente sobre los riñones. Este apósito se sujeta con otro paño caliente. El apósito de equiseto menor vaporizado debería actuar a lo largo de toda la noche.

NEFRITIS

Maíz

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de barba o cabellera de maíz, se le agrega agua

muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe una cucharada de esta infusión cada dos o tres horas.

Lo más práctico es llenar un termo con esta infusión.

Aleluya

Se prepara una infusión con las hojas recién recolectadas de aleluya. Se deposita en una taza una cucharadita colmada con hojas de aleluya, se agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión diarias.

Ortiga muerta (amarilla o blanca)

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga muerta, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión diarias.

Centinodia

Como complemento se beberán de tres a cuatro tazas diarias de leche de centinodia.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega leche hirviente, se deja reposar unos momentos, se filtra y se bebe a sorbos tan caliente como sea posible.

Epilobio de flores pequeñas

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de epilobio de flores pequeñas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día. Una taza por la mañana con el estómago vacío, otra taza por la noche media hora antes de la cena.

Baño de asiento de equiseto menor

En las nefritis se recomienda también tomar baños de asiento de equiseto menor, preparado con la variedad de hierba esbelta y de tallo grueso. En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

CÓLICO NEFRÍTICO

Licopodio

Se bebe una taza diaria de infusión de licopodio, por la mañana con el estómago vacío. No más. Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Maíz

Se bebe una taza de infusión de barba o cabellera de maíz repartida a lo largo del día. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de barba de maíz, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se torna una cucharada de esta infusión cada dos o tres horas. Lo más práctico es llenar un termo con esta infusión, porque de lo contrario se tendrá que calentar al baño maría antes de tomar cada uno de los sorbos.

Ungüento de maravilla

Antes de la aplicación del apósito de bitter sueco se frota la piel con unguento de maravilla preparado de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Bitter sueco

Según la intensidad de los dolores se tomarán entre tres cucharaditas y tres cucharadas diarias de bitter sueco, que se mezclarán con un poco de agua o infusión de hierbas.

Apósito de bitter sueco

Exteriormente se aplica el bitter sueco como apósito sobre los riñones enfermos. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco y se deposita

sobre los riñones. Como aislamiento calorífico se coloca una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se sujeta con un paño caliente y se deja actuar durante cuatro horas.

CÁNCER DE PULMÓN

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión por día.

Ungüento de maravilla

Antes de la aplicación del apósito de bitter sueco se frota la piel con unguento de maravilla preparado de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Jugo de celidonia

Se exprimen las hojas, flores y tallo recién recolectados de la celidonia. Se toma una cucharadita diaria de jugo de celidonia recién exprimido, diluyéndola en una taza de agua.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor o mayor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Centinodia

Se hierve un litro de leche, se retira la cacerola del fuego, se le agrega una cucharadita colmada de centinodia y se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas diarias, tan calientes como sea posible.

Epilobio de flores pequeñas

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de epilobio de flores pequeñas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión diarias. Una taza por la mañana con el estómago vacío y otra por la noche media hora antes de la cena.

Baño de asiento de equiseto menor

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Apósito de equiseto menor

Durante la noche se aplica un apósito de equiseto menor vaporizado. Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende en una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre los riñones. Se fija el apósito de equiseto menor vaporizado con un paño caliente y se deja actuar durante toda la noche.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales vara de oro, galio y ortiga muerta, blanca o amarilla.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas de infusión por día.

Bitter sueco

Con alguna de las infusiones anteriores se toman tres cucharaditas diarias de bitter sueco. Para ello se agrega una cucharadita de bitter sueco a media taza de infusión, se mezcla bien y la mitad de esta mezcla se toma antes y la segunda mitad después de cada una de las tres comidas.

Apósito de bitter sueco

Exteriormente se aplican apósitos de bitter sueco sobre los riñones. En primer lugar se frota la

piel con unguento de maravilla, con el fin de que el alcohol contenido en el bitter sueco no disuelva la grasa de la misma. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño apropiado con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la región renal. Como aislamiento calorífico se coloca una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Se sujeta el apósito con un paño caliente y se deja actuar durante cuatro horas.

LESIONES RENALES

Acoro

Se bebe una taza diaria de infusión de ácoro, tomando un sorbo antes y después de cada una de las comidas.

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Lo más práctico es llenar con esta infusión un termo.

Agrimonia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de agrimonia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales vara de oro, galio y ortiga muerta, blanca o amarilla.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas diarias. Esta infusión debería tomarse a lo largo de un periodo de tiempo prolongado.

ATROFIA RENAL

Té mixto

Se mezclan a partes iguales vara de oro, galio y ortiga muerta, blanca o amarilla.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas por día. Esta infusión debería tomarse a lo largo de un periodo de tiempo prolongado.

Bitter sueco

Se toman tres cucharaditas diarias con alguna de las infusiones anteriores. Para ello se agrega una cucharadita de bitter sueco a media taza de infusión, se mezcla bien y de esta mezcla se toman la mitad antes y la segunda mitad después de cada una de las tres comidas.

Apósito de bitter sueco

Sobre el riñón enfermo se coloca exteriormente un apósito de bitter sueco. En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de que el alcohol contenido en el bitter sueco no sustraiga la grasa de la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño apropiado con gotas de bitter sueco y se coloca sobre dicha región. Como aislamiento calorífico se coloca una capa de algodón seco y una lámina de plástico. Se sujeta el apósito con un paño caliente y se deja actuar durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Apósito de equiseto menor

Además del apósito de bitter sueco se colocará durante la noche un apósito de equiseto menor vaporizado.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. El vapor de agua desprendido calienta la hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre el riñón enfermo. Se sujeta el apósito con un paño caliente y se deja actuar durante toda la noche.

Baños de asientos de equiseto menor

Por lo menos una vez a la semana se debería tomar también un baño de asiento de equiseto menor.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Equiseto

Como complemento al baño de asiento de equiseto menor se recomienda beber dos tazas diarias de infusión de equiseto menor, una por la mañana y otra por la noche.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

CÁLCULOS RENALES

Contra los cálculos y arenillas renales se aplica este rosario de medidas:

Licopodio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de licopodio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana con el estómago vacío. No se debe beber más de una taza al día.

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas al día.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor o mayor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión al día.

Junto con esta infusión se tomarán diariamente 8 g de semillas de llantén. Estas semillas evitarán una ulterior formación de cálculos.

Baños de asiento de equiseto menor

Contra la arenilla y cálculos renales los baños de asiento de equiseto menor son un remedio eficaz y rápido, si se beben al mismo tiempo una o dos tazas de infusión de esta misma hierba. De esta manera se estimulan los riñones y la secreción de orina. La orina se deberá retener tanto como se pueda, para evacuarla seguidamente con gran presión. De esta manera se expulsan la arenilla y los cálculos.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora. Mientras se toma el baño se deberán beber entre una y dos tazas de la infusión de equiseto menor. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales galio, ortiga muerta, blanca o amarilla y vara de oro silvestre.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, y se filtra. Se beben cuatro tazas diarias, de las cuales media taza se tomará por la mañana con el estómago vacío. La cantidad restante se repartirá a lo largo del día y se beberá también a sorbos.

Té mixto

Se prepara otra infusión mixta con 20 g de cada una de las hierbas siguientes: hojas de abedul, gatuña, pan y quesillo y agrimonia. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

EDEMA

Gatuña

Se depositan en una taza dos cucharaditas colmadas de raíces de gatuña cortadas finamente, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. De esta taza de infusión se beberá la mitad antes y la segunda mitad después del desayuno.

Saúco

En una taza y media de agua fría se deposita una cucharadita enrasada de corteza de saúco, dejándose en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Después de cada una de las tres comidas se bebe media taza de esta infusión. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesario para el día.

Ulmaria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de flores de ulmaria cortadas finamente, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas al día.

HERIDAS DE OPERACIÓN QUIRÚRGICA

Ungüento de maravilla

Las heridas grandes practicadas durante una operación suelen ir acompañadas de muchos efectos secundarios desagradables. Es particularmente desagradable para el paciente la tensión de la piel que se genera en el proceso de curación. Esta tensión, se alivia con fricciones diarias repetidas de unguento de maravilla.

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que cierren herméticamente.

Bitter sueco

La curación de heridas mal cicatrizadas se favorece con la toma por vía interna de bitter sueco.

Se toma una cucharada diaria de bitter sueco, rebajándolo con un poco de agua o de infusión de hierbas.

PAPILOMA

En este punto recomiendo la misma receta de plantas medicinales que para el adenoma.

FIEBRE TIFOIDEA

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se toma un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las tres comidas. En total son seis sorbos al día, que equivalen a una taza. No se debe beber más cantidad. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesario para el día.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

ENFERMEDAD DE PARKINSON

Jugo de aleluya

Cada hora se tomarán de tres a cinco gotas de jugo de maravilla mezcladas con infusión de milenrama.

Se lavan las hojas recién recolectadas de aleluya y se exprimen. Las gotas obtenidas se mezclarán con una cantidad de infusión tres veces mayor. Exteriormente se frotará la columna vertebral con el jugo de aleluya.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de cuatro a cinco tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de milenrama

Se llena un frasco con flores de milenrama recién recolectadas, sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Se frota diariamente la columna vertebral del paciente con la esencia de milenrama, alternando con el jugo de aleluya.

Baño completo de serpol

Si además de la parálisis temblorosa el paciente presentara rigidez de miembros, recomiendo baño completo de serpol.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de serpol, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante un hora.

No se deberá tomar más de un baño completo de serpol.

Bitter sueco

Se humedece un pedazo de algodón suficientemente grande con gotas de bitter sueco y se coloca como apósito sobre la nuca del paciente, dejándose actuar durante cuatro horas.

MICOSIS

Las micosis en la vagina de la mujer se curan con baños de asiento de maravilla.

Baño de asiento de maravilla

En un cubo de 5 litros se depositan 100 g de maravilla, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

HOYOS DE VIRUELA

Bitter sueco

Los hoyos de la viruela se curan humedeciéndolos varias veces al día con bitter sueco.

PÓLIPOS

Té mixto

Se mezclan a partes iguales hipérico y equiseto menor, depositando una cucharadita colmada de esta mezcla en una taza. Se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión se hacen gárgaras varias veces al día.

DOLENCIA DE PRÓSTATA

Epilobio de flores pequeñas

En todas las dolencias de próstata, lo mismo si se trata de una inflamación o en el peor de los casos de un cáncer, el epilobio de flores pequeñas puede ser una ayuda.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de epilobio de flores pequeñas, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día. La primera taza se bebe por la mañana, con el estómago vacío, y la segunda taza por la noche, antes de la cena.

RAQUITISMO

Baño completo de hojas de nogal

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de hojas de nogal, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el líquido frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

PLEURESIA

Consuelda

Se depositan dos cucharaditas colmadas de raíces de consuelda troceadas finamente, se agrega agua

fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben a sorbos de dos a cuatro tazas repartidas a lo largo del día.

ERISPELA

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión al día.

Verónica

Además de la infusión de ortiga menor se beberá una taza diaria de infusión de verónica, que se tomará con el estómago vacío.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de verónica, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Jugo de siempreviva mayor

Con el jugo recién exprimido de las hojas de la siempreviva mayor se frotan suavemente las partes de la piel que estén inflamadas. Quien no disponga de exprimidor apropiado cortará las hojas de la siempreviva mayor en sentido longitudinal, frotando la parte de la piel inflamada con el jugo que las hojas desprenden.

Fárfara

Se lavan las hojas tiernas de fárfara, aplastándose con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de estas hojas se extiende sobre un paño limpio y se coloca como un apósito sobre la región afectada. Con las hojas de fárfara tiernas y troceadas finamente se puede preparar también una infusión, se vierte sobre ellas agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y a continuación se impregna un paño limpio en dicha infusión, que luego se coloca como apósito sobre la región afectada de erisipela.

Hojas de col

Al igual que las hojas de fárfara se lavan las hojas de col, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera y la pasta obtenida con las hojas se coloca sobre la herida.

Bitter sueco

Para curar la erisipela se toman tres cucharaditas diarias de bitter sueco, diluyéndolo con un poco de agua o de infusión de hierbas.

DOLORES DE MÉDULA VERTEBRAL

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a cuatro tazas de infusión por día.

Esencia de milenrama

Se llena un frasco con flores de milenrama recién recolectadas, sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % del alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Con esta esencia se frota la columna vertebral de abajo arriba.

LESIÓN DE COLUMNA VERTEBRAL

Ungüento de galio

En las lesiones de columna vertebral recomiendo la fricción con unguento de galio. Se frota a diario la columna vertebral del paciente con este unguento, de abajo arriba.

El unguento de galio se prepara de la manera siguiente:

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de flores de galio. Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las flores retenidas en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Esencia de milenrama

Además de las fricciones del unguento de galio recomiendo los linimentos con esencia de milenrama.

Se llena un frasco con flores de milenrama recién recolectadas, vertiendo sobre ellas aguardiente de trigo del 38-40 %. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con esta esencia se frota diariamente al paciente.

Baños completos

Además de las fricciones y linimentos, el paciente tomará baños completos de serpol y milenrama alternandos.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de la hierba, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

CÁNCER DE TIROIDES

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se hacen gárgaras con ella varias veces al día.

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Con esta infusión caliente de malva enana se hacen gárgaras varias veces al día.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales ortiga menor, maravilla y milenrama. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de seis a ocho tazas de infusión por día.

Bitter sueco

Junto con la infusión anterior se tomarán tres cucharaditas diarias de bitter sueco. Para ello se agrega a media taza de infusión una cucharadita de bitter sueco, se mezclan bien y de esta mezcla se toma la mitad antes y la segunda mitad después de cada una de las tres comidas.

Apósito

Se lava la malva enana o el galio recién recolectados, se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera, y la pasta de hojas así obtenida se extiende sobre un paño limpio, que se coloca como apósito sobre el cuello, dejándolo actuar durante la noche.

Si no se dispone de las plantas tiernas, se emplearán las mismas plantas con que se hayan preparado las infusiones, se calentarán suavemente con un poco de agua caliente, se removerán con harina de cebada hasta formar una papilla caliente que se extenderá sobre un paño y se colocará como apósito sobre el cuello.

Durante el día se coloca un apósito de bitter sueco que se deja actuar durante cuatro horas. En primer lugar se frota el cuello con unguento de maravilla, con el fin que el alcohol contenido en el bitter sueco no reseque la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón con gotas de bitter sueco y se coloca encima. Como aislamiento calorífico se colocará una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad y se les agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme su empuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Apósito de equiseto menor

Además del apósito de bitter sueco se debería colocar un apósito de equiseto menor vaporizado, dejándolo actuar al día durante dos horas.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El vapor de agua desprendido calienta la

hierba. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca alrededor del cuello como apósito caliente. El paciente guardará cama mientras lleva el apósito.

ESQUIZOFRENIA

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de cuatro a seis tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales ortiga menor, milenrama, equiseto menor y centinodia. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. Se beben 8 tazas diarias, que equivalen a dos litros de infusión.

Apósito de bitter sueco

Sobre la nuca y la frente del paciente se colocan apósitos de bitter sueco, dos o tres veces por semana.

En las crisis, particularmente graves, recomiendo colocar una vez por semana un apósito de bitter sueco en la región renal.

Se humedece una torunda de algodón de tamaño apropiado con gotas de bitter sueco, colocándose sobre la región de los riñones, que previamente se habrá frotado con unguento de maravilla, con el fin de prevenir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseque la piel. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente y, según la tolerancia del paciente, se deja actuar unas cuatro horas o bien durante toda la noche.

Baño de asiento de equiseto menor

Se deberían tomar dos baños de asiento semanales con equiseto menor. En un recipiente de 5 litros se deposita 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. Al día siguiente el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se

haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla antes citado se prepara de la manera siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa la sartén y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

APOPLEJÍA

Por suerte la apoplejía viene acompañada de síntomas claros. Sensación de vértigo, miedo infundado, gran intranquilidad interna, percepción de voces no existentes, todo ello son advertencias claras de un riesgo de apoplejía. Ya en este estadio se pueden tomar de manera preventiva las plantas medicinales del jardín de Dios.

Prevención

Por descontado que hay que avisar al médico sin pérdida de tiempo. Al mismo tiempo se prescindirá de forma absoluta del alcohol, la nicotina y la cafeína. Son también útiles el aire fresco en gran cantidad, así como la alimentación razonable y moderada.

Muérdago

Se beben dos tazas de infusión de muérdago al día, una por la mañana y otra por la noche.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago. Se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se bebe a sorbos.

Salvia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de salvia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales raíz de angélica, argentina, raíz de pelitre, tormentila, flores de espliego, mayorana, imperatoria, hierba de san Benito, romero, salvia, violeta e hisopo.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega zumo de manzana natural muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. Se beben varias tazas de esta infusión especial al día, siempre recién preparadas.

Tratamiento

Incluso después de haberse producido la apoplejía no existe motivo para desanimarse. En el jardín de Dios existen, en efecto, plantas medicinales con suficiente virtud curativa como para proporcionar ayuda incluso en la parálisis localizada.

Muérdago

Como primera medida recomiendo una cura de muérdago. Esta cura se prolongará a lo largo de seis semanas y consistirá en infusiones de esta planta. Durante las tres primeras semanas se beberán tres tazas de infusión diarias. A lo largo de las dos semanas siguientes se tomarán dos tazas, la última semana se reducirá el consumo a una taza de infusión por día.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día, de lo contrario se calentará la infusión al baño maría inmediatamente antes de tomarlo.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales verónica, hipérico, espliego, toronjil, romero y salvia.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza de infusión antes y después del mediodía.

Apósito de bitter sueco

Durante el día se aplicarán sobre los riñones apósitos de bitter sueco que actuarán durante cuatro horas. En primer lugar la piel se frota con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la

misma. A continuación se humedece una torunda de algodón suficientemente grande con gotas de bitter sueco, y se coloca sobre la piel. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente.

Ungüento de maravilla

Se calientan en una sartén 250 g grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Como complemento recomiendo también compresas sobre el corazón.

Se impregna un paño limpio con agua fría, se exprime y se coloca sobre la región del corazón.

Bitter sueco

Se debería colocar un apósito de bitter sueco sobre la nuca, con el fin de activar la irrigación del cerebro.

Se humedece una torunda de algodón suficientemente grande con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la nuca dejándolo actuar durante unas dos horas.

Fricciones

Las partes del organismo afectadas de parálisis se deberían frotar a diario con esencia de pan y queso, hipérico, milenrama o serpol. La preparación de esta esencia es la misma que para las restantes hierbas.

Se llena un frasco con flores recién recolectadas, sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % y se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas y en lugar caliente. Con la esencia así preparada se frota al paciente varias veces al día.

Además de estas esencias recomiendo fricciones con aceite de hipérico o de serpol.

Para su preparación las flores depositadas en el interior de un frasco se cubren con aceite. El frasco se deja en reposo en lugar caliente durante más tiempo que para la preparación de las esencias, es decir durante tres semanas. Con el aceite curativo preparado de esta manera se frota al paciente varias veces al día.

Baños

El paciente tomará baños de milenrama y de equisetos menores, alternados, así como baños completos de serpol, una vez por semana.

Para el baño de asiento se depositan en un recipiente de 5 litros 100 g de la hierba, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas, mientras que para el baño completo son necesarios 200 g de la hierba. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera en caso del baño de asiento deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña, mientras que en el baño completo el corazón de la persona deberá quedar por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que lo haya tomado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Apósitos de hojas

Se lavan las hojas recién recolectadas de la consuelda, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante algún tiempo, se filtran y se recogen calientes en un paño, que se deposita como apósito sobre la parte paralizada del organismo. Proporciona también alivio agradable una almohadilla rellena con hojas de helecho, de las que se ha separado el tallo, almohadilla que se colocará bajo la cabeza del paciente y se dejará actuar durante la noche.

INFLAMACIÓN DE LA BOLSA SINOVIAL

Fárfara

Se lavan las hojas recién recolectadas de la fárfara y se aplastan con un rodillo sobre tablero de madeja. La pasta formada se extiende sobre un paño limpio, y se coloca sobre la bolsa sinovial inflamada.

Malva enana

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de malva enana, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben un máximo de cuatro tazas de infusión por día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para la jornada.

Apósito de bitter sueco

Para la aplicación externa recomendamos los apósitos de bitter sueco. Se humedece una torunda

de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco, se coloca sobre la parte enferma. Como aislamiento calorífico se colocará encima del apósito una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente.

Equiseto menor

Por vía interna se toma una taza de infusión de equiseto menor por la mañana y otra por la noche. Para ello se coloca en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Apósito de equiseto menor

El equiseto menor se utiliza exteriormente para los baños de asiento y los apósitos vaporizados. Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. La hierba se calienta con el vapor de agua desprendido. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito caliente sobre la bolsa sinovial inflamada, dejándolo actuar durante dos horas.

Baño de asiento de equiseto menor

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se agrega a la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

RELAJACIÓN DE ESFÍNTERES

Pie de león

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Esencia de pan y queso

Como tratamiento exterior se utiliza la esencia de pan y queso con la cual se frotará el ano varias veces al día. Para ello se llena un frasco con pan y queso recién recolectado y cortado finamen-

te, sobre el mismo se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol. Se deja el frasco en reposo por lo menos durante dos semanas en lugar caliente. Con esta esencia se efectúan frotamientos diarios, añadiéndose además 10 gotas de la misma a la infusión de pie de león tres veces cada día.

Bitter sueco

Si no se dispone enseguida de la esencia de pan y queso se empezará colocando un apósito de bitter sueco en el ano. Para ello se humedece una torunda de algodón de extensión suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca como apósito.

Ácoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las comidas. En total son seis sorbos que equivalen a una taza de infusión. No se debe beber más cantidad al día. Lo más práctico es llenar un termo con esta infusión.

SHOCK

La indignación, la tensión, las preocupaciones y el sufrimiento espirituales arrastran y alteran siempre como primera parte del organismo a los riñones. En cierto modo se podría decir que determinado suceso «sacude los riñones» de una persona. En todas estas situaciones de shock la vara de oro es un gran remedio por su efecto curativo sobre los riñones.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de vara de oro, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión al día.

PSORIASIS

Por lo general la psoriasis roja se considera incurable. Sin embargo mi experiencia ha mostrado que incluso en esta terrible enfermedad las plantas medicinales del jardín de Dios pueden proporcionar una ayuda.

Dieta hígado

La causa de la psoriasis (incurable) reside en una disfunción del hígado. Por lo tanto el éxito en la curación presupone que se mantenga una dieta alimenticia adecuada para el hígado.

Té mixto

Se mezclan 50 g de ortiga menor, 30 g de verónica, 10 g de corteza de roble, 20 g de fumaria, 30 g de maravilla, 20 g de milenrama, 30 g de celidonia, 20 g de cascara de nuez, 30 g de corteza de sauce, 40 g de ulmaria.

Se depositan en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de seis a ocho tazas de infusión a lo largo del día. Siempre que sea posible se preferirán las hierbas tiernas, porque su virtud curativa es muy superior a la de las secas.

Fricciones

La piel se frotará cada día dos veces con grasa de intestino de cerdo. Si la psoriasis ha formado costra o bien si está abierta y se extiende por todo el cuerpo, se preparará un unguento con grasa de intestino y jugo recién preparado de la celidonia. Se añaden 5 g de jugo de celidonia a 50 g de grasa de intestino. Para ello se exprime la celidonia recién recolectada y lavada. A continuación se mezclan la grasa y el jugo y se conserva el unguento obtenido en el frigorífico.

En lugar de la celidonia se puede utilizar también el jugo de la malva enana.

Baños completos

El paciente deberá tomar tres baños completos por semana. Para ello empleará la hierba de san Roberto o bien una mezcla a partes iguales de malva enana y equiseto menor.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de la hierba, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel de agua de la misma deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

PARÁLISIS ESPASMÓDICA

Ver la enfermedad de Parkinson.

ESCROFULOSIS

Se entiende por escrofulosis la dolencia tuberculosa manifestada en la piel y en los ganglios linfáticos que se da entre los niños.

Ajo de oso

Se recogen hojas verdes y tiernas del ajo de oso en abril y mayo, antes de que empiece a florecer, y se comen crudas.

El ajo de oso lavado y cortado finamente se agrega a todos los platos imaginables como decoración, al igual que el perejil. Con hojas de ajo de oso se pueden preparar incluso ensaladas o bien se pueden cocer como si se tratara de espinacas.

Esencia de ajo de oso

Para disponer de la virtud curativa del ajo de oso a lo largo de todo el año, se prepara su esencia. Se llena un frasco con hojas y tubérculos de ajo de oso cortadas finamente, sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, dejándose el frasco en reposo y en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. De la esencia así preparada se toman de 10 a 15 gotas cuatro veces al día, rebajándolas con un poco de agua.

Fárfara

Las úlceras escrofulosas se tratan con apósitos impregnados con una fuerte infusión de fárfara. En un recipiente de un litro se introducen dos puñados de fárfara recién recolectados, se llena con agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se impregna un paño limpio con esta infusión. Este paño se coloca sobre la parte del organismo enferma como apósito caliente.

Nogal

En medio litro de agua muy caliente se infunden cuatro cucharaditas colmadas de hojas de nogal troceadas finamente. Se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con esta infusión se lavan varias veces al día las partes del cuerpo enfermas.

Agrimonia

Se tomará un baño diario de agrimonia.

En un cubo de 5 litros se depositan 200 g de agrimonia, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que el corazón del niño que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación el niño no deberá secarse, sino que, envuelto en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Ortiga muerta

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga muerta, blanca o amarilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza que se tomará al mediodía.

DOLENCIA DE ESÓFAGO

En este punto recomiendo las mismas recetas de plantas medicinales que para la laringitis.

TRASTORNOS DEL LENGUAJE

Hipérico

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Baño de asiento de hipérico

Además de la ingestión interna de la infusión recomiendo tomar un baño de asiento semanal de esta misma planta.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de hipérico, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora. Entre dos baños consecutivos se tomará un baño de pies diario con hipérico.

Para el baño de pies se utiliza la mitad de la cantidad de hierbas empleada para el baño de asiento, preparándose de igual manera.

Bitter sueco

Los trastornos de lenguaje y el tartamudeo se tratan eficazmente con apósitos de bitter sueco sobre la nuca. Se humedece una torunda de algodón de tamaño apropiado con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la nuca, dejándose actuar durante cuatro horas cada día.

CATARATA

La catarata gris y la verde en mi opinión, son más que una simple enfermedad de la vista. En muchos casos son el resultado de un trastorno renal.

Eufrasia

Se deposita en una taza como máximo media cucharadita de eufrasia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar diez segundos y con la infusión ya fría se baña el ojo mediante un frasco lavador (que se puede adquirir en todas las farmacias). La persona que no tolere estos baños deberá llevar apósitos con la infusión de esta hierba. Para ello se impregna un paño limpio con la infusión y se coloca sobre los ojos cerrados. Los apósitos se humedecerán siempre con la infusión recién preparada.

Té mixto

Se mezclan a partes iguales ortiga menor, verónica, maravilla y equiseto menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Siempre que estén al alcance las plantas tiernas se las preferirá a las secas.

Bitter sueco

Junto con alguna de las infusiones antes citadas se tomarán tres cucharaditas diarias de bitter sueco. Para ello se añade a media taza de infusión una cucharadita de bitter sueco, se mezclan bien y la mitad de esta mezcla se toma antes y la segunda mitad después de cada una de las tres comidas. Exteriormente el bitter sueco se aplica de la forma siguiente: se humedece un dedo con bitter sueco y se frota varias veces al día con los párpados cerrados en dirección a la comisura palpebral.

Jugo de celidonia

El jugo espeso de los pedúnculos de la celidonia no debe utilizarse para el tratamiento de los ojos. En su lugar se utilizará la hoja recién recolectada de la celidonia, se lava y se tritura su tallo entre los dedos humedecidos. Con el jugo que desprenden se frota varias veces al día los párpados cerrados.

Durante la noche recomiendo llevar como apósito sobre los ojos cerrados una hoja recién lavada de celidonia. El apósito se fija con un paño caliente.

Baño de asiento de equiseto menor

Sobre todo en la catarata verde cuya causa puede residir en el trastorno y dilatación de los riñones, se deberían tomar baños de asiento de equiseto menor.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Baño de vapores

Se mezclan 10 g de eufrasia, 20 g de valeriana, 10 g de verbena, 30 g de flores de saúco y 20 g de manzanilla.

A medio litro de vino blanco seco se le agregan cinco cucharadas enrasadas de esta mezcla. Se inclina la cabeza con los ojos cerrados sobre este recipiente y se deja que actúen los vapores que desprende. La mezcla de hierbas y vino se recoge en un frasco, que luego podrá calentarse hasta casi ebullición y ser utilizado una segunda vez.

PARÁLISIS DE LAS CUERDAS VOCALES

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, y con la infusión caliente se hacen gárgaras varias veces al día.

SINUSITIS SUPURANTE

Apósito de bitter sueco

En la inflamación de los senos frontales y en la sinusitis supurante recomiendo apósitos nocturnos de bitter sueco. En primer lugar se frota la parte de la frente con unguento de maravilla, para que el alcohol contenido en el bitter sueco no reseque la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de extensión suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca sobre la frente. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se sujeta con un paño caliente y se dejará actuar durante la noche.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla necesario para proteger la piel se prepara de la forma siguiente: se calienta

en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente, y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

ENFERMEDADES METABÓLICAS

Acoro

Para estimular el metabolismo se bebe una taza diaria de raíz de ácoro. Para ello se deposita una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las tres comidas. No se debe beber más cantidad. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesario para el día.

Diente de león

En la época de su floración se recogen diariamente 10 tallos de diente de león, se lavan junto con la cabezuela de la flor, se tira ésta después del lavado y se come el tallo crudo.

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Según la gravedad de la dolencia metabólica se tomarán de dos a tres tazas de infusión repartiéndolas a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesario.

En las dolencias metabólicas recomendamos efectuar una cura de infusión de muérdago a lo largo de un período de tiempo más prolongado (ver capítulo «Es mejor prevenir que curar»).

Achicoria

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de achicoria, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana.

TRAUMATISMO

Esencia de árnica

Los traumatismos se tratan exteriormente con linimentos de esencia de árnica.

Se arrancan los pétalos del cáliz verde del árnica y con ellos se llena un frasco. Una vez se ha llenado los 2/3 del mismo se vierte sobre los pétalos aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, dejando el frasco en reposo y en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. Se filtra una parte de esta esencia ya preparada y se recoge en frascos menores. Después de este primer vaciado parcial se rellena con alcohol el frasco grande, en cuyo interior la segunda parte de la esencia continúa todavía en contacto con los pétalos.

La esencia de árnica del 75 % de alcohol que se puede adquirir en las farmacias debe rebajarse a la mitad con agua hervida y fría, para prevenir inflamaciones de la piel. Esta esencia de árnica sin diluir podría provocar quemaduras.

Hipérico

Los traumatismos se tratan interiormente con infusión de hipérico. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de hipérico, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Ursina falsa

Se lavan las hojas recién recolectadas de la ursina falsa y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas recién preparada se extiende sobre la parte enferma, sujetándose con un paño caliente. Por descontento que se pueden preparar los apósitos con las hojas enteras lavadas.

TARTAMUDEO

En este punto recomiendo las mismas recetas de plantas medicinales que para los trastornos de lenguaje.

TROMBOSIS

Llantén menor

Las trombosis se tratan con cataplasmas de llantén menor o mayor.

Se lavan las hojas recién recolectadas y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta así preparada se coloca sobre la región afectada.

Apósito de bitter sueco

En primer lugar se frota la piel con ungüento de maravilla, para impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda reseca la piel. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca encima de la piel. Como aislamiento calorífico se colocará por encima una capa de algodón seca y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente.

Ungüento de maravilla

El ungüento de maravilla necesario para proteger la piel se prepara de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza, y el ungüento así obtenido se guarda en frascos que cierren herméticamente.

Baño de pie con ortiga menor

Una vez curada la trombosis, lo cual deberá ser confirmado siempre por un médico, recomiendo baños de pie con ortiga menor para activar la irrigación.

En un recipiente de 5 litros se depositan dos puñados colmados de hojas tiernas de ortiga (o bien 100 g de hojas secas), se agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y dejando las flores en el agua se bañan los pies en esta infusión durante 20 minutos.

DELIRIO FURIOSO

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Milenrama

Además de la infusión de ortiga menor se beberán de dos a tres tazas de infusión de milenrama. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Equiseto menor

Además de las infusiones citadas se debería beber diariamente dos tazas de equiseto menor, una por la mañana y otra por la noche. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Baño de asiento de equiseto menor

Como tratamiento externo recomiendo los baños de asiento de equiseto menor. A ser posible se deberían utilizar las plantas tiernas y la variedad alta y de tallo grueso del equiseto menor.

En un recipiente de 5 litros se depositan varios puñados de equiseto menor tierno (o bien 100 g de seco), se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

NEURALGIA DE TRIGEMINO

En este punto recomiendo las mismas recetas de plantas medicinales que para la neuralgia facial

TUBERCULOSIS

Fárfara

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de fárfara, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión al día.

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se agrega agua fría y se deja

en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se toma un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las tres comidas. En total son seis sorbos al día, que equivalen a una taza. No se debe beber más cantidad.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

Llantén menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de llantén menor o mayor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Centinodia

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de centinodia, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, una taza por la mañana y otra por la noche.

Apósito de equiseto menor

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. La hierba se calienta con el vapor de agua. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca como apósito. Este apósito se sujeta con un segundo paño caliente.

TUMOR

En este punto recomiendo las mismas recetas de plantas medicinales que para la úlcera (cancerosa).

TIFUS

Muérdago

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de muérdago, se le agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se beben tres tazas de infusión al día. Se guarda en un termo la porción de líquido necesaria para el día.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de tres a cuatro tazas por día.

Baño completo

Se toma un baño mensual de serpol, a lo largo de medio año. En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de serpol, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. Al día siguiente se calienta el extracto frío, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Bitter sueco

Junto con la infusión de maravilla se tomarán, según la gravedad, entre tres cucharaditas y tres cucharadas de bitter sueco.

Para ello a media taza de infusión se le agrega una cucharada de bitter sueco, se mezcla bien, y de esta mezcla se bebe la mitad antes y la mitad después de cada una de las tres comidas.

ESTERILIDAD

Muérdago

Las mujeres cuyo deseo de tener un hijo permanece insatisfecho, deberían tomar cada día 25 gotas de muérdago por la mañana con el estómago vacío y por la noche antes de acostarse. Las gotas de muérdago se pueden adquirir en las farmacias, herboristería y comercios de dietética. Quien quiera prepararse por sí mismo estas gotas deberá lavar a fondo el muérdago recién recolectado y exprimirlo, todavía húmedo en un exprimidor.

ENFERMEDADES GINECOPÁTICAS

Pie de león

El pie de león es una planta medicinal de aplicación prácticamente universal en casi todas las enfermedades típicamente femeninas.

Interiormente el pie de león se utiliza como infusión.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de pie de león, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

La infusión de pie de león cura las heridas después del parto, la atonía y relajación del bajo vientre, la predisposición al aborto. Las mujeres embarazadas a partir del tercer mes deberían beber esta infusión para reforzar los ligamentos de la matriz. También las inflamaciones del bajo vientre se curan con infusión de pie de león, que se debería beber a lo largo de un período de tiempo prolongado y de forma regular.

Manzanilla

En las dolencias del bajo vientre, de difícil pronóstico, se beberá diariamente infusión de manzanilla.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de manzanilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Baño de asiento de salvia

Las mujeres con dolencias ginecopáticas deberían tomar una vez por semana un baño de asiento de salvia.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de salvia, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no deberá secarse, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Milenrama

El reverendo Kneipp recomienda para las ginecopatías la infusión de milenrama, de la cual se beberá tanta cantidad como el cuerpo tolere.

Se deposita en una taza una cucharadita de mi-

lenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de ocho tazas de infusión al día.

Ortiga muerta

En las ginecopatías graves se tomarán, paralelamente a las infusiones citadas, dos tazas de infusión de ortiga muerta.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga muerta, blanca o amarilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Serpol

En las ginecopatías acompañadas de calambres dolorosos recomiendo tomar dos tazas de serpol a lo largo del día.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de serpol, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Almohadillas de serpol

Estos calambres se combaten exteriormente con una almohadilla de serpol.

Se llena una funda de tamaño apropiado con flores y tallos secos de serpol, se cose y se coloca sobre la región dolorida. Por la noche la almohadilla se coloca en el horno y se calienta suavemente, colocándose sobre el abdomen donde actuará durante toda la noche.

CÁNCER GINECOPÁTICO

Té mixto

En las dolencias malignas de los ovarios y de la matriz aconsejo tomar una infusión mixta preparada con 300 g de maravilla y 300 g de milenrama. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se les agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de seis a ocho tazas de infusión por día.

Bitter sueco

Junto con la infusión mixta citada se toman tres cucharadas diarias de bitter sueco. A media taza de infusión se le agrega una cucharada de bitter sueco, se mezcla bien y la mitad de esta mezcla se toma antes y la segunda mitad después de cada una de las tres comidas.

Apósito de bitter sueco

Si la dolencia en el bajo vientre viniera acompañada de fuertes dolores se colocará un apósito de bitter sueco dejándolo actuar durante cuatro horas.

En primer lugar se frota la piel con unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol del bitter sueco pueda sustraer la grasa de la misma. A continuación se humedece una torunda de algodón de tamaño suficiente con gotas de bitter sueco y se coloca como apósito. Para aislamiento calorífico se colocará encima del apósito una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño caliente y se deja actuar durante cuatro horas.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla necesario para proteger la piel se prepara de la forma siguiente: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así preparado se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.

Apósito de equiseto menor

Si los dolores fueron agudos se aplicará además de apósito de bitter sueco, un apósito menor vaporizado. En función de la intensidad de los dolores aconsejo aplicar tres apósitos en total. Uno por la mañana antes de levantarse, el paciente permanecerá acostado en la cama con un apósito de equiseto menor, otro se aplicará durante el mediodía y el último por la noche.

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviente. La hierba se calienta con el vapor de agua. Se vuelca el contenido del tamiz sobre un paño limpio y se coloca sobre el bajo vientre como apósito. Este apósito caliente se sujeta con un segundo paño que también deberá ser caliente.

Baño de asiento de milenrama

Además de las aplicaciones relacionadas anteriormente la paciente deberá tomar tres veces por semanas un baño de asiento de milenrama (si lo tolera puede tomar un baño diario).

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de milenrama, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

FLEBITIS

Fárfara

Se lavan las hojas de fárfara recién recolectadas y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. La pasta de hojas se mezcla con nata batida fresca y se extiende sobre las venas inflamadas. El apósito se sujeta con un paño limpio.

Malva enana

En un recipiente de 5 litros se depositan dos puñados colmados de malva enana, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. En esta infusión se bañan los brazos y las piernas durante 20 minutos.

Ungüento de maravilla

En la flebitis son también una ayuda los linimentos de unguento de maravilla.

Se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agrega un puñado colmado de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos con cierre hermético.

Apósito de bitter sueco

Después de frotar la vena inflamada con unguento de maravilla se coloca sobre la misma un apósito de bitter sueco que actuará durante cuatro horas. Para ello se humedece una torunda de algodón de tamaño adecuado con unas gotas de bitter sueco y se coloca sobre la región inflamada. Como aislamiento calorífico se colocará encima una capa de algodón seco y una lámina de plástico. El apósito se fija con un paño limpio.

ENFERMEDADES VIRICAS

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión al día.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión al día.

IDEAS DELIRANTES

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, un máximo de cuatro tazas de infusión por día.

Milenrama

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de milenrama, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de dos a tres tazas de infusión por día.

Equiseto menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se beben dos tazas de infusión diarias, una por la mañana y otra por la noche.

Baño de asiento de equiseto menor

Como complemento a las infusiones anteriores se deberían tomar de dos a tres baños de asiento semanales de equiseto menor.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de equiseto menor, se les agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

HIDROPESÍA

Las hidropesías de pericardio o de pleura, que a menudo son efectos secundarios de enfermedades cancerosas graves, se combaten con infusiones de equiseto menor.

Por una semana se prescinde de todas las demás infusiones y cantidades, bebiendo exclusivamente infusión de equiseto menor, de cinco a seis tazas diarias.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Vino de ajo de oso

El vino de ajo de oso es un remedio probado para la hidropesía.

Un puñado de hojas tiernas de ajo de oso cortadas finamente se agrega a 1/4 de litro de vino blanco, se lleva a ebullición, se endulza con un poco de miel y se bebe el vino frío a sorbos, repartiéndolo a lo largo del día.

Ortiga menor

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de ortiga menor, se le agrega agua caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión diarias.

Acoro

Se deposita en una taza una cucharadita enrasada de raíces de ácoro, se les agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Se bebe un sorbo de esta infusión antes y después de cada una de las tres comidas. En total son seis sorbos que equivalen a una taza. No se debe beber más cantidad al día.

Galio

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas de infusión al día.

Maravilla

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de maravilla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, dos tazas de infusión al día.

Primavera

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de primavera, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de una a dos tazas de infusión por día.

Equiseto menor

Si ninguna de las infusiones anteriores proporciona alivio se dejarán a un lado todas las hierbas citadas y durante una semana se beberá exclusivamente infusión de equiseto menor. Se beberán de 5 a 6 tazas repartidas a lo largo del día. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Bitter sueco

El antiguo manuscrito del Dr. Samst recomienda tomar, en caso de hidropesía dos cucharadas diarias de bitter sueco, una por la mañana y otra por la noche, a lo largo de seis semanas, mezclándolas con vino blanco seco y natural.

TRATAMIENTO DE LAS HERIDAS HERIDAS ABIERTAS O PURULENTAS

Lavado

Con las plantas medicinales del jardín de Dios se pueden curar incluso las heridas abiertas y purulentas que segregan humores malolientes. En primer lugar se lava la herida con infusiones templadas de equiseto menor y malva enana, alternándolas.

En medio litro de agua muy caliente se depositan dos cucharaditas colmadas de equiseto menor, se dejan reposar durante medio minuto y se filtran. Se deja enfriar un poco la infusión y con ella se lava la herida.

La infusión de malva enana se prepara depositando dos cucharaditas colmadas de hierba en medio litro de agua fría y dejándolas en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Con esta infusión se lava la herida varias veces al día.

Jugo de celidonia

Los bordes de la herida se tratarán primeramente con jugo fresco de celidonia.

Para ello se lavan las hojas, tallo y flores y toda-

vía húmedos, se exprimen. Se frota la herida con el jugo obtenido. Una vez este jugo ha calado en los bordes de la herida éstas se frotarán con unguento de maravilla.

Ungüento de maravilla

Este unguento se prepara con hierbas y grasa de cerdo.

Se cortan finamente cuatro puñados de hojas, flores y tallos tiernos. Se calientan en una sartén 500 g de grasa de cerdo de calidad, se les agrega la hierba troceada finamente y se deja que forme espuma. Se remueve vigorosamente la grasa y las hierbas, retirando la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante un día. A continuación se calienta de nuevo aunque sea ligeramente, su contenido se filtra a través de un paño, y se recoge en recipientes menores de cierre roscable.

Llantén menor

En la misma herida abierta se coloca la pasta de hojas de llantén menor o mayor. Se lavan las hojas recién recolectadas y se aplastan con un rodillo sobre un tablero de madera. Si el enfermo no tolera la pasta de hojas que se le coloca como apósito se retirará y lavará. Se empezará de nuevo con los lavados de equiseto menor y malva enana y se intentará por segunda vez colocarle la pasta de hojas, hasta que el enfermo termine por tolerarla satisfactoriamente. Con las infusiones de equiseto menor y malva enana se prepararán apósitos que se aplican durante la noche. Se empapa un paño limpio con las infusiones antes descritas y se aplica sobre la herida. Este apósito se sujeta con un paño caliente.

Té mixto

Como complemento a los tratamientos exteriores se tomarán cuatro tazas de infusión diarias con el fin de depurar la sangre. Se mezclan a partes iguales ortiga menor, verónica, maravilla y milenrama. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión al día.

Baños completos

En lugar de lavados las heridas extensas se tratarán con baños completos de equiseto menor y malva enana. En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de equiseto menor, se agrega agua fría y se dejan en remojo durante 12 horas. A conti-

nuación el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera deberá ser tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

El baño completo de malva enana precisa también de 200 g de esta hierba seca. La preparación y aplicación son las mismas que para el equiseto menor.

Llantén menor

Si las heridas son extensas y las superficies están abiertas se envuelve el cuerpo del enfermo en su totalidad con un paño sobre el que previamente se ha extendido la pasta de hojas de llantén menor o mayor.

Baño completo de serpol

El baño completo de serpol facilita también la curación de las heridas.

En un recipiente de 5 litros se depositan 200 g de serpol, se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta y se vierte en la bañera. El nivel de la bañera será tal que el corazón de la persona que se baña quede por encima del mismo. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

Té mixto

Por vía interna se facilita la curación de las heridas con una infusión mixta compuesta de 100 g de ortiga menor, 300 g de maravilla y 100 g de milenrama. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, cuatro tazas de infusión repartidas a lo largo del día.

Centinodia

En medio litro de agua muy caliente se depositan dos puñados colmados de centinodia. Se deja reposar durante medio minuto, se filtra y con este extracto se lava la región enferma.

Ursina falsa

Se lavan las hojas recién recolectadas de la ursina falsa y se aplastan con un rodillo sobre un ta-

blero de madera. La pasta recién preparada se extiende sobre la región enferma, sujetándola con un paño caliente. Por descontento que los apósitos se puede preparar con las hojas enteras y lavadas.

ATROFIA DE LAS ENCÍAS

Té mixto

Se mezclan a partes iguales corteza de roble, pie de león, salvia y centinodia.

En medio litro de agua fría se dejan en remojo durante 12 horas dos puñados de esta mezcla. A continuación el extracto frío se calienta y se filtra. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día. Con esta infusión se hacen varios enjuagues diarios de la cavidad bucal y laringea.

Además se recomienda retener un sorbo de esta infusión en la boca y masajear las encías con un cepillo suave.

TEMBLORES

Té mixto

Se mezclan 20 g de cada una de las plantas siguientes; hojas de fresno, flores de hipérico, milenrama, salvia y equiseto menor.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, tres tazas al día.

Esencia de hierbas

Se llena un frasco con 50 g de hipérico, 20 g compañón de perro, 20 g de primavera y 10 g de bayas de enebro. Sobre ellas se vierte aguardiente de trigo del 38-40 % de alcohol, hasta que queden cubiertas en su totalidad. Se deja el frasco en reposo en lugar caliente por lo menos durante dos semanas. De esta esencia se toman de 10 a 15 gotas cada hora, acompañando a alguna de las infusiones anteriores.

Baños de asiento

Se toman tres baños de asiento semanales, se descansa durante 14 días y se vuelve a tomar los tres baños de asiento. En una misma semana se debe utilizar sólo un tipo de hierbas. Para ello son adecuadas las puntas de abeto, el hipérico, la milen-

rama y el serpol. Siempre que sea posible se utilizarán las hierbas tiernas, porque su virtud curativa es muy superior a la de las secas.

En un recipiente de 5 litros se depositan 100 g de la hierba seca (o bien medio cubo de las hierbas tiernas), se agrega agua fría y se deja en remojo durante 12 horas. A continuación el extracto frío se calienta, se filtra y se vierte en la bañera. El nivel del agua de la bañera será tal que cubra los riñones de la persona que se baña. La duración del baño será de 20 minutos. A continuación la persona que se haya bañado no se secará, sino que, envuelta en su albornoz, se tenderá en la cama y sudará durante una hora.

CÁNCER DE LENGUA

Galio

Si es posible se utilizará galio recién recolectado. Se lava y se corta finamente para preparar la infusión.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de galio, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos, de 6 a 8 tazas de infusión a lo largo del día. Lo más práctico es llenar un termo con la porción de líquido necesaria para el día. Se efectúan gárgaras a lo largo del día, tan profundas como se pueda. La infusión se escupe. Pero en ocasiones se puede beber algún sorbito de la misma.

QUISTES

Apósito de equiseto menor

Un tamiz con dos puñados colmados de equiseto menor se suspende sobre una olla con agua hirviendo. El tamiz no deberá estar en contacto con el agua. La hierba se calienta con el vapor desprendido. Se vuelca el contenido del tamiz en un paño limpio y se coloca como apósito sobre el lugar en el que se hayan formado los quistes. Este apósito de equiseto menor vaporizado se colocará tres veces al día. Se pueden utilizar las mismas hierbas recalentadas.

El primero de los apósitos se colocará por la mañana antes de levantarse, el paciente permanecerá acostado en la cama, dejando que el apósito actúe durante dos horas. A media tarde se renueva el apósito, el paciente debería estar también acostado en la cama, dejando que actúe otras dos horas. El tercer apósito se coloca poco antes de acostarse dejando que actúe toda la noche. Es muy importante que el apósito se sujete con un paño

caliente y aislante y que el paciente esté perfectamente arropado, para impedir que se disipe la virtud curativa de los vapores del equiseto menor.

Apósito de bitter sueco

Al mediodía, entre el primero y el segundo de los apósitos de equiseto menor, se aplica un apósito de bitter sueco. Previamente se frota la región con grasa de cerdo o bien unguento de maravilla, con el fin de impedir que el alcohol contenido en el bitter sueco pueda resecar la piel. A continuación se impregna un fragmento de celulosa apropiado o bien una torunda de algodón con gotas de bitter sueco y se coloca sobre el lugar enfermo. Como aislamiento calorífico se coloca encima una torunda de algodón seca o bien un paño caliente, cubriendo el apósito con una lámina de plástico para proteger la ropa, sujetando todo ello con una toalla limpia. El paciente que lleva el apósito de bitter sueco se puede mover en el ámbito doméstico, y no debe guardar cama.

Después de cuatro horas se retira el apósito y se empolva la piel, para prevenir un posible escozor.

Equiseto menor

Paralelamente a los apósitos se tomarán dos tazas de infusión de equiseto menor al día, una por la mañana con el estómago vacío, y otra por la noche media hora antes de la cena.

Se deposita en una taza una cucharadita colmada de equiseto menor, se le agrega agua muy calien-

te, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos.

Té mixto

Paralelamente a los apósitos descritos y a la infusión de equiseto menor se beberán a diario de un litro y medio a dos litros de té mixto de la composición siguiente:

100 g de ortiga menor, 300 g de maravilla, 100 g de milenrama, perfectamente mezclados. Se deposita en una taza una cucharadita colmada de esta mezcla, se le agrega agua muy caliente, se deja reposar durante medio minuto, se filtra y se bebe a sorbos. Siempre que sea posible se mezclarán seis de estas tazas de infusión que se toman al día con tres-cinco gotas de jugo de aleluya por taza. Este jugo se prepara a partir de aleluya tierno, que se exprime.

Ungüento de maravilla

El unguento de maravilla necesario para frotar la piel se prepara como sigue: se calientan en una sartén 250 g de grasa de cerdo de calidad, se agregan dos puñados colmados de maravilla (hojas, flores y tallo). Se deja que todo ello forme espuma, se remueve vigorosamente, y se retira la sartén del fuego. Se tapa y se deja enfriar durante la noche. Al día siguiente se calienta de nuevo, aunque sea ligeramente, y su contenido se pasa a través de un paño limpio. Las hojas, flores y tallo retenidos en el paño se exprimen con fuerza y el unguento así obtenido se guarda en frascos que se puedan cerrar herméticamente.