

AS PLANTAS E A MEDICINA NATURAL

O uso das plantas, exceto naturalmente as venenosas, não prejudica o organismo; antes, o beneficia, purificando-o e curando-o. A cura pelas plantas depende de seu uso prolongado e persistente. O que às vezes deixa de trazer o êxito esperado no tratamento por meio de ervas é que o paciente, quando já se sente melhor, abandona o tratamento antes de alcançar uma cura radical.

Na cura com ervas, como também noutros tratamentos naturais, sucede muitas vezes o contrário do que o paciente espera: no começo, sobrevém uma aparente piora. O mal parece se agravar. Muitos, então, desesperados, abandonam o tratamento. Mas essa crise é justamente um sinal de que o organismo começou a reagir, expulsando as substâncias que fazem mal. O remédio está “fazendo efeito”. Daí a crise curativa.

Para que as plantas medicinais não percam seu valor curativo, devem ser colhidas quando estão molhadas de orvalho, secando-se à sombra, pois os fortes raios solares tiram das plantas, depois de arrancadas, uma parte das substâncias curativas, que se evapora quando expostas ao sol.

As raízes devem ser bem lavadas e picadas em pedacinhos, antes de serem postas a secar.

Quando já secas, as ervas poderão ser guardadas em caixas, devidamente rotuladas, em lugar seco. De vez em quando, é bom examiná-las: as que estiverem com cheiro de mofo já não servem para fins curativos.

Desse modo, cada qual pode ter, em casa, sua própria farmácia herbácea.

(BARBACH, Alfons. *As plantas curam*. São Paulo: Missionária, 1992. [adaptado por Elisabete Monteiro])