

## Il preparato 7-Erbe di ,Heidelberger'

Bertrand Heidelberg ha messo a disposizione di tutti noi i risultati preziosi della sua esperienza durata oltre 50 anni nel campo della medicina naturale.

Dalla combinazione di sette erbe amare (**assenzio, achillea, ginepro, finocchio, anice, cumino, e pimpinella**) egli ha creato un preparato in polvere decongestionante e ad azione antimuco, denominato "Heidelberger's 7-Kräuterstern".

Ogni singola erba che compone il preparato è un efficace rimedio naturale ad alto potere di guarigione. In particolare, dalla forte interazione tra i diversi componenti amari delle sette erbe si ottengono effetti benefici su tutto il corpo. Grazie alla quotidiana assunzione del suo speciale preparato in polvere a base di erbe, Bertrand Heidelberg è riuscito ad eliminare il muco che quotidianamente si forma nel corpo e a mantenere il proprio sangue sano fino ad età avanzata.

*(Cit. da: "Natura e guarigione", rivista mensile per la guarigione naturale e la medicina dolce 11/02)*

<http://it.wikipedia.org/wiki/Muco>

Catarro e mucose svolgono numerose funzioni importanti per il corpo, in primo luogo come protezione. Le mucose proteggono contro la disidratazione, gli acidi presenti nello stomaco, legano i batteri, le particelle di polvere e altre sostanze estranee al corpo. Inoltre, il muco funge nel corpo da veicolo per l'assorbimento e la rimozione dei residui e di altri prodotti di scarto del metabolismo e del sistema immunitario.

La mancanza di un adeguato esercizio fisico, le cattive abitudini alimentari, gli alimenti fast food o troppo ricchi di amido possono causare un aumento del muco accumulato nel corpo che, se non adeguatamente smaltito, finisce per depositarsi in luoghi diversi. Ciò può pregiudicare la funzionalità degli organi interni e rendere il nostro sangue più vischioso, con un conseguente calo dell'efficienza fisica, un significativo indebolimento del sistema immunitario ed un generale rallentamento dell'intero metabolismo.

E perciò importante, da un lato, prestare attenzione alla quantità di muco presente nell'organismo e osservare uno stile di vita sano; dall'altro, cercare di supportare il nostro corpo nella sua naturale funzione di autoguarigione con il ricorso ai rimedi naturali. In questo senso, può dare un contributo significativo il preparato 'Heidelberger'. Le polveri contengono sostanze amare capaci di inibire la formazione del muco responsabile del legarsi di tossine e sostanze estranee, nonché efficaci anche per lo scioglimento di vecchi depositi di muco e residui immagazzinati come scarto.

Il preparato di 7-Erbe 'Heidelberger' può essere usata per infusioni e decotti. E' sufficiente versare un cucchiaino da tè in una tazza di acqua calda e bere il liquido filtrato a piccoli sorsi. In alternativa si può assumere la polvere per bocca (una punta di cucchiaino) e lasciarla sciogliere in bocca per 5-10 minuti. La sostanza amara comincia ad agire già in bocca, stimolando l'attività del muco gengivale. Le erbe stimolano inoltre anche l'attività degli organi digestivi, come stomaco, intestino, pancreas, fegato e cistifellea. Gli oli essenziali contenuti nella polvere hanno inoltre un effetto positivo sul sistema respiratorio.

### Sintesi:

Tutte le sette erbe si caratterizzano per un effetto in comune: agiscono come espettorante ed aiutano a ridurre il muco in eccesso, contribuendo in questo modo a sostenere il metabolismo del corpo e ad alleviare il lavoro di fegato e reni. Come provati rimedi naturali, queste erbe aiutano a purificare e disintossicare il sangue. Hanno inoltre un effetto riequilibrante, in quanto favoriscono la guarigione naturale e l'armonizzazione dell'organismo, senza spiacevoli effetti collaterali o dannosi. I principi attivi delle piante officinali sono infatti composti chimici che si combinano spontaneamente in natura e che per tale ragione vengono facilmente riconosciuti ed assorbiti dall'organismo umano. Esse rafforzano la nostra forza di auto-guarigione ed aiutano a migliorare le difese immunitarie del corpo.

## Ecco in dettaglio le erbe che compongono il preparato 7-Erbe di 'Heidelberger':

### Assenzio (*Artemisia absinthium*)

L'assenzio è la più amara delle nostre erbe selvatiche e svolge un ruolo importante nella composizione originale del nostro preparato in polvere di erbe. L'assenzio si caratterizza per il forte sapore amaro che permane anche nei preparati ad elevata diluizione. Questa sostanza risulta benefica per le sue proprietà antispasmo e di supporto alla normale funzione gastrointestinale. Stimola inoltre la secrezione dei succhi gastrici, migliorando la conseguente digestione del cibo ingerito. L'azione depurante si dimostra efficace anche nell'eliminazione di tossine e prodotti di scarto attraverso il fegato e lo stomaco. Aiuta, inoltre, il nostro corpo a mantenere il sangue fluido e sano.

### Yarrow (*Achillea millefolium*)

L'achillea figura negli erbari antichi come "la salvezza di tutti i mali." Essa si caratterizza per un elevato contenuto di principi attivi che forniscono una varietà di applicazioni. L'achillea è principalmente un purificatore del sangue, ad azione antispasmodica e tonica per i vasi sanguigni. Contiene sostanze amare ed oli essenziali. L'achillea ha un effetto benefico sulla circolazione sanguigna; stimola il metabolismo e l'eliminazione delle tossine; offre un'azione di supporto alle funzioni di stomaco ed intestino; aiuta il fegato a purificarsi e stimola la funzionalità degli organi pelvici; regola il sistema di funzionamento dei reni e delle vie urinarie grazie all'elevato contenuto di potassio.

### Ginepro (*Juniperus communis*)

Il ginepro è una pianta medicinale nota fin dai tempi antichi. Fino a 50 anni fa, davanti a ogni casa colonica o fattoria era usanza piantare un albero o un cespuglio di ginepro. Gli ingredienti attivi sono principalmente oli essenziali e sostanze amare. Queste facilitano la veicolazione delle tossine verso i reni, aumentando così la quantità di tossine eliminate con le urine. Le bacche di ginepro aiutano a sostenere in particolare stomaco, intestino e ghiandole e possono avere un effetto benefico per la purificazione del sangue. Si favorisce in questo modo l'escrezione dei prodotti di scarto del metabolismo, con un conseguente miglioramento della forza vitale.

### Anice (*Pimpinella anisum*)

Anche detta finocchio o cumino romano dolce, l'anice è un'antica pianta officinale con proprietà espettoranti particolarmente efficaci sul sistema respiratorio. Come finocchio e cumino, l'anice ha un effetto calmante e antispasmodico in caso di coliche. Il suo odore caratteristico deriva dall'olio essenziale di anice. I frutti di anice hanno un'azione benefica su tutte le funzioni del corpo, in quanto stimolano il lavoro del cuore contribuendo ad espandere lo scambio respiratorio e migliorano la resistenza dell'organismo alle infezioni. L'anice è particolarmente efficace anche contro la formazione di gas e gonfiore nell'intestino e svolge un'azione benefica in caso di indigestione, soprattutto nei bambini.

### Finocchio (*Foeniculum vulgare*)

Il finocchio è molto simile all'anice, sia nella modalità di azione sia negli ingredienti. L'olio essenziale di finocchio agisce in modo ancor più efficace sul sistema respiratorio ed esercita contemporaneamente una forte azione disinfettante, antinfiammatoria, antispasmodica e antifermentazione, con benefici effetti nell'eliminazione della mucosa gastrica, intestinale e bronchiale. Il finocchio è una pianta molto usata per la preparazione di infusi e tisane calde benefiche per il tubo digerente, il sistema respiratorio e la circolazione del sangue nei piccoli organi pelvici femminili.

### Cumino (*Carum carvi*)

Il cumino è stato sempre molto apprezzato fin dai tempi antichi. I semi di cumino hanno effetti molto simili all'anice e ai semi di finocchio. L'azione benefica è svolta principalmente dagli oli essenziali che, oltre a favorire la digestione, svolgono un'azione stimolante, riscaldante, rilassante e antispasmodica. Il cumino dei prati è un'efficace erba officinale che da un lato stimola lo stomaco e le ghiandole gastriche, mentre dall'altro lenisce l'intestino con un effetto riequilibrante sulla flora intestinale.

### Sassifraga (*Pimpinella Saxifraga*)

La pimpinella è una pianta versatile e di lunga tradizione che ha dimostrato la sua efficacia nella storia. Essa trova impiego principalmente come rimedio per purificare il corpo dal muco accumulato negli organi interni; in particolare, aiuta l'intestino, depura il sangue e svolge azione diuretica e diaforetica.