

Louis-Alphonse Cahagnet

Le proprietà delle
PIANTE MEDICINALI
rivelate da una medium
(da un libro del 1851)

Titolo originale

Pour combattre les maladies par
LES SIMPLES
Etudes sur les propriétés medicinales de
150 plantes les plus usuelles
d'après une somnambule
avec de notions de thérapeutique
et des indications sur les préparations medicinales

PARIS
Librerie du Magnetisme
23, Rue Saint-Merri, 4°

TRADUZIONE DI VITTORIO FINCATI

Questo libro è stato tradotto, omettendo soltanto qualche paragrafo privo di interesse per il lettore moderno, mantendendo il linguaggio dell'epoca, linguaggio che è molto vicino alla comprensività delle persone comuni e di bassa cultura, scritto dall'autore con l'intenzione di venire utilizzato come valido manuale da qualunque lettore. Tuttavia per ovvi motivi chi volesse mettere in pratica queste vecchie indicazioni rivelate medianicamente da una popolana, deve sapere che per la legge italiana soltanto il medico può dare indicazioni per la cura delle affezioni. Pertanto chi volesse praticare seguendo questo testo vecchio di più di cento anni, lo fa sotto la sua esclusiva responsabilità, liberando chi lo ha nuovamente divulgato a puro scopo informativo. Inoltre abbiamo segnalato con un asterisco *) alcune piante velenose. Il linguaggio "medico" dell'epoca non è assolutamente scientifico e non dà nessuna garanzia circa le dosi e l'identità delle piante. Lo stesso autore è stato comunque sincero nel riconoscere onestamente i propri limiti, che si desumono anche dalla lettura di certi suoi passi.

Per quanto riguarda il contributo della "sonnambula" – come nel francese dell'epoca si definivano i medium - ci è parso che fosse in realtà molto modesto e che l'autore si sia limitato a riprendere le conoscenze empiriche popolari sui vegetali. Tuttavia questi apporti sono evidenti qua e là perché si segnalano rispetto al resto della trattazione^[1]. E' peraltro curioso lo spazio che l'autore dedica ai semi di senape, su cui si sofferma con toni un po' orripilanti, e che non può che far sorridere pensando alle penose conseguenze di certa alimentazione! Molto utili ci sono parse le note finali sulla pratica individuale di magnetizzazione: una sperimentazione che può compiere chiunque senza alcun pericolo.

^[1] Si veda a riguardo del biancospino, della ruta, della senape.....

NOTA SULL'AUTORE

Nato a Caen nel 1809 da una famiglia povera, Louis-Alphonse Cahagnet lavorò successivamente come tornitore, ebanista, piazzista e fotografo. Durante questi lavori per la sopravvivenza trovò il tempo di appassionarsi allo studio e alla pratica del magnetismo, i cui successi nel campo gli valsero prontamente una certa popolarità.

Di costituzione debole e delicata, Cahagnet non fu un magnetizzatore nel senso vero della parola; nondimeno ottenne delle guarigioni inaspettate. Praticava per lo più con delle sonnambule ed ebbe la gran fortuna di incontrarne una di rara lucidità, Adèle Magitot, che studiò in stato sonnambolico le proprietà delle piante che adoperava poi con grande successo nel trattamento delle affezioni. Il presente lavoro, forse troppo sintetico, costituisce la prima parte dell'opera "*Trattamento delle Malattie, o Studio sulle proprietà medicinali di 150 piante, le più comuni e usuali, secondo l'estatica Adèle Magitot, con una Descrizione dei diversi metodi di magnetizzazione, di L. Alp. Cahagnet, in -18, Parigi, 1851*". Qui ristampiamo per intero solo quella sintesi di questa prima parte del libro, trascurando il resto che non ha più un grande interesse per il lettore moderno.

Dal punto di vista puramente magnetico, Cahagnet appartiene alla scuola spiritualista, la cui origine risale al cavalier Barbarin e alla Società Esegetica di Stoccolma. I suoi accenti mistici, il tono dogmatico dei discorsi, una miscela di metodi magnetici, credulità, fede e preghiera; qualche caso di estasi e di visioni profetiche, lo resero celebre tra tutti gli spiritisti. Sopperiva alla mancanza di istruzione col buon senso e l'intuito. Alcune sue opere sono prolisse e difficili da leggere; ma a parte ciò molte altre sono davvero ottime, tanto da essere state edite più volte e tradotte anche all'estero.

Nel 1848 fondò una associazione che, due anni dopo, assunse il nome di *Società dei Magnetizzatori Spiritualisti*, e nel 1853 quella di *Società degli Studiosi Swedemborghiani*, che presiedette fino alla morte. Nel 1856 il Giurì Magnetico gli conferì quella medaglia di bronzo che gli era stata rifiutata più volte in precedenza per divergenze dottrinali. Malgrado la scarsa solidità delle sue teorie magnetiche, è incontestabile che Cahagnet fosse un grande pensatore e soprattutto un infaticabile volgarizzatore. Morì ad Argenteuil, il 10 Aprile 1885. Le sue opere principali sono:

Arcani della vita futura svelati
Il Santuario dello Spiritualismo
Trattamento delle Malattie
Luce dei Morti
Enciclopedia Magnetica Spiritualista
Compendio delle Meraviglie del Cielo e dell'Inferno
Magia magnetica
Rivelazioni d'Oltretomba
Meditazioni di un Pensatore
Terapeutica Magnetica

Pubblicò inoltre una traduzione francese delle *Lettere Odiche* del cavalier Reichenbach; una rivista, il *Magnetizzatore Spiritualista*; numerose pubblicazioni su svariati argomenti filosofici.

"usatene ma non abusatene"

ACETOSA

Si adoperava in modica quantità nelle minestre rinfrescanti; fluidifica la bile. E' una pianta acre, bruciante e irritante. Non si adatta a tutti i temperamenti, la si impieghi con moderazione.

ACHILLEA MILLEFOGLIE

Infuso. Elimina le perdite bianche e tonifica lo stomaco. Prendere mattino e sera.

ALLORO

Messo negli alimenti, corrobora, ammazza i vermi, sgonfia e fa digerire.

ALOE

Purgante eroico adatto ai temperamenti sanguigni ma non nervosi; scaccia i vermi, la bile, le mucosità, gli umori ispessiti, cicatrizza le ulcere intestinali. Prenderne una piccola presa in due cucchiari di minestra o di marmellata. Prenderlo solo dopo avere mangiato una buona minestra di erbe, altrimenti può comportare grossi problemi ai centri nervosi dell'intestino crasso, all'inguine sinistro, e occasionalmente una febbre nervosa non facilmente risolvibile. Buono se correttamente assunto.

ALTEA

Infuso dei fiori. Addolcente specifico per gli stomaci irritati dall'eccesso di secrezioni catarrali interne: si beve a volontà. La radice decotta per dieci minuti produce un latte eccellente per gargarismi, cataplasmi e clisteri. La sua farina in cataplasma è assai addolcente e rinfrescante.

ANGELICA

Infuso. Smuove ed elimina i venti e le scorregge, è leggermente aperitivo; le foglie pestate e applicate sui tagli, li cicatrizzano rapidamente.

ANICE

Infuso. Smuove i venti, calma i vapori che salgono verso il cuore, elimina i gonfiori gassosi del ventre, riscalda lo stomaco. Si beve a piacere.

ARANCIO

Le foglie in infusione servono contro l'agitazione e il collasso nervoso, la melanconia, le bronchiti, le polmoniti, le infiammazioni intestinali e i gonfiori. Una sola foglia in un bicchier d'acqua. Si beve a volontà, ma specie andando a dormire.

ARNICA

Molto valida da prendere contro i postumi delle cadute di ogni genere, sia interiormente o per impacchi; si fa l'infuso con una leggera presa per un bicchiere d'acqua, poi si fa un po di marcia o ci si muove il più che si può dopo averla bevuta o applicata. E' una delle piante più stimolanti che io conosca, sempre indispensabile da prendere per precauzione dopo un incidente qualsiasi e per più giorni.

ARTEMISIA

Infuso. Buona contro la mancanza di mestruazioni. Stimola la circolazione sanguigna, elimina gli indolenzimenti, tonifica lo stomaco.

ASPARAGO

Decotto. Combatte le infiammazioni vescicali dette *ardore d'urina* o *difficoltà d'urinare*.

ASSENZIO

Il vino di assenzio o l'infuso leggero preso la mattina a digiuno, distrugge i vermi dello stomaco, lo tonifica, ne stimola le papille e quindi l'appetito, smuove dolcemente la bile e ne stempera l'acrimonia; è buono per i dolori del lato destro, le malattie del fegato e calma l'agitazione del cervello.

AVENA

Decotto. Una manciata per litro d'acqua. Un bicchiere preso a digiuno *ravviva* lo stomaco, suscita l'appetito, mette in moto l'intestino e lo libera dalle materie fecali che lo ingombrano.

BARDANA

Le foglie, scottate a fuoco vivo e messe sulle parti gottose o su quelle doloranti del cervello, calmano i dolori. Applicate sul cervello dei bambini, che si sospetta idrocefali, li asciuga e guarisce. La radice decotta è depurativa.

BELLADONNA*

Infuso. Blando rinfrescante, stimola la bile e l'evacuazione.

BETONICA

Infusione di fiori o foglie. Buona contro le irritazioni nervose, conseguenti a malattie delle fibrille che agitano il cervello con pensieri cupi e antipatici. Un bicchiere mattina e sera.

BARBABIETOLA

Buona in insalata contro le affezioni cardiache e i reumatismi (mattina e sera). Contro il raffreddore ostinato, presa a cucchiaini al momento degli accessi.

BIANCOSPINO

Infuso. Contro l'epilessia e le convulsioni nervose. Questo arbusto, grazie alle spine delle frondi, si sottrae al pericolo dei fulmini assorbendo, non in un fascio, ma in una massa di fasci, l'elettricità dell'aria che lo circonda. Fa lo stesso effetto nel corpo umano: libera i nervi dall'eccesso di energia nervosa. Un pizzico di fiori in un bicchier d'acqua. La sera prima di coricarsi.

BORRAGINE

Infuso. Aiuta a digerire così come fa il thè ed è leggermente sudorifera e stimolante.

BORSA PASTORE

Infuso o acqua distillata. Utile contro le infiammazioni causate dal ristagno e ritenzione sanguigna dei globi oculari; ne ripristina la circolazione e rinfresca quest'organo così importante. Sciacquare gli occhi a palpebre spalancate; in mancanza si facciano degli impacchi.

BUGLOSSA

Infuso delle foglie. Buon depurativo, leggermente aperitivo, rimedio sovrano contro le palpitazioni e i reumatismi. Prendere sera e mattina.

CACAO

Come nutrimento alimentare è molto tonificante, addolcente e calmante. Adatto agli stomaci sofferenti.

CAFFE'

Infuso^{2[2]}. Stimolante e calmante, rallegra il cuore e le idee, allontana il mal di testa; è leggermente narcotico per certi temperamenti, ma sortisce l'effetto contrario su altri. Richiede di essere dosato con attenzione, sia come tintura che come essenza, secondo le sensibilità individuali.

CAGLIO^{3[3]}

L'infuso giova contro l'epilessia, i tremori e la debolezza nervosa. Prendere sera e mattina.

CAMEDRIO

Infuso dei fiori. Si può sostituire o alternare con la Centaurea minore poiché possiede le stesse virtù. Mescolati assieme rinforzano l'effetto.

^{2[2]} Infuso e non il caffè della macchinetta espresso! (n.d.t.)

^{3[3]} nota anche come *aparine* o *erba zolfina* (n.d.t.)

CAMOMILLA ROMANA

In infuso è buona per liberare lo stomaco e l'intestino dai parassiti; caccia la bile, restituisce l'appetito, elimina le perdite bianche, calma i crampi di stomaco e le coliche. Presa per tempo e al mattino a digiuno, combatte i vapori che salgono al cervello e rafforza la mente. L'olio, che si ricava mettendo una manciata di fiori a infondere a calor dolce in un buon olio di oliva, è ottimo in frizione contro i crampi e tutti i dolori nervosi. Imbeverne una fascia calda e metterla attorno alla gola, nei casi di afonia, che risolve... non bisogna però fare infusioni troppo concentrate, bastano tre capolini per un bicchiere d'acqua. Un uso eccessivo di camomilla romana produce l'effetto contrario.

CANAPA

Infuso. I fiori sono calmanti e narcotici, ottimi contro l'insonnia, l'agitazione nervosa e l'irrequietezza; su alcuni può indurre l'effetto contrario, quindi occorre sperimentare. Un bicchiere alla sera.

CANFORA

La canfora, generalmente, è un buon tonico nervoso, un rinfrescante sanguigno e un calmante di prim'ordine, ma non su tutti fa lo stesso effetto, specie sui temperamenti nervosi, che agita. La causa è dovuta al fatto che i temperamenti nervosi hanno bisogno di smaltire quei fluidi che possiedono in quantità eccessiva piuttosto che acquisirne di altri: in loro c'è troppa energia al momento dell'esaurimento. Non si deve quindi ricorrere alla canfora se il suo odore indispetta il soggetto. E' antipestilenziale, sempre utile ed impiegata in tutti i modi per risanare l'aria degli appartamenti e persino l'aria che circonda le piaghe che minacciano di volgersi in cancrena. La si fa sciogliere nello strutto per fare una pomata utile per frizioni sui bubboni e sugli intasamenti. Si fa anche un olio con più o meno le stesse proprietà. Frizioni sui dolori locali, gottosi o reumatici che calma. Non abusarne.

CANNELLA

Infuso. Nel vino rosso un buon pizzico per litro, fluidifica la circolazione sanguigna, leggermente sudorifera, stomachica (un bicchiere al giorno).

CAPELVENERE

Infuso contro le infiammazioni e i flussi del petto; questo sudorifero prezioso stimola l'enuresi allorchè gli altri non sortiscono effetto; bere a volontà.

CAPRIFOGLIO

Infuso. Eccellente calmante contro gli spasmi dello stomaco. Si prende a volontà.

CAROTA

In decotto oppure cucinata come alimento, separa la bile del sangue, la fluidifica, combatte l'itterizia ed è molto rinfrescante. Si prendano tre bicchieri al giorno del decotto. Il fiore della carota selvatica, cotto a bagno-maria a fuoco moderato e in burro fresco, è eccellente per frizioni contro i dolori gottosi e reumatici. Questo rimedio è tipico della Champagne e venne sottoposto all'esame di Adele in trance, la quale lo ritenne ottimo e lo sperimentò subito.

CASTAGNO

La pellicina delle castagne, arrostita e polverizzata. Un pizzico in un po d'acqua o marmellata, contro la renella. La castagna è assorbente e adatta agli igropici. La castagna dell'ippocastano, invece, polverizzata, è un forte stramutatorio. Se ne prendono due prese la settimana.

CELIDONIA

In impacchi calma le infiammazioni intestinali e cicatrizza le ulcere. Il succo, applicato sulle verruche ripetutamente, le guarisce.

CENTAUREA MINORE

Infuso. Ottimo depurativo. Separa lentamente la bile dal sangue, libera il fegato dagli ingorghi, pustule o macchie da cui vengono tante malattie pericolose, quelle che si avvertono generalmente tramite delle fitte o dolori al fianco destro. Tonifica lo stomaco disostruendo le papille dalle mucosità o ispessimenti che lo ricoprono; ristabilisce la circolazione

sanguigna; libera l'intestino; rinfresca le urine e i fluidi; calma i nervi temperando il calore del sangue; smorza le febbri più persistenti: è insomma una pianta di cui si dovrebbe far uso continuativo nelle malattie croniche. Non è molto conosciuta né apprezzata. Si prende un infuso leggero la mattina a digiuno.

CENTINODIA

Decotto o distillato. Valida contro le infiammazioni delle palpebre, per impacchi o sciacqui; i suoi steli ramificati sono in analogia con le fibrille che rivestono l'occhio. In questa somiglianza risiede la sua virtù. Giova anche applicata in impacchi su qualsiasi tipo di infiammazione locale.

CERFOGLIO

Infuso. Messo in minestre rinfrescanti, scioglie gli ingorghi biliari, mucosi e sanguigni; rinfresca.

CETRIOLO

Cucinato. Ottimo alimento che rinfresca e stempera i riscaldi sanguigni. Crudo, non sortisce gli stessi effetti.

CHINA

Se ne prende una piccola presa con della marmellata o nella minestra, fino a tre volte al giorno, per togliere le febbriacattole. Il suo potere aumenta se la bile, che è la causa di queste febbri, è stata smaltita con l'uso di un purgante. La si prende prima o dopo gli accessi di febbre ma non durante. Il vino chinato, così famoso, è tonico, conforta lo stomaco e libera dalle febbri lente e durature. Se ne prende un bicchierino da liquore due volte al giorno.

CICORIA SELVATICA

Infuso. Elimina la bile dello stomaco e ravviva l'appetito. Si prende il mattino a digiuno.

CILIEGIO

I peduncoli dei frutti presi in *decotto* contro la ritenzione e l'infiammazione urinaria, il gran bruciore della vescica; sei peduncoli per un bicchier d'acqua. Al mattino.

CIPOLLA BIANCA

Cotta sotto la cenere, produce un succo ottimo contro gli sfinimenti e i soffocamenti causati da infiammazioni sanguigne. Si prende per gargarismi a piccole cucchiariate. Applicata esternamente all'inizio di un ascesso o di un fruncolo, li decongestiona rapidamente.

COTOGNO

La mela cotogna infusa per ventiquattr'ore nel vino rosso giova contro la dissenteria e l'itterizia.

CRESCIONE

In insalate primaverili, a digiuno, è rimedio sovrano contro i sangui scrofolosi e venerei. Ottimo depurativo.

DATTERO

Il decotto, emolliente e rinfrescante si fa di solito assieme ai fichi, alle giuggiole e all'uva di Corinto, in parti uguali, quale valida tisana contro le infiammazioni, l'affaticamento e l'indebolimento del petto, si dolcifica con zucchero candito. Si beve a volontà.

EDERA TERRESTRE

Infuso. Buona contro le bronchiti, l'asma e la difficoltà di respirazione. A volontà.

ERBA PIGNOLA o Risetto^{4[4]}

^{4[4]} in francese è l'*orpin*, pianta del genere *Sedum* (n.d.t.).

Con foglie, radici e burro ben fresco si fa una pomata che si lascia cuocere a fuoco lento o a bagno-Maria. Questa pomata è molto valida e la si può spalmare su ogni sorta di acciacchi, fruncoli, bubboni, paterecci, tumori, versamenti, ascessi, bruciature; e specie contro le emorroidi. La pomata di sole radici è la più addolcente. Questo rimedio è stato sperimentato più volte con immutato successo.

ESTRAGONE

Messo nei cibi è utile contro i gas e le digestioni faticose.

FARFARA

Questa tisana è rinfrescante, pettorale e addolcente per infuso contro le affezioni polmonari e le infiammazioni pettorali. Si prende mattina e sera.

FARFARACCIO

In infuso è tonico, vulnerario, leggermente sudorifero senza alterare le forze. Si prende la sera.

FAVA

I baccelli da soli sono ottimi in decotto contro la renella. Fanno andar via la sabbia dalla vescica; se ne mettono una manciata in un litro d'acqua e se ne bevono tre o quattro bicchieri al giorno. Ho constatato degli ottimi risultati con questa tisana.

FICO

Infuso dei frutti. Molto addolcente nelle infiammazioni della gola e della bocca; si possono anche applicare esteriormente in cataplasma sulla gola.

FIORDALISO

Infuso dei fiori. Una presa in un litro di vin rosso giova contro i dolori del parto. L'acqua distillata, tramite sciacqui, è rimedio sovrano contro le infiammazioni delle palpebre.

FRAGOLA

Il decotto delle radici è rinfrescante, valido contro le forti infiammazioni delle vie urinarie. Da prendersi al mattino.

FRASSINELLA *)

Un infusione di foglie è valida contro le raucedini e i fastidi di gola dovuti ai vermi (sic). E' un eccellente vermifugo e un ottimo risolutivo negli imbarazzi intestinali. Un bicchiere la mattina a digiuno.

FUMARIA

Infuso. Contro le infiammazioni dell'intestino, i gonfiori, il mal di stomaco, si mette una manciata a infondere in brodo di vitello; se ne prendono due bicchieri al giorno.

GAROFANO

I chiodi di garofano nelle pietanze calmano lo stomaco e facilitano le digestioni pesanti.

GIGLIO

L'olio di giglio mescolato a quello di camomilla, è un eccellente linimento per le nevralgie della testa. Sfregarne la parte dolorante.

GINEPRO

In liquore. Un bicchierino dopo pasto, elimina i gonfiori. Aperitivo e tonico.

GRAMIGNA

Decotto. Buono ai primi sintomi di renella, per le malattie della vescica, scarsità o assenza di urine. Essendo di natura fredda non bisogna abusarne perchè attraversando gli altri organi potrebbe infastidirli. Un bicchiere al mattino.

LATTUGA

L'*infuso* di un "cuore di lattuga" per due bicchieri d'acqua bevuti a digiuno, è calmante e addolcente. Le foglie non lavate né pestate ma applicate direttamente sulla testa, a mò di cataplasma, sono un rimedio sovrano contro le nevralgie. Le stesse foglie infuse assieme ad un po' di cerfoglio, sono ottime nei bagni locali contro l'agitazione degli organi genitali.

LAUROCERASO *)

Macerare dodici foglie per ventiquattr'ore in un quarto di olio di oliva, al sole o vicino al fuoco. Ci si inzupperà della mollica di pane sbriciolata e se ne farà un cataplasma che si metterà a freddo su ogni sorta di dolori reumatici, per lenirli. Con quest'olio si possono frizionare tutti i tipi di dolori localizzati, il plesso solare e i reni. Se ne ricaverà un gran sollievo.

LAVANDA

L'*infuso* dei fiori è un valido aperitivo e stimolante, sgonfia, calma i nervi irritati e risveglia le idee recondite.

LENTICCHIA

In decotto, le lenticchie sono sudorifere e combattono il rossore dei capillari. Prese come cibo sono lassative e stimolano la lattazione delle nutrici.

LICHENE DI QUERCIA

In doppio infuso, si prende solo la seconda acqua; un pizzico per due bicchieri d'acqua. Con un po di latte giova ai raffreddori ostinati e forti e contro i catarri. Il lichene è emolliente, tonico e rinfrescante. Pulisce lo stomaco, il ventre e la vescica e giova alla circolazione. Bere a volontà.

LIMONE

Infuso a caldo e non a freddo, come si farebbe per le limonate. Si taglia un limone a fette per un litro d'acqua cui si aggiunge zucchero quanto basta. Questo infuso rinfresca il sangue impuro, elimina i vermi e la bile, scaccia la depressione, rallegra il cuore, calma i caratteri irascibili, sfiamma i nervi, stimola l'appetito. Il succo del limone è un acido molto incisivo, la scorza invece è vermifuga e stimolante. C'è da attendersi un gran risultato da questa tisana per i sangui spessi ed impuri, ma non bisogna esagerare bensì assumerlo con moderazione e appena lo stomaco è agitato da crampi o rigurgiti acri smettere di prenderlo. Si può bere a volontà ma sempre un'ora prima o dopo il pranzo.

LINO

I semi decotti leggermente sono buoni per i bruciori urinari causati da malattie veneree, e per ogni riscaldamento da queste causato. Un bicchiere il mattino a digiuno.

LIQUIRIZIA

La radice decotta per tre minuti si addiziona come addolcente alle tisane e come rinfrescante. Da preferirsi allo zucchero.

MALVA

I fiori in *infuso* sono molto addolcenti per le infiammazioni del petto e l'inizio del raffreddore. Bere a volontà.

MARGHERITINA

In infuso è un ottimo disostruente per gli ematomi interni, i ristagni e le difficoltà circolatorie locali. Si beve a volontà.

MARRUBIO

Infuso. Buono contro il raffreddore e le febbri occasionali e fastidiose; fa urinare ed è sudorifero.

MELILOTO

Gli impacchi di fiori in *infuso* posti sugli occhi combattono l'infiammazione delle palpebre; il suo aroma calma i nervi; applicato in cataplasmi fluidifica e risolve le congestioni sanguigne nei dolori locali.

MENTA PIPERITA

Infuso. Buona contro quelli che son detti i *vapori* e *calori fugaci*, li calma decisamente e scaccia i venti. Si prende al bisogno.

MERCURIALE

Prenderla in clistere contro le costipazioni ostinate.

MORELLA

Pestata fresca e applicata su ogni tipo di ferita o escoriazione, le cicatrizza rapidamente.

MUGHETTO *)

Infuso. Contro i ristagni sanguigni, le convulsioni nervose e spasmodiche, ristabilisce la circolazione dei fluidi; una piccola presa per bicchier d'acqua, la sera.

NESPOLO

I frutti mangiati freschi fermano le diarree; lo stesso fa l'infuso che è anche un valido pettorale. Se ne prende a volontà.

NOCE

Le foglie verdi applicate sulla testa calmano le emicranie. In irrigazioni giovano al prolasso dell'utero. I gherigli si bruciano per raccoglierne l'olio che è ottimo per le bruciature. Il mallo, col quale si fa un liquore conosciuto come nocino, è rimedio sovrano contro le coliche. Se ne prende un bicchierino.

NOCE DI GALLA

Una singola noce decotta assieme a tre o quattro foglie di noce comune per irrigazioni vaginali contro il prolasso dell'utero.

NOCE MOSCATA

Messa negli alimenti uccide i vermi, sgonfia e facilita le digestioni laboriose. L'olio di noce moscata è ottimo impiegato in frizioni sui tumori addominali, i carcinomi e i dolori locali dovuti a ristagno sanguigno.

ORTICA BIANCA

Infuso. Contro la mancanza di mestruazioni, specie delle giovinette, che fa tornare, e le perdite bianche. Un bicchiere mattina e sera.

ORZO

Decotto. Un cucchiaino per litro d'acqua. Molto rinfrescante e nutriente, non è tanto adatto ai temperamenti nervosi ma a quelli sanguigni. Un bicchiere la mattina a digiuno.

PAPAVERO

Infuso leggero dei fiori. Stimolante per le espettorazioni sanguinolente, le bronchiti e qualsiasi imbarazzo sanguigno del torace. Leggero narcotico quindi utile nelle insonnie; lo si consiglia contro la pertosse dei bambini. Elimina i piccoli

vermi dello stomaco. Una “testa di papavero” invece, decotta in un litro d’acqua, è calmante, si usa per formare i cataplasmi e si può applicare anche da sola in impacco. E’ utile nei lavaggi e rimpiazza al bisogno il laudano.

PARIETARIA

In decotto contro le costipazioni, il bruciore urinario e gli imbarazzi del basso ventre, se ne prende una manciata per la quantità d’acqua necessaria per un lavaggio; quest’acqua è buona anche per fare cataplasmi con la fecola di patate.

PERSICARIA

L’infuso leggero è risolutivo, stimolante e calmante, spinge le impurità del sangue verso la pelle e uccide i parassiti. Si prende mattina e sera.

PERVINCA

Giova in infuso contro le perdite latte, attiva fortemente la circolazione sanguigna e specie i ristagni vasali. Si prende mattina e sera. Infusa in brodo di vitello è ottima contro i mal di gola causati dal sangue cattivo. In fomento o pomata (si cucinano le foglie a fuoco lento nello strutto) è rimedio sovrano contro le emorroidi. Nelle infiammazioni gengivali se ne masticano le foglie che leniscono di molto il mal di denti.

PESCO

Le foglie del pesco in infuso sono leggermente purgative. Questa tisana è adatta per i neonati affetti da stati catarrali allo stato nascente. Se ne adoperano quattro foglie per un bicchiere d’acqua, e se ne prendono due o tre cucchiaini al giorno.

PIANTAGGINE

L’infuso o l’acqua distillata delle foglie giova contro le infiammazioni delle palpebre, sciacquandole o facendovi degli impacchi col liquido.

POLMONARIA

L’infuso contro l’irritazione dei bronchi e il sangue acre e impuro che li irrita e gonfia. Si prende mattina e sera.

PORRO

Questo alimento è utile per le affezioni bronchiali, essendo calmante e addolcente. Il clistere di acqua di porro combatte i dolori degli organi interni causati da sforzi fisici. In impacco è molto lenitivo.

PORTULACA

Aggiunta a minestrone rinfrescanti è molto lenitiva.

PREZZEMOLO

In infuso scioglie gli ingorghi latte delle mammelle. Sortisce lo stesso effetto se applicato in impacco. Pestato fresco e messo sui tagli li cicatrizza rapidamente. Si usa in fomento contro le emorroidi.

PRIMULA

In infuso è fortificante e stimolante ma anche un prezioso calmante del sistema nervoso. Si prende mattina e sera.

RABBARO

Blando purgativo e aperitivo. Si mette mezza oncia di radice in polvere in un litro d’acqua fredda. Si beve all’occorrenza. Quest’acqua, mescolata al vino durante i pasti, ha le stesse proprietà della polvere. Se ne può dare per otto giorni ai bambini che ne hanno necessità.

RAFANO

Lo si taglia a rondelle che si mettono a strati in un vaso alternandoli con dello zucchero in polvere, lasciandolo macerare ventiquatt'ore. Se ne assume la spremitura, a cucchiariate, mattina e sera, contro le irritazioni e le tossi ostinate dei bambini.

RAPA

Sciroppo di rapa. Si fa così: si scelgano delle buone rape che si taglieranno a rondelle mettendole a strati in un vaso di vetro, fino a colmarlo. Si ricopre ogni strato con dello zucchero, si chiude bene il vaso che si mette poi nel forno subito dopo che si è estratto il pane, lasciandovelo per sei ore, dopodichè lo si estrae e lo si filtra attraverso un panno di lino. Lo si imbottiglia conservandolo al fresco. Si assume a cucchiari, al bisogno. E' emolliente per le irritazioni causate dal raffreddore ostinato e le bronchiti. Rimedio sovrano contro la tosse canina dei bambini e per gli accessi di tosse spasmodica.

RIBES NERO

Il liquore ricavato dai frutti tonifica lo stomaco; l'infuso con le foglie elimina l'acidità di stomaco; allo stesso modo della magnesia assorbe gli acidi contenuti in quest'organo. Un bicchiere sera e mattina.

RISO

Adatto per gli imbarazzi intestinali, le febbri persistenti, le infiammazioni interne, le indisposizioni. Il decotto si fa con un cucchiaino da tavola in un litro d'acqua che poi si beve mescolata a vino secondo necessità. Questa tisana è molto calmante e rinfrescante nonostante che si pensi il contrario. L'impacco di farina di riso è calmante e assorbente.

ROMICE

Decotto della radice. Buona per gli stati catarrali; stacca facilmente i catarrhi dallo stomaco, dal sangue e dalla vescica; li spinge fin sulla pelle dove sfogano come fruncoli o li elimina attraverso l'urina e il sudore. Si adoperano le radici lunghe e grosse come dita, in un litro d'acqua. Si beve la mattina a digiuno.

ROSA CANINA

Decotto dei frutti o in confettura. Buona contro la dissenteria e le diarree di ogni tipo. In confettura, mezza oncia su una fetta di pane, e in decotto, un bicchiere mattina e sera.

ROSMARINO

L'infuso si fa con i fiori, da preferirsi alle foglie. Giova contro i reumatismi, i dolori nervosi, la debolezza generale e quella visiva in particolare. Combate la depressione e l'astenia, la sensazione di pesantezza e la cattiva circolazione, i crampi di stomaco e muscolari, il mal di testa. La dose è un pizzico di fiori per un bicchier d'acqua.

ROVO

Le gemme del rovo infuse assieme a del miele giovano contro i bruciori urinari che colpiscono le donne dopo le mestruazioni, calmando e togliendone l'infiammazione. Se ne prendono due o tre bicchieri al giorno. Quest'infuso vale anche per le infiammazioni della gola, facendo gargarismi. Le foglie possiedono le stesse proprietà ma siccome sono più aspre al gusto, non tutti se la sentono di assumerle.

RUTA *)

E' dotata di grande forza, ne sconsiglio l'uso interno ma solo quello esterno. E' un valido stimolante; lo spirito che anima questa pianta è un *tiranno assoluto*, che ama fare da padrone. Ecco perché è adatto alle persone dotate di scarso carattere e facili a farsi dominare: gli trasmette la forza volitiva di cui è dotata e li rende un po' più padroni di loro stessi. Si applica specialmente in impacco sulla fronte e scaccia le idee di inferiorità che sostituisce con quelle analoghe alla sua forza; non si lasci tuttavia l'impacco troppo a lungo perché potrebbe causare stordimento. Con essa i magnetizzatori ci si strofinano le mani prima di agire su una persona depressa e poi gliele applicano sul basso ventre, con conseguenze benefiche; la pianta messa in un sacchetto di tela e posta sulla bocca dello stomaco, assieme a uguale quantità di timo e salvia, è un ottimo preservativo contro le idee negative e gli spiriti maligni che, a mio giudizio, sono la stessa cosa. Non importa se il sacchetto si posiziona più vicino all'ombelico o allo sterno.

SALSAPARIGLIA

Il decotto è un ottimo depurativo per le impurità del sangue e le malattie veneree. Una presa in un litro d'acqua, se ne assume un bicchiere mattina e sera.

SALVIA

L'infuso è ottimo contro le idee melanconiche, la cattiva circolazione, le costipazioni intestinali, i disturbi di stomaco, il mal di testa, specie se tali malanni dipendono dal sistema nervoso. Giova inoltre per la debolezza generale, l'insonnia, l'agitazione psico-motoria. Presa come un thè è utile in quasi tutti i disturbi nervosi. Un pizzico in un bicchiere d'acqua.

SAMBUCO

I fiori di sambuco in impacco risolvono le infiammazioni causate dai colpi d'aria. In infuso il sambuco è sudorifero, riattiva la normale traspirazione della pelle ed elimina gli umori mucosi attraverso i pori. Se ne prende un bicchiere subito prima di mettersi a letto. Lo stesso effetto dell'impacco lo sortiscono i fomenti.

SANTOREGGIA

L'infuso libera l'intestino, scioglie le mucosità e gli umori biliosi; elimina i vermi dello stomaco e stimola l'appetito. Un bicchiere la mattina a digiuno. Iniettato nelle orecchie, scioglie il cerume che è spesso causa di sordità.

SAPONARIA

L'infuso di foglie di saponaria è buono per i temperamenti linfatici e specie per quei ragazzi che hanno umori freddi. Questa pianta saponosa si emulsiona facilmente ai grassi presenti nel sangue, li separa e li elimina portentosamente. La dose è di un pizzico per un bicchiere d'acqua preso più volte al giorno. Talvolta può essere utile, dopo un mese di cura, assumere un leggero purgante

SCORZONERA

Alimento rinfrescante.

SEDANO

In decotto oppure la radice cotta e mangiata come alimento, guarisce le perdite bianche, la renella, previene le scorregge; crudo non ha queste proprietà.

SEGALE

Il decotto si prepara con un cucchiaino di segale in un litro d'acqua. E' rinfrescante ed emolliente, se ne prende un bicchiere la mattina a digiuno. La farina di segale, in impacco, è risolutiva, emolliente, calmante e lenitiva.

SENAPE BIANCA

Due o tre cucchiaini di semi per bocca al giorno, un'ora prima dei pasti (cioè un cucchiaino per volta). Presa con un bicchiere d'acqua o di una qualsiasi tisana adatta alla bisogna, è ottima per gli ingorghi catarrali, biliari o ghiandolari dello stomaco e dell'intestino. La sua azione è puramente meccanica, staccando le mucosità che rivestono questi organi e li ostacolano nelle loro funzioni ordinarie, bloccando le papille e i villi di cui sono rivestiti. L'intestino è continuamente stimolato e pulito dal passaggio di questa agglomerazione di semi che, aderendo l'un con l'altro, formano una sorta di "scopa", se così si può dire, che non lascia più sostare nelle sue pieghe, dette anse, quel limo causato dal passaggio degli escrementi, limo che sprigiona gas più o meno acidi e corrosivi che determinano quel riscaldamento nell'intestino che genera le infiammazioni e tutti quei disordini nervosi che ne sono l'inevitabile conseguenza. Si comprenderà facilmente da ciò che l'intestino contiene una grande quantità di aria la quale, se rimane chiusa, irrita con la sua presenza le fibrille nervose che lo rivestono; da qui nascono le contrazioni e gli spasmi. Il ristagno di quest'aria putrefatta infiamma, in base alla potenzialità che possiede, tutto ciò che tocca; ne derivano spasmi alla bocca dello stomaco, crampi, pressioni e tensioni nel plesso cardiaco con ripercussioni sul cervello. Si pensi allo scompiglio generale che può generare un gas impuro che sfugge quando il bisturi incide un cadavere e che è diventato l'anima dannata della scienza medica ed il tormento di Tantalò del povero malato cui non resta che gemere e soffrire.

Il seme di senape è dunque un rimedio eccellente in queste evenienze grazie al suo lavoro meccanico ed inoltre possiede un'emanazione aromatica calmante e tonica le cui particelle, in base all'ambiente che attraversano, vitalizzano i diversi liquidi e fluidi che ci fanno stare in salute quando sono in buono stato.

Ecco ciò che Adèle mi diceva un giorno a proposito, in stato di sonno magnetico: "l'azione di questo seme è ammirevole; si direbbe che ogni seme è un essere vivente e intelligente; il modo in cui ruota su se stesso richiamando le

viscosità che gli si attaccano è cosa rimarchevole (diceva questo osservando quel lavoro su me stesso); è seguito da una massa più o meno numerosa di analoghi lavoratori che aiutano il primo ad agglomerare dei brandelli più o meno grandi di queste patine viscosi; questi discendono dolcemente come farebbe una tela di ragno che porta con sé le mosche prese in trappola, è una vera e propria carovana. Altri semi sono più sparsi e lontani e fanno in modo di preparare il terreno, se i compagni non hanno completato l'opera, per la prossima volta. E' una concatenazione ammirevole! – gridò Adèle che non riusciva a smettere di guardare quel singolare combattimento tra la vita e la morte, tra la salute e la sofferenza, personificato da semi e umori. – Questi semi, agglomerando le mucosità, divengono vermifughi, perché imprigionano le masse dei piccoli vermi che pullulano in quei posti, e che non sono mai ospiti graditi!”.

Adèle li consiglia anche contro la renella, perché, al passaggio, trasportano tutto ciò che trovano ed eliminano quella piccola sabbia fine dai reni che è la causa della renella e dei calcoli allorché l'agglomerazione delle particelle si salda ad un liquido agglutinante che crea calcoli di differente grandezza. Nelle persone soggette alle purgazioni, è un ottimo preparativo; lascia libero passaggio alla bile concotta e agli umori più o meno densificati, e non mi dilungo su tutte le sue proprietà (che forse sarebbe più giusto definire *risultati del passaggio*). Adèle li raccomanda in un gran numero di evenienze; presi con perseveranza per più mesi, danno il massimo beneficio.

Per quel che mi riguarda, posso testimoniare davanti a Dio e agli uomini per i quali nutro amore e rispetto, la verità del racconto sopradetto. Infatti sono stato vittima di due attacchi consecutivi di colera, che mi avevano quasi perforato l'intestino e alterato le funzioni digestive, al punto che il cibo transitava senza essere assimilato, facendomi cadere in uno stato di spossatezza, debolezza e sofferenze tali, che pregavo la Provvidenza di farmi lasciare questa vita come se fosse stata una liberazione. Tutti i rimedi e tutti i ritrovati della medicina e del magnetismo erano stati incapaci di dare un qualsiasi sollievo. Non restava che sperare nella preghiera; così il mio cuore si rivolse all'Eterno con fiducia e amore. Una notte feci un sogno in cui ai piedi del letto apparve un giovanotto dall'aspetto nobile e benevolo che mostrava una manciata di semi tenuti nel palmo della mano destra, invitandomi a guardarli bene. Mi parvero i semi del miglio ma fui subito svegliato da una voce che sussurrava all'orecchio: *semi di senape*.

Avevo il cuore in subbuglio e feci fatica a magnetizzare Adèle per chiedergli cosa dovessi pensare di quel sogno. Ci rispose che dovevo prendere quei semi perché mi avrebbero fatto un gran bene; cosa che feci il giorno stesso. Erano trascorsi solo tre giorni e le mie materie fecali avevano riassunto quella consistenza e quell'aspetto che non avevano più da dieci mesi. Continuai a prendere quel rimedio ancora per qualche mese, con gran beneficio. L'appetito era tornato assieme alle forze, i sudori continui erano cessati, ritornò la speranza in una guarigione certa; tuttavia, da qualche giorno i miei semi non sembravano più li stessi e una specie di nausea era sopraggiunta. Non sentivo più il gusto un po' latteo e quell'aroma dolce che restava in bocca.

Feci un altro sogno, in cui mi sentivo trasportato in un bel giardino ornato dei più bei fiori che avessi mai visto; il mio sguardo si era fermato su un arboscello pieno di semi che cadevano al suolo ormai maturi. Mi sembravano proprio i semi di senape, ma di aspetto migliore e di un bel colore paglierino. Venni svegliato come la prima volta da una voce che disse forte al mio orecchio per tre volte: *senape nera, senape nera, senape nera*. Lì per lì non capii il senso, che avevo confuso con quello di *semi di canapa*^[5], e infatti quest'ultimo seme non somiglia affatto con quello che avevo appena sognato. Consultai un dizionario botanico e vidi che senape nera e senape bianca erano più o meno la stessa cosa. Durante il sonno medianico di Adèle gli sottoposi anche questo sogno: essa mi disse che quelli che prendevo ora erano i semi dell'anno passato, i quali avevano conservato sì la loro virtù meccanica ma avevano perso quella emolliente, esaurita a causa del progressivo disseccamento, e mi consigliò di comprarne di nuovi, cosa che le feci fare subito dopo averla svegliata.

Ma quelli che ci portò non somigliavano affatto nel colore a quelli del sogno. Credendo di far meglio di persona, anche se non ero ancora in grado di uscire, andai con Adèle in tutti i negozi di granaglie del lungofiume, ma senza riuscire nell'impresa. Fu così che, passando sul Ponte Nuovo, pregai l'influenza misteriosa che mi aveva dato la visione notturna, di completare la sua opera portandoci lì dove avremmo potuto trovarne; così ci trovammo di fronte un negozio, entrammo e quale non fu la mia gioia nel vedere che erano gli stessi che avevo sognato! Il commerciante mi prese per matto. Haimè, ero ammalato e disperato, ecco tutto.

Ne acquistai un paio di chili ritrovando l'aroma e anche i benefici che ci avevano procurato i primi semi. Oggi che scrivo queste pagine, dopo circa cinque mesi dalla cura, mi sono completamente rimesso e non ho più alcun disturbo. Una ventina di casi similari me l'hanno confermato. Ai bambini se ne possono dare in dose di un cucchiaino per volta, dosando la quantità all'occorrenza, dopo averli ben mondati dei corpuscoli estranei. Questi semi non vanno masticati^[6] e il modo migliore di assumerli è quello di ingoiarli assieme a qualche sorso d'acqua o di tisana.

^[5] In francese nel testo omofonia tra *sénévé* e *chènevis* (n.d.t.)

^[6] Altrimenti brucerebbero in bocca! (n.d.t.)

Non occorre dire che per azione meccanica essi stimolano la circolazione sanguigna e quella dei fluidi, cosicchè sono utili in tutti quei casi in cui tali agenti vitali sono ostacolati o rallentati per qualsivoglia motivo. Ne ho riscontrato i benefici in quelle turbe intestinali e dell'addome che portano il nome di indurimenti o carcinomi⁷⁽⁷⁾, tutti corpi estranei a questi organi ma che vi si sono radicati e sviluppati in proporzioni spaventose. L'azione dei semi in questo caso è dovuta all'azione meccanica di rimuovere sul posto ogni cosa che ne ostacoli il transito. Questa azione incessante e continua ha ragione alla fine degli ostacoli che incontra; li stacca poco a poco e li porta via così come farebbe una corda a nodi in una condotta ostruita da corpi estranei che ne disturbassero lo scorrimento. Pur non definendoli un rimedio universale possiamo definire i semi di senape, assieme a coloro che li hanno provati, come uno dei migliori rimedi conosciuti e dei più innocui.

SENNA

L'infuso con tre o quattro foglie per un bicchier d'acqua preso a digiuno, facilita l'evacuazione intestinale: è infatti un lassativo dolce, adatto ai temperamenti delicati.

SPINACIO

Come alimento è molto addolcente e rinfrescante; libera l'intestino. Lo stesso effetto come clistere.

TAMARINDO

Alcuni frutti decotti in due bicchieri d'acqua. Adatto contro i sanguini impuri e infiammati. Li decongestiona, li rinfresca ed elimina dolcemente le tossine. E' un purgativo leggero. Un bicchiere mattina e sera.

TARASSACO

Per un infuso si mette una presa in un litro d'acqua. La mattina a digiuno stimola la circolazione umorale e giova ai temperamenti linfatici.

THE NERO

L'infuso è un buon calmante, un valido diuretico; tonifica il cuore e stimola l'intelletto; è sudorifero e tonico generale. Il the verde è più stimolante e produce effetti talvolta contrari.

TIGLIO

L'infuso è utile contro l'agitazione nervosa, i sudori freddi, l'insonnia, le bronchiti, la gastrite, la colite, i crampi, la pesantezza di testa, la depressione. Se ne prendono due piccole manciate per un bicchier d'acqua che si assumerà molto caldo e zuccherato subito prima di mettersi a letto. La corteccia interna del tiglio è buona in decotto contro i bruciori e l'incontinenza urinaria, i fenomeni degenerativi delle parti sessuali, la ritenzione idrica. Se ne prende un pezzo di corteccia lunga e grossa come metà del dito mignolo in un bicchier d'acqua la sera. In polvere, annusato, il tiglio è buono per risvegliare l'odorato. Due pizzichi ogni due giorni.

TIMO

L'infuso è vermifugo, stimola le mestruazioni e la circolazione sanguigna, blandisce i dolori reumatici, sgonfia, tonifica lo stomaco. Un bicchiere mattina e sera.

VALERIANA

In infuso, mattina e sera, fortifica e calma i nervi. Ottimo depurativo per i sanguini acri e surriscaldati. Rispetto ad altre piante, la valeriana possiede due fluidi abbondanti: uno di colore bianco, simile al fluido nervoso; l'altro di color rosso, simile a quello del sangue.

VALERIANELLA

In insalata o in infuso di brodo di vitello, stimola la bile e ne calma i disturbi.

VERBASCO

⁷⁽⁷⁾ In francese, nel testo, *squirrhes* (n.d.t.)

Infuso. Contro i raffreddori, libera i polmoni dalle mucosità che li ingorgano, rinfresca il petto; l'infuso lo si taglia con un po di latte. Un bicchiere mattino e sera.

VERBENA

Fresca e pestata, in impacco sui ristagni sanguigni, causati da colpi, ferite o altro, li decongestiona e risolve rapidamente.

VISCHIO DI OLMO *)

Decotto. Dotato delle stesse proprietà di quello quercino è però più adatto negli esaurimenti nervosi, nella mancanza d'energia, che invece gli epilettici possiedono in sovrappiù. Questo vischio possiede un succo che estrae dall'olmo, acido e glutinoso, mentre quello quercino, invece, è più resinoso, mordente, tonico e corroborante. Si confà per i nervi sfibrati fin nelle fibrille nervose, poiché è di natura simile, filamentoso ed elastico (un modo di dire, afferma la veggente Adèle, per spiegare la sua natura e proprietà). Si prende la mattina e la sera. Questo vischio mi è apparso in sogno come rimedio per la mia attuale patologia, un esaurimento nervoso, che mi bloccava preda di sofferenze intollerabili da quindici mesi. Raccontai il sogno ad Adèle, che mi consigliò di farne uso. Ne ottenni beneficio così come da altre piante che mi apparvero in sogno e le cui proprietà utilizzai alla lettera.

VISCHIO DI QUERCIA *)

In *decotto*, contro ogni tipo di disturbo nervoso, epilessia, convulsioni, irritazioni, tonifica i nervi e ripristina la circolazione dei fluidi. Si prende mattina e sera.

VIOLA

L'infuso di fiori di viola calma le infiammazioni intestinali dovute a digestioni lente e di cibi tossici, nonché alle affezioni di petto. E' un poco purgativo.

VITE

L'infuso di tre foglie della qualità *moscata a foglie bianche*, in un bicchier d'acqua, giova alla renella e alle perdite di sangue nelle urine; due bicchieri al giorno, sera e mattina. La cenere dei tralci di vite messa nei pediluvi ha lo stesso effetto della senape.

VULNERARIA

L'infuso è stimolante e dissolvente; utile contro tutti i ristagni sanguigni dovuti a colpi. Riattiva la circolazione sanguigna. L'impacco fa lo stesso effetto.

ZAFFERANO

Un pizzico preso nel cibo o decotto è calmante e aperitivo, sgonfia; infuso nel vino rosso e bevuto in dose di un bicchierino la mattina a digiuno, facilita le mestruazioni.

RIMEDI VEGETALI DERIVATI

CRUSCA

La crusca in infuso è emolliente e rinfrescante, pettorale, contro i catarrhi ostinati e le irritazioni. Un bicchiere mattina e sera. L'impacco caldo e secco si pone con giovamento sulle parti malate; è ottimo contro la gotta e ogni sorta di gonfiori. Messa nel bagno, calma e rilassa i nervi in dose di circa mezzo staio. La metà di questa dose se si tratta di un semicupio.

FECOLA DI PATATE

In impacco assorbe rapidamente le infiammazioni, insieme alla rinfrescante crusca e all'acqua di cerfoglio. Questo impacco cicatrizza le ulcerazioni intestinali ma si deve applicare non troppo caldo.

MOLLICA DI PANE

Applicata in cataplasma è rinfrescante e ammorbidente. L'acqua panata, fatta con una crosta di pane leggermente abbrustolita e infusa in un litro d'acqua, è una bevanda molto dissetante.

SALE DA CUCINA

Quattro libbre per un bagno e una sola per un bagno ai piedi. E' fortificante e stimolante. Apre e deterge i pori della pelle; facilita il processo osmotico. Decongestiona il petto e la testa dai ristagni sanguigni, ristabilendo il benessere generale.

SEMOLA DI GRANO

Molto addolcente nelle malattie del petto e gli stomaci debilitati. Un cucchiaino in un litro d'acqua fino a che sia ben cotta, filtrarla e addizionarla con un poco di latte. Si prende mattina e sera.

Termina così l'elenco delle piante che abbiamo studiato, applicato e ritenuto utili far conoscere. E' poco come contributo scientifico ma abbastanza per coloro che soffrono e sperano. Vogliamo aggiungere un'osservazione essenziale che è quella di andare sempre a cercare, nelle piante qui elencate, sempre e solo le più fresche, avvertiamo tutta l'importanza di questa indicazione che non ha bisogno di venire spiegata per essere compresa. Se il rimedio prescritto ed usato non gode più delle proprietà che ha perso a causa della vecchiaia o di un'adulterazione fraudolenta, è chiaro che non si ottengono i risultati sperati; al contrario, si rischia di andare incontro ad un nuovo disturbo mentre si accusa il medico, il medium o il vegetale di essere incapace.

C'è una tale responsabilità di coscienza nel possedere questi rimedi, che colui che ne pratica in maniera onesta ha diritto ad una riconoscenza senza confini da parte dei malati, anche se in apparenza non ha fatto altro che il suo dovere; ma un dovere compiuto in una società che lo disprezza e che venera solo l'egoismo, l'uomo che lo compie si guadagna più di qualche merito: quest'uomo è un uomo d'eccezione. L'abitante delle campagne è sotto questo riguardo più felice e meglio disposto di quello di città, poiché può trovare in gran profusione, ai suoi piedi, in tutta la loro verginale freschezza, quelle piante che diventano gli ospiti indispensabili del focolare domestico.

Appena la primavera comincia ad ricoprire col suo verde mantello la terra, sua cara campagna, il giovane monello comincia con le camminate campestri e subito scopre la timida *violetta*, il cui profumo da lontano tradisce la propria presenza sotto un ciuffo d'erba. Questo fiore benefico sarà utilissimo tutte le volte che si manifestano quei disturbi intestinali dovuti alla nostra alimentazione moderna.

Più oltre il nostro giovanotto scorge i boschi adorni delle *primule*, dette *cucu*^{8[8]}. Con le mani ne intreccia corone che si mette in testa, senza sospettare che tali fiori sono benefici per i disturbi di testa.

Ai piedi di quel pioppo, coglie sul prato sgargiante per tutte le ricchezze della flora campestre il *mughetto*, dai fiori bianchi come le *idee* che è chiamato a calmare. Balza sulle delicate *margheritine* le quali, affaccendate a succhiarsi le goccioline di rugiada che imperlano le loro corolle, non si accorgono, quando il ragazzo le coglie, che sono chiamate ad una più generosa impresa, quella di calmare certi dolori nervosi dello stomaco, dell'intestino e del petto.

Lo si vede poi danzare sulla fitta *gramigna* i cui bianchi rizomi sono così utili ai bruciori delle vie urinarie. Il cane che lo segue trova nei bei steli verdi un pronto rimedio contro il fuoco che lo divora e gli toglie l'appetito. Più oltre c'è una macchia bordata di *biancospini*, rimedio sovrano contro l'epilessia; ne ha fatto un mazzo enorme che graverà sulla passeggiata con il suo peso: ma l'epilessia è una malattia così diffusa!

E credete che rispetterà i *fiordalisi* che si nascondono così bene fra gli steli dorati del *frumento*? No davvero, così azzurri come il cielo, come i suoi *occhi*; non se li lascerà dietro ma ne farà un bel mazzetto che darà alla sorellina; ma la nonna si affretterà a prenderli, perché sa che la loro acqua distillata è chiamata *rompi-occhiali*, e lei vorrebbe proprio buttare via i suoi.

^{8[8]} espressione popolare francese (ndt).

A fianco del fiordaliso c'è il fiammante *papavero*, il cui colore è il terrore delle nostre piccole famiglie borghesi ma, oh, è troppo necessario contro i raffreddori che ci attaccano i bambini a Natale.^{9[9]} Bisogna seccarli per quando ce ne sarà bisogno.

Che fa il capofamiglia mentre i suoi piccoli vanno a erbe per gioco? Prepara la sua messe con scelta e calcolo: così guarnisce le aiuole del giardino di *farfara, salvia, giglio, rosmarino, ruta, mentastro, camomilla, cicoria selvatica, crescione, fragola, altea, malva, lattuga, lavanda, meliloto, mughetto, risetto, papavero, timo, verbena, primula* ecc. ecc. L'insieme è assortito senz'ordine ma non manca nulla: in genere è questo il corredo ornamentale dei giardini di campagna. I fossati che li separano sono provvisti di *parietaria* e di *mercuriale* fin sui muretti su cui tali piante si appoggiano loro malgrado.

Ai piedi della *vite* che decora l'ingresso di casa cresce la delicata *pervinca*, i cui deboli ramoscelli implorano l'appoggio della protetta di Noè. Perfino alla base del suo comignolo si raduna una varietà di altre piante che, se potessero, gli enterebbero dentro casa per meglio farsi ammirare. La brava donna del vicinato, che ha avuto dodici figli e li ha tirati su con l'aiuto di tutti, conosce bene le proprietà di ciascuna pianta e ne sa fare l'uso giusto. Il vicino medico condotto passa solo una volta a settimana da quelle parti per curare i casi più gravi, tutti lo rispettano. Nelle grandi città non è così: più sa e più vorrebbe sapere, più si soffre e più vorrebbe che si soffrisse; i cimiteri prosperano e i fiumi son gonfi di lacrime.

§§§

Molte persone non hanno nessuna idea circa il modo di preparare un impacco o di fare un infuso ecc.; crediamo utile dare qualche ragguaglio.

BAGNI – Nei forti esaurimenti nervosi, nelle atonie muscolari, nel rilassamento delle mucose esterne, nei sudori continui che causano un indebolimento nocivo, è opportuno fare dei bagni tonificanti; i migliori sono quelli di acqua marina, sostituiti in genere da quelli salini, che si preparano così: si versano da quattro a sei libbre di sale marino in un bagno ordinario. Il risultato è pressochè identico.

Nelle irritazioni nervose che si suppone causate da un eccesso di elettricità o da qualche umore caldo, si getta in un bagno ordinario uno stajo di crusca avvolta da un panno; lo si imbeve e sprema ripetutamente e ci si siede sopra. Negli *imbarazzi* comuni, prolassi, indolenzimenti ecc. non si aggiunge sale all'acqua. Nei dolori reumatici si può versare nel bagno un paiolo di infuso di piante aromatiche che, talora, possono sostituire i bagni di vapore [fomenti]: si scelgano di preferenza il *rosmarino*, la *salvia*, il *timo*, il *meliloto* e una manciata di *ruta*, ma solo per gli uomini.

Il bagno si prende a 25-28 gradi. Le persone sensibili all'acqua e a cui il sangue va facilmente alla testa, sono consigliate di entrarci in piedi, di rimanerci un minuto, poi di inginocchiarsi, restarvi ancora un minuto e poi distendersi. Il bagno produce i suoi effetti solo se fatto nelle condizioni adatte, per cui raccomandiamo di attenervisi. Si può restare a bagno da mezzora fino a qualche ora. Uscendo, ci si deve asciugare bene evitando ogni sbalzo di temperatura. E' buona cosa poi mettersi a letto per un'ora. Il bagno va fatto a digiuno, cioè a digestione avvenuta. La vita e la morte si prendono per mano nel bagno. Identici sono gli accorgimenti per i bagni freddi. Se al bagno si uniscono le pratiche magnetiche questo sarà più efficace. Queste si fanno, all'uscita dall'acqua [dopo essersi asciugati], tramite leggere pressioni sul corpo, sempre dall'alto verso il basso, ricavandone un gran beneficio. E' bene non fare più di tre bagni a settimana e comunque uno è sufficiente. L'eccedere è nocivo in tutte le cose; si farà in modo di evitare tutto ciò che possa offendere il pudore, poiché ne potrebbero derivare spasmi nervosi e muscolari molto fastidiosi^{10[10]}.

semicupi – Questo bagno si fa per le infiammazioni del basso ventre, delle vie urinarie e generalmente per tutti i problemi connessi. Si osservano le stesse regole dei bagni normali.

pediluvi – Stesse regole dei precedenti; hanno lo scopo di decongestionare le parti superiori del corpo dal sangue che le ingorga. Si possono apportare alcune aggiunte come la farina di senape, la liscivia, cenere di legna o cenere di tralci di vite. Di queste cose se ne mettono due grosse manciate. Il pediluvio si fa tiepido, aggiungendo piano piano acqua calda fino a che si è in grado di sopportarla; comunque non oltre i 5-10 minuti. Si asciugheranno bene i piedi e ci si metterà a letto per un'ora, se possibile.

^{9[9]} E' evidente in queste parole un velato scherno di natura politica...(ndt).

^{10[10]} Ecco una preoccupazione tipica del secolo in cui scriveva l'autore ma che, effettivamente, poteva essere sensibile per alcune persone che per fare il bagno si facevano aiutare (ndt).

bagni locali – Si fanno in contenitori adatti alla bisogna. Per gli occhi, si userà un paraocchi, un portauovo o un cucchiaino; per le parti genitali una tazza e così via. Si aggiungono gli ingredienti appropriati avendo cura di non esporsi a sbalzi di temperatura, prima e dopo l'applicazione.

bagni igienici – Questi bagni si applicano ai genitali, non devono mai essere né troppo caldi né troppo freddi. Un eccesso di sporcizia in queste parti crea dei problemi così come un'eccesso di pulizia. A tali bagni si aggiunge, secondo necessità, qualche goccia di alcool canforato, ammoniaca liquida, etere, vini o acque aromatizzate con aromi *di cui sono note le proprietà specifiche*, poiché diversamente ne potrebbero derivare dei grossi problemi. Non si farà il bagno dopo mangiato né dopo aver avuto un rapporto sessuale; nel primo caso si attenderà la digestione, nel secondo, alcuni minuti. Questi bagni sono un bisogno, un dovere, una *necessità* per entrambi i sessi; i loro risultati sono vantaggiosi e immensi per la salute.

CLISTERI – I clisteri sono di grande momento negli imbarazzi intestinali e nelle infiammazioni del basso ventre. Si preparano secondo necessità. Il decotto di semi di *lino* è addolcente; la radice di *altea* è un validissimo emolliente; l'infuso di *parietaria* e di *mercuriale* è rinfrescante; il decotto di *riso* calmante; il latte e un'oncia di zucchero grezzo o miele sono rinfrescanti ed emollienti; sciogliendo un cucchiaino di sale marino si fortifica e tonifica l'intestino retto, guarendo le emorroidi. Il clistere si fa a digiuno, mai due di seguito né uno diviso a metà; non dev'essere né troppo caldo né troppo freddo. Lo strumento deve essere in buone condizioni; si deve stare attenti a non introdurre aria in un luogo dove ciò sarebbe pericoloso. Se lo strumento non consente di farsi il clistere da soli, si eviteranno comunque tutte quelle situazioni sconvenienti e contrarie al pudore. Un clistere farà sempre un cattivo effetto se a farlo è una figlia con la madre o con altre persone che meritano rispetto. Diciamo ciò perché li reputiamo dei consigli utili. La medicina è una disciplina che non merita mezze misure. Sappiamo che se possiamo apparire ridicoli per qualcuno, purtuttavia la maggioranza dei lettori ricaverà da questi nostri consigli un beneficio. Siamo davvero spiacenti di poterne dare così pochi. Se avessimo tempo, denaro e titoli ci dilungheremmo molto di più!

irrigazioni – Si fanno per mezzo di piccole siringhe adatte agli organi che ne hanno bisogno e si compongono di infusi di piante specifiche. Si eviterà di prenderle troppo calde o troppo fredde; si agirà con dolcezza e si avrà cura di utilizzare strumenti adatti.

FOMENTI – Si fanno con infusioni di piante specifiche per la malattia e in un recipiente adatto alle parti da trattare. E' importante che l'infuso sia in ebollizione affinché i vapori siano più efficaci e penetranti; la parte da trattare va esposta bene tenendola per tutto il tempo necessario sopra l'infuso che si vaporizza, dopodiché si asciuga. Nei fomenti della testa si deve fare in modo da lasciar spurgare le mucosità che colano dalla bocca; naturalmente si eviterà di riadoperare questi infusi per altri scopi o di farli assorbire da qualche piaga, poiché sono saturati da un fluido molto dannoso.

LOZIONI – Si tratta semplicemente di aspergere la parte sofferente con acque o infusioni adatte e di reitarle secondo necessità.

IMPACCHI – Gli impacchi sono di grande giovamento nelle infiammazioni locali, e si compongono ordinariamente di fecole^{11[11]} o di piante cotte: sono calmanti, addolcenti, emollienti, rinfrescanti, lassativi e tonici, secondo composizione. Generalmente gli impacchi fatti con le fecole si stemperano semplicemente negli infusi caldi, perché queste fecole perdono tutto il loro succo sul fuoco. Si impiegano in genere un decotto o un infuso di piante diverse da quella della fecola che si deve sciogliere. Pertanto, il decotto di radice di *altea* si usa per la farina di *lino*; l'infuso di semi di *lino* per la farina di *riso*; quella di *riso* per la farina di *altea* ecc.

Per aumentarne le proprietà *calmanti*: in mancanza di qualche goccia di *laudano*, si può versare nel decotto un quarto di capsula di *papavero sonnifero* o qualche foglia di *papavero rosso*; *rinfrescanti*: si stemperano con infusi di *parietaria*, *mercuriale* ecc.; *tonici*: correggendoli con qualche goccia di olio di *camomilla* o di acqua sedativa; *attivi*: aggiungendo più fecole diverse in parti uguali; *risolventi*: componendoli con piante appropriate allo scopo, come la *celidonia* e il *mentastro a fiori rossi*.

L'impacco è più efficace e sopportabile a letto che in piedi; è più pratico e altrettanto efficace messo tra due pezze che direttamente sulla pelle. Non lo si deve mai mettere troppo caldo o troppo freddo, cercando, al momento di toglierlo, di coprire la parte con un panno caldo per qualche minuto, onde evitare uno sbalzo di temperatura. Non si faranno mai impacchi sul petto^{12[12]} o sulla bocca dello stomaco, si dovranno invece ricoprire con esso accuratamente il ventre e i fianchi e lo si manterrà finché conserverà tutto il suo calore, non lo si applicherà due volte di seguito, lo si terrà per circa un'ora e comunque non se ne abuserà.

^{11[11]} Fecole, cioè sfarinati (n.d.t.)

^{12[12]} cioè sopra il cuore (nd.t.)

L'impacco si adopera nelle infiammazioni locali ed intestinali, in seguito ad indigestioni, costipazioni, purgazioni, coliche ventose, bruciori urinari, malattie di fegato, della milza, dell'intestino, della vescica, di certe irritazioni di petto, digestioni lente, mal di testa e generalmente in tutti i problemi che derivano dagli organi addominali. Un impacco ben preparato e applicato non farà mai male; ma se verranno fatti in continuazione potrebbero sortire l'effetto contrario a quello sperato.

compresse – La compressa consiste nell'inzuppare un panno morbido, piegato più volte, in un infuso appropriato al male, e messo sulla parte bisognevole. Non citeremo i *vescicatori*, i *cauterizzanti*, le *sanguisughe*, i *salassi*, le *ventose*, le *moxas* ecc. Lo ripetiamo: noi chiudiamo le piaghe ma non ne apriamo di nuove.

DISTILLATI – Si fanno mettendo a macerare per ventiquattro ore una pianta qualsiasi in un dissolvente adatto, e poi si mettono in un vaso di vetro o di rame, detto *cucurbita*, a fuoco moderato. Il vapore sale lungo il *capitello* ben chiuso al quale è aggiunto un recipiente dove il vapore si condensa in *acqua distillata* (se il solvente è stato acqua semplice); in mancanza di un simile apparecchio e delle necessarie nozioni di chimica, ci si limita a macerare le piante e l'acqua così trattata possiede quasi le stesse virtù.

MACERATI – Si lascia per un tempo più o meno lungo la pianta dentro dell'acqua ma senza che comincino i processi putrefattivi.

DECOTTI – Si fa bollire, per un tempo appropriato, una pianta, una radice o un seme qualsiasi. La radice di *altea* invece non va bollita più di dieci minuti.

INFUSI – Si versa l'acqua bollente o un liquido qualsiasi sulla pianta utilizzata. Dieci minuti di riposo sono sufficienti. E' chiaro che non è la quantità d'acqua che determina la qualità dell'infuso. Abbiamo constatato personalmente che un capolino di camomilla romana in un bicchiere d'acqua è più salutare e meno pericoloso di dieci.

POMATE – Si fanno generalmente con sugna di maiale o strutto sciogliendo a fuoco dolce assieme agli ingredienti dai quali si desidera ottenere l'effetto.

Pomata di canfora – si mescola la quarta parte di canfora su una quantità a piacere di grasso.

Pomata di fior di carota selvatica – la stessa proporzione di cui sopra.

Pomata di risetto – Anche qui stesse proporzioni.

Quando le piante o i fiori sono ben cotti, si passa questa pomata, dopo averla fatta rapprendere, attraverso una tela leggera, e la si conserva ben chiusa per servirsene al bisogno. Si può fare in questo modo con tutte le piante che si vuole. E' più facile prepararle a Bagno-Maria, cioè mettendo il vaso che contiene la preparazione in un altro vaso pieno d'acqua in ebollizione o in un vaso metallico contenente sabbia asciutta; il preparato si interra dentro tenendo sul fondo uno spessore di circa un dito; si ammucchia la sabbia fino al livello del liquido e si pone il tutto su un fuoco dolce: è ciò che si chiama *bagno di sabbia*.

OLII AROMATIZZATI – Si compongono come le pomate. L'olio di *camomilla*, che non è un olio essenziale, si fa allo stesso modo. In questa maniera ci si possono, al bisogno, procurare degli olii profumati, che si ottengono più facilmente rispetto alla distillazione delle piante, le quali ne forniscono molto poco. In farmacia si compiono grossi imbrogli a riguardo^{13[13]}. Gli olii aromatizzati giovano assai nelle frizioni destinate a calmare e rilassare il sistema nervoso così come le tensioni muscolari.

VINI AROMATIZZATI – Questi vini si fanno per infusione a freddo delle piante di cui si desidera trasmettere le proprietà. Un vino sul quale posso garantire l'efficacia per tonificare il sistema nervoso, le fibrille e le papille del corpo, così come per fortificare i muscoli affaticati a causa di sforzi o di cadute, e attivare la circolazione sanguigna nelle paralisi locali, si compone in questo modo: si infonde in un litro di buon vino rosso, per 48 ore, una presa di ciascuna delle piante o fiori seguenti: rosmarino, salvia, timo, meliloto, ruta. Dopodichè si filtra e conserva in luogo fresco; si usa per frizioni sulle parti malate. Allo stesso modo si possono fare ogni sorta di altri vini aromatici.^{14[14]}

SCIROPPI – Gli sciroppi si fanno nel modo seguente, utilizzando le sostanze appropriate al bisogno. Per esempio lo sciroppo di *rape*, del quale ho già descritto il modo di composizione. Si tagliano a fette delle belle rape, dopo averle pelate; se ne dispone uno strato in un vaso capiente in base alla quantità di prodotto che si vuole ottenere, e poi si alternano questi strati con altrettanti strati di zucchero fino a raggiungere il colmo del vaso. Si chiude ermeticamente e si pone a cuocere a fuoco dolce per alcune ore o, meglio, si inforna per sei ore in un forno da panettiere, subito dopo che questi ha sfornato il pane. Al termine si filtra lo sciroppo così ottenuto, lo si imbottiglia e lo si tiene al fresco per servirsene poi al bisogno. Si può aggiungere nelle tisane o prendere a cucchiainate negli accessi di tosse, essendo un

^{13[13]} L'imbroglio continua tutt'oggi, al di fuori ormai delle farmacie...(n.d.t.)

^{14[14]} I vini aromatizzati possono essere anche bevuti a bicchierini, nei casi prescritti (n.d.t.)

rimedio sovrano per le malattie di petto. Se si vuole aumentarne il potere calmante e corroborante durante la stagione fredda, vi si aggiungono, tra strato e strato, alcuni fiori di papavero. Quasi tutti gli sciroppi si fanno in questo modo.

FRIZIONI, MASSAGGI E INSUFFLAZIONI MAGNETICHE – Dopo aver tanto raccomandato il magnetismo per tutte le malattie, verremmo rimproverati se non descrivessimo ciò che si deve intendere per *frizioni*, *massaggi*, e *insufflazioni magnetiche*.

Le *frizioni* sono al giorno d'oggi troppe volte raccomandate dai medici per non dover insegnare come farle, in quanto non basta sfregare un corpo umano così come si striglia un cavallo. Non c'è un solo movimento in tutti i corpi animati che non richieda di venire eseguito con certe modalità in base alla costituzione degli organi interni: dunque le frizioni sono preferibili e di migliore risultato se fatte in un modo piuttosto che in un altro. Ci si serve della flanella solo nei casi richiesti perché le frizioni a nudo sono da preferirsi, cioè con la mano aperta e sfregando a piatto e a pelle nuda le parti bisognevoli. Le frizioni si fanno a secco o con l'ausilio di pomate, olii, vini o spiriti adatti. Si fanno cominciando con movimenti dolci e poi aumentando la pressione e il movimento in modo tale da sviluppare un riscaldamento uniforme della parte trattata. Si eseguono sempre dall'alto verso il basso e mai al contrario. Siccome il ventre è una specie di pallone [sic] su di esso i movimenti si compiranno con moto circolare, fatti sempre nello stesso senso, mentre sul petto, che come la schiena si compone di due metà unite a formare un insieme proteso in avanti, in linea retta dallo sterno al plesso solare [bisic], cioè dalla base del collo alla bocca dello stomaco (e lo stesso vale per il dorso anche se opposto in apparenza), i movimenti devono iniziare da sotto le ascelle e scendere lungo i fianchi fino ai lombi.

Poiché le membra sono un insieme di varie masse muscolari, come una matassa dipanata [sic], occorre seguire l'andamento delle giunture superiori (spalle o coscie) verso quelle inferiori, che sono i polsi o le caviglie. Essendo queste membra snodate e dotate di cerniere [sic] dette *articolazioni o popliti*, che richiedono un certo lavoro manuale, ci si sofferma alquanto la mano pressando leggermente.

Il *massaggio* si esegue allo stesso modo. Soltanto, anziché sfregare con dolcezza la parte dolente, la si pigia con le dita come se si impastasse, cominciando dolcemente e aumentando la pressione in base alle esigenze del malato. Il massaggio si esegue in genere dopo l'uscita dal bagno [di vapore]; quest'usanza ci deriva dall'Oriente, dove questo sistema di tonificazione del corpo umano è assai diffuso. Adesso comincia a diffondersi anche qui in Francia; e certo, è di grande aiuto negli stati di spossatezza e astenia, negli indolenzimenti. E' di grande giovamento purchè lo consenta la decenza.

L'*Insufflazione* si fa sia a freddo che a caldo; a freddo, soffiando a distanza di qualche pollice sulla parte corporea che si vuole calmare, e a caldo, nello stesso modo, applicando un panno di lino bianco sulla parte nuda, poi posando le labbra sul lino soffiandoci sopra, concentrandosi sull'idea che si soffia sul malanno, onde scacciarlo. Questo soffio, fatto sotto il petto sinistro è molto più efficace di tutti i sali di questo mondo per far cessare una sincope, fatto sulla bocca dello stomaco scaccia come per incanto tutti i gonfiori; sull'ombelico, calma le coliche più violente e preserva...la biancheria intima. Nei soffocamenti dovuti ad attacchi isterici, si soffia caldo sulla gola; nel delirio e nella congestione cerebrale si soffia freddo in fronte; nell'apoplezia si soffia caldo sul cuore; nella catalessia, nel tetano e nella rigidità delle membra si soffia caldo sulle giunture, nei crampi si soffia freddo là dove essi si manifestano; nelle sordità si soffia caldo nelle orecchie, in tutte le affezioni oculari si soffia da breve distanza e dolcemente sulle palpebre. Si badi però a che la persona che *soffia* non abbia l'alito cattivo. Il soffio esercita un'azione così potente in magnetismo che si stenta a descriverne l'efficacia, per cui ci contentiamo di consigliarne lo studio.

Al termine di questa breve nomenclatura di rimedi raccomandiamo nuovamente ai malati di avere fiducia:

- 1 – nello *sciroppo di rape* per le affezioni di petto, specie la pertosse dei bambini.
- 2 – nel *vino aromatizzato* di cui abbiamo parlato
- 3 – nella pomata di *fiori di carota selvatica* contro le nevralgie acute, la gotta e i reumatismi
- 4 – nella pomata di *radice di risetto* contro le emorroidi
- 5 – nella *pomata canforata* contro i soffocamenti e l'inizio del raffreddore. Se ne friziona leggermente il petto
- 6 – nell'*olio di camomilla* per il mal di gola, applicandovi una tela imbevuta. Ci si friziona la bocca dello stomaco e il ventre negli spasmi e nelle coliche ventose.
- 7 – soprattutto non ci si scordi, in tutti i casi possibili, dell'*azione magnetica*. Tutti quanti possediamo delle mani con le quali, in mancanza di altri rimedi, si può recare sollievo se non anche guarire. Se si ha voglia e tempo non si tarderà a convincersi che l'uomo è una farmacia vivente, la migliore di tutte.

NOZIONI DI PRATICA MAGNETIZZATRICE

In questo capitolo desideriamo consigliare il *magnetismo umano* come il migliore e più sicuro rimedio che si conosca, in grado di guarire da solo, anche senza le piante medicinali, tutte le malattie guaribili. Ciò perché l'abbiamo quasi sempre consigliato ed impiegato con successo nelle nostre esperienze. A prescindere dal fatto che si tratta della vitalità animale per eccellenza, non è men vero che è anche quella vegetale e minerale, ma è comunque la *vita delle vite*, la

salute delle saluti, l'armonia delle armonie. Le magnetizzazioni migliori non sono quelle che durano a lungo ma quelle fatte con amore e con il desiderio di sollevare le sofferenze. Cinque minuti ne valgono quindici, un buon desiderio ne vale mille: la madre che mette la mano sul ventre del suo piccino per calmarne i dolori, desidera aiutarlo ma non sa come fare; la sua mano lascia fluire su quel disturbo l'amore del suo cuore, e il male scompare, il piccolo sorride, la madre gioisce. In questo esempio, del tutto extrascientifico, nel seno dell'*eterno* istinto materno vi è potere curativo, un tesoro inesauribile di salute e benessere.

Se durante l'imposizione magnetica si manifesta uno stato di sonnolenza, detto *sonnambulismo*, è necessario ricorrere a dei libri più specifici per trarne il massimo beneficio, o chiedere la prima volta al paziente quando e come lo si deve svegliare? Di solito basta fare dei *passi*^{15[15]} sulla testa e sullo stomaco, passi che chiamiamo *trasversali*, perché si fanno di traverso su questi organi, come se si sventolasse o scacciasse un'aria viziata. Se si è animati dal desiderio di svegliare il paziente non si tarderà a vederlo riaprire gli occhi. Non indurre mai il sonno magnetico se non si è capaci di contrastarne tutti gli inconvenienti e regolarlo, ci si informi piuttosto sui libri che ne parlano.

Talora usiamo l'*acqua magnetizzata*, cosicchè diamo qui il modo di prepararla; quest'acqua è dotata di una grande virtù che sarebbe sbagliato non considerare, non saper preparare o non considerare. Si prenda un vaso qualsiasi pieno d'acqua. Con una mano se ne regga la base e si ponga l'altra al di sopra dell'acqua. Le dita vanno riunite a punta, in base all'apertura del vaso, agitandole dolcemente sulla sua superficie, come se vi voleste inzuppare dentro qualcosa. Tre minuti di questa manipolazione sono sufficienti per saturare un bicchiere d'acqua, cinque per una bottiglia, dieci per un secchio e un quarto d'ora per una vasca. Se la vostra pulizia vi consente di agitare quest'acqua con le mani, la magnetizzazione sarà maggiore; se il paziente non si schifa a vedervi soffiare sopra a quella che dovrà bere, meglio ancora. Soffiate per tre volte, immaginando che rinfrescherete dolcemente la parte malata; non importa in quale parte interna o esterna del corpo quest'ultima si trovi, l'acqua saprà trovarla da sola e apportarvi il benessere che voi avete voluto infondervi, specialmente se si tratta di rinfrescare l'intestino e vincere delle costipazioni o delle ritenzioni urinarie: immaginatevi di soffiare all'interno dei condotti di questi organi, come in una cannello che vorreste disotturare; rimarrete meravigliati dal risultato. Se si magnetizzano allo stesso modo le tisane, queste aumenteranno la loro efficacia. Per l'acqua magnetizzata ad uso interno è preferibile l'assunzione la mattina a digiuno.

TESTA

Porre una mano sulla parte dolorante e l'altra all'opposto (ciò crea due poli, che è sempre bene formare in ogni magnetizzazione locale o generale). Dopo aver tenuto in posa le mani per cinque minuti, farle scendere lentamente verso le spalle e infine staccare le mani scivolando le dita come se ci fosse qualcosa di attaccaticcio che si vuol togliere; ripetere due, tre volte. Lavarsi le mani in acqua e aceto.

OCCHI

Lavaggi con acqua magnetizzata.

ORECCHIE

E' troppo impegnativo conoscere l'origine dei mali che affliggono questi organi per azzardarsi a consigliare qualche rimedio. *Prudenza e saggezza* sono il nostro emblema. E' soprattutto in questi casi che ricorriamo al *sonnambulismo*. Una volta conosciuta la causa e la vera sede del male, ci scontreremo con il nemico per combatterlo il più efficacemente possibile. Nei casi di sordità, ronzii e fischi, si mettano i pollici nelle orecchie, in modo da stabilire una corrente fluidica in entrambe, in modo da smuovere e dissolvere tutto ciò che potrebbe essere di sotacolo al loro interno. Si possono anche apporre le punte delle dita così come se volessimo disotturarle. Si può inoltre utilizzare un batuffolo di cotone imbevuto in acqua magnetizzata.

GOLA

Una sciarpa magnetizzata, tenuta per qualche minuto, è ottima contro i disturbi di gola, così come una compressa di acqua magnetizzata. Inutile ricordare che una amagnetizzazione a passi dolci e lenti, dalle spalle alle ginocchia, ma non sul petto, è di gran giovamento.

BRONCHI

^{15[15]} “li chiamiamo passi perché sono dei passaggi più o meno rapidi delle mani da un posto all'altro, in maniera continua, come se si accarezzassero dolcemente gli abiti della persona su cui si agisce, quando questi passi si fanno con toccamenti; ma si possono fare anche a distanza. Allora si tengono le braccia tese ma non rigide, con le dita unite e la mano destra che scende dal male verso le estremità del corpo, più o meno velocemente, è ciò che si dice *passi scorrenti*. A causa dell'effetto *simpatico*, attante, il sangue segue il percorso delle mani decongestionando così le parti infiammate dal suo ristagno. I passi a distanza sono necessari nei trattamenti che esigono il pudore, ma negli altri casi quelli diretti sono da preferirsi. Questa è la mia opinione ma non quella di tutti i magnetizzatori”.

La pratica magnetica fatta con imposizione delle mani, una sopra un polmone e l'altra tra le due spalle, per cinque minuti, scendendo poi dolcemente fino ai reni, apporta un evidente sollievo; anche un bicchiere d'acqua magnetizzata preso a sorsi. Anche una pezza di lino o carta [assorbente] magnetizzata e apposta sul dorso, quando il tempo è umido o ventoso, aiuta non poco.

PETTO e POLMONI

Il magnetismo è di grande momento in queste affezioni. Magnetizzare bevande e tisane. Non bisogna passare la mano sul petto, ma tenerla per alcuni minuti ai suoi fianchi, poi scendere dolcemente fino alle ginocchia. Non esercitare questa pratica se si è a propria volta ammalati ai polmoni. Si tenga come regola generale in magnetismo di non magnetizzare mai malattie di cui si soffre a propria volta, non contrapporre organi deboli a altri deboli.

STOMACO

Magnetizzando con una mano sulla bocca dello stomaco e mettendo l'altra sul dorso, si calmano quasi subito le sincopi ventose. Nelle digestioni lente esso dilata l'orifizio dell'organo e permette il passaggio degli alimenti. Negli svenimenti causati dalle convulsioni di stomaco, soffiare caldo con la bocca appoggiata sotto la mammella sinistra, attraverso la camicia; non si tarderà a rendere al malato il suo stato normale. Tre o quattro insufflazioni ci sono sempre bastate nei casi più gravi in cui i sali più potenti avevano fallito. L'acqua magnetizzata è sovrana nei disturbi di quest'organo.

CUORE

Si impongono le mani, una sull'organo e l'altra all'opposto, poi le si fanno scorrere giù fino alle coscie con l'intento di decongestionarlo [sic], allorchè riteniamo che è il sangue la causa del male. Nel caso di semplice costrizione dei vasi sanguigni l'imposizione delle mani o il soffiare caldo sono sufficienti.

FEGATO e MILZA

Si opera come per il cuore, bevendo anche dell'acqua magnetizzata a digiuno.

INTESTINO

Il magnetismo giova grandemente ai disturbi di quest'organo. In linea generale, si pongono le mani sui fianchi ma con i due pollici a contatto dell'ombelico, facendole poi scendere fino alle ginocchia. Ottima l'acqua magnetizzata. In questo genere di disturbi, se si vuole *con perseveranza*, si ottiene. L'azione magnetica è efficacissima nei gonfiori di ventre. Ho visto più volte fare emettere più di sessanta peti in dieci minuti! Si mette la mano a piatto al centro del petto, con le dita rivolte alla base del collo. Dopo due minuti si scende dolcemente verso la mammella sinistra e tornando verso destra fino all'inguine^{16[16]}. Il soffio sulla bocca dello stomaco (con la bocca appoggiata) è anch'esso di gran giovamento. Ottimo anche un mezzo bicchiere di acqua magnetizzata zuccherata.

UTERO

Il magnetismo è potente nel prolasso dell'utero. Si mettono le mani sui fianchi, circondando le reni con le dita, in modo che si tocchino vicino la spina dorsale^{17[17]}. Dopo cinque minuti le si muovono spostandole dolcemente sul ventre fino all'inguine, non pensando di attirarvi qualche cosa ma, al contrario, desiderando rinforzare i due grandi legamenti che collegano l'utero ai reni. Ci si immagina di riempirli di fluido e di farli tornare al loro punto di origine. Si faranno lavande con acqua magnetizzata. Nei casi di perdite bianche si beva quest'acqua a digiuno. Nei casi di mestruazioni scarse o assenti, non conosciamo nessuna pianta medicinale che possa mettersi al livello del magnetismo, tanto che non abbiamo mai riscontrato un insuccesso in questo caso. Bisogna posare le mani sui fianchi e scendere dolcemente fino all'inguine, arrestandosi un momento e proseguendo fino alle ginocchia immaginandosi di aprire un passaggio a questo scorrimento di sangue così necessario per la salute della donna. La guarigione per mezzo del magnetismo è un dato quasi matematico.

^{16[16]} Un movimento a spirale, quindi (n.d.t.)

^{17[17]} cosa che è possibile solo con donne non troppo "larghe"...(n.d.t.)