

*Le erbe cinesi
del rimedio*



La storia della medicina cinese inizia con la leggenda di due mitici imperatori: L'Imperatore Giallo Huang Di e l'Imperatore Rosso o Divino Agricoltore Shen Nong.

Si narra che fu Shen Nong a divulgare le prime conoscenze di dietetica ed erboristeria.

Lo Huai Nan Zi o "Libro del Principe di Huai Nan" afferma a proposito di Shen Nong :

"Egli insegnò l'arte della coltivazione e selezionò i cento rimedi per curare il suo popolo "

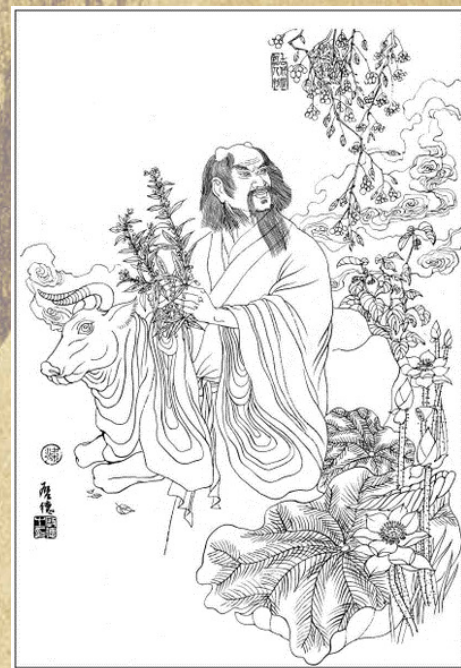
La storia cinese affonda le sue origini nella notte dei tempi e per secoli è stata caratterizzata da un'ideologia conservatrice . Questo approccio ha permesso il mantenimento e il perfezionamento delle conoscenze più ancestrali.

Gli studi che caratterizzano la medicina cinese sono stati approfonditi in un modo unico nella storia dell'uomo e la loro efficacia è stata testata non in un laboratorio, bensì nella vita quotidiana e su un vastissimo numero di individui. Esistono testimonianze scritte di medicina cinese risalenti al XI secolo a.C. che raccontano di un approccio medico che vede l'uomo come un microcosmo posto tra cielo e terra, custode di tutti i principi e gli aspetti di ambedue. Non stupisce quindi che lo stesso corpo umano venga visto come un piccolo mondo fatto di mari, montagne, verdi pianure e ruscelli. La filosofia cinese considera che l'uomo racchiuda l'essenza della vita stessa, le sue leggi e le sue forze.

Curarsi , all'interno di questa visione, significa innanzitutto saper osservare se stessi e la Vita capace di donare all'uomo tutto ciò di cui ha bisogno. A partire dai colori della natura , dalle sue forme, dalla sua consistenza e dal suo sapore nascono i rimedi di medicina cinese. Nel corso dei secoli sono state formulate tantissime ricette e molte di queste sono giunte fino ad oggi, superando il vaglio dello studio scientifico.



L'imperatore giallo Huang Di antenato di tutti gli Han, appartenne alla dinastia dei Cinque Imperatori, regnò tra il 2697 e il 2597 a.C. A lui il popolo cinese attribuisce la nascita della medicina cinese e di molte invenzioni in quanto sviluppatosi durante il suo regno



L'imperatore Shen Nong considerato il padre dell'agricoltura cinese insegnò al suo popolo come coltivare i cereali. Si dice che abbia assaggiato centinaia di erbe per valutarne il valore medicinale, e che sia l'autore del "pen ts'ao ching" (trattato medico), il più antico testo cinese sui farmaci, che include 365 medicine di derivazione naturale.

Vi presento alcune di queste formulazioni a base di sole erbe, prezioso connubio tra la tradizione orientale e lo studio occidentale. I prodotti di seguito elencati sono noti al Ministero della Salute e sono stati inclusi nell'ambito degli "integratori alimentari".

Sono stati certificati per l'assenza di metalli pesanti al loro interno, garantita da ripetute analisi.

Inoltre fanno parte di un protocollo HACCP adottato dall'azienda produttrice, al fine di fornire ulteriori garanzie alla clientela in merito alla tenuta delle materie prime, le procedure di lavorazione e la pulizia degli ambienti .



GAN MAO NEW

INGREDIENTI: Ge Gen (Pueraria lobata) radice, Gui Zhi (Cinnamomum cassia) parti aeree, Timo (Thymus vulgaris) parti aeree, Adatoda (Adhatoda vasica) foglia, Qui Hu (Peucedanum officinale) radice, Sheng Jiang (Zingiber officinale) rizoma, Zi Su Ye (Perilla frutescens) foglia, Bai Shao Yao (Peonia lactiflora) radice, Tiglio (Tilia platyphyllos) fiore, Echinacea (Echinacea angustifolia) radice, Jin Yin Hua (Lonicera japonica) fiore, Liquerizia (Glycyrrhiza glabra) radice.

MODALITA' D'USO: 2 bustine al giorno disciolte in acqua calda.

Questo particolare rimedio si rivela utilissimo in tutte le situazioni di disagio fisico causate da condizioni climatiche avverse che comportino freddo e umidità. E' una miscela atta a coadiuvare un gran numero di attività fisiologiche volte a promuovere e consolidare un benessere equilibrato. Il corpo è un insieme di micro elementi che costantemente cooperano per il buon funzionamento. Non c'è spazio per l'egoismo: se un organo vive un disagio, tutti gli altri organi naturalmente prestano soccorso per risolvere il problema. Un buon rimedio è realizzato con la logica di favorire un sostegno armonico dell'intero organismo.

HUANG QI

INGREDIENTI: astragalo secco

MODALITA' D'USO: Si consiglia 1 bustina al giorno, preferibilmente al mattino, disciolta in acqua calda.

Questo preparato rappresenta una delle più antiche ricette cinesi per le difese immunitarie. La pianta di Astragalo viene raccolta in autunno e le sottili radici vengono seccate al sole e preparate col il miele. L'Astragalo è considerato, in Cina, uno dei più famosi tonici del Qi . Il Qi è l'energia vitale, la forza che dà impulso e movimento a tutti gli organi e visceri. Possiamo percepire questa energia in tutto ciò che viviamo : Se siamo sereni si espande e si consolida; se siamo tristi, stressati, arrabbiati, spaventati . . . si danneggia.

Nel libro "Classico di Medicina" è scritto : "Il qi è simile alla nebbia o alla rugiada, trasporta i sapori in tutti il corpo, scalda la pelle, fornisce la forza al corpo... ". Nella medicina tradizionale cinese non esiste tessuto, apparato, funzione che non dipenda dal Qi per la sua esistenza. Studi recenti hanno dimostrato come l'Astragalo favorisca la produzione di anticorpi, aiuti a rinforzare l'organismo in momenti di stress e costituisca un vero e proprio antibiotico naturale. Stimola inoltre la produzione di globuli rossi aiutando a garantire un corretto apporto di ossigeno ai tessuti e l'espulsione delle scorie dai reni. E' adatto per giovani, adulti e anziani.



MEMOTON



INGREDIENTI: eleuterococco

MODALITA'D'USO: Si consiglia 1 bustina al giorno, preferibilmente al mattino, disciolta in acqua calda.

La radice di eleuterococco è nota nella tradizione cinese da millenni. E' un rimedio ad azione adattogena, così come il ginseng. Con questa definizione si indicano piante ed erbe capaci di migliorare le performance dell'organismo in risposta alla fatica, favorendo l'equilibrio. Le sostanze che

compongono questa preziosa radice aiutano nella stimolazione dell'attenzione, favoriscono la libido, la concentrazione e la capacità mnemonica costituendo un valido sostegno nei periodi di stress. Si rivela particolarmente adatto per studenti, professionisti e anziani. Inoltre è spesso associato al genere femminile, poiché pare sia molto più efficace sulle donne che sugli uomini, soprattutto negli stati di disagio psicologico come ansia, depressione, sindrome premestruale. Può essere utile in caso di pressione bassa, nei periodi in cui è particolarmente necessaria una buona lucidità di pensiero, nei periodi di intenso allenamento, contro i dolori muscolari, in caso di sonnolenza o stanchezza generalizzata.

ENERGON PLUS

INGREDIENTI: ginseng

MODALITA' D'USO: Si consiglia 1 bustina al giorno, preferibilmente al mattino, disciolta in acqua calda.

Nel II secolo un famoso medico cinese Zhang Zhongjing inserì questa radice all'interno dei rimedi sovrani grazie al suo ruolo basilare nella prevenzione e nella cura di molti disturbi. I rimedi sovrani furono definiti un "sostegno alla vita" poiché capaci di rafforzare il corpo e le sue difese con un'azione dolce ma potente.

Il ginseng (in cinese ren shen) viene denominato a livello popolare "radice di vita", "vaso dello spirito", "erba magica". . .La ricerca moderna ne sta dimostrando le numerose proprietà. Gli studi mostrano che l'estratto di ginseng aiuta a combattere le infezioni. E' stato riscontrato che aumenta il numero di cellule del sistema immunitario. Contiene potenti antiossidanti capaci di contrastare i radicali liberi responsabili del danneggiamento delle nostre cellule. E' stato riscontrato che può abbassare la pressione sanguigna nei casi di ipertensione. E' particolarmente adatto agli uomini, agli sportivi e agli anziani.

Il ginseng è conosciuto anche come un afrodisiaco popolare, grazie alla sua capacità di migliorare le prestazioni sessuali, la libido e curare la disfunzione erettile.

Le persone che utilizzano regolarmente gli integratori al ginseng riscontrano significativi miglioramenti nella qualità della loro vita in termini di energia, vita sessuale e sonno, dicono di sentirsi più attenti, migliorano nell'apprendimento, nella concentrazione e nella capacità di memoria. Il ginseng è chiamato "adattogeno", poiché aiuta il corpo a far fronte allo stress fisico e mentale. Diversi studi suggeriscono che il ginseng può abbassare i livelli di zucchero nel sangue.

