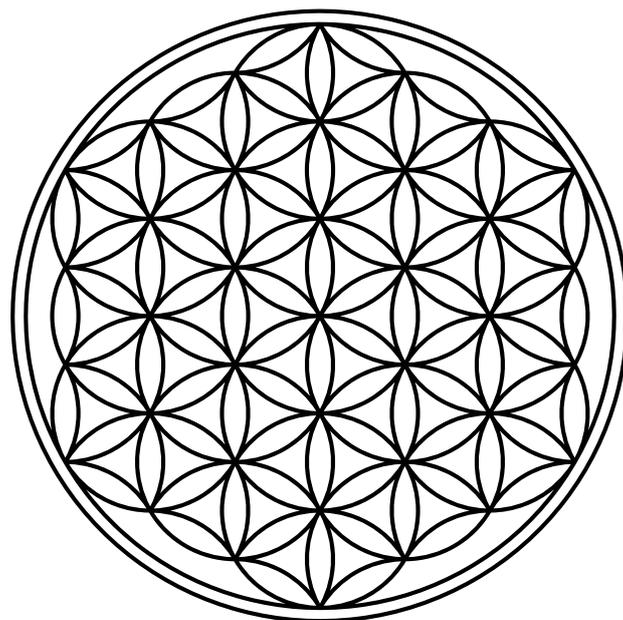




MAURIZIO GRANDI

# FLORILEGIO

*Codex per medici, atlante per tutti*



**ETNO** $\rho$ **HARMA**  
naturae veritas

COLLANA **ETNOPHARMA**  
naturae veritas

Maurizio Grandi  
**FLORILEGIO**  
**Codex per medici, atlante per tutti**

Edito da *La Torre sas* 2020  
© *La Torre sas*  
[www.etnopharma.com](http://www.etnopharma.com)

DELLA STESSA COLLANA

*Le piante della Luce Maurizio Grandi*  
*Vettori di idrogeno Folcardo Grandi*  
*Interazioni Maurizio Grandi*  
*Pionieri esploratori dell'ignoto Maurizio Grandi, Elisabetta Pace, Maurizio Benfatto*  
*Sulle rotte delle resine Maurizio Grandi*  
*Droghe Maurizio Grandi*  
*Mille giorni d'oro Erica Poli, Maurizio Grandi*

# Prefazione

Siamo nella terra di mezzo.

Coltiviamo un sogno: vivere la Terra, nutrire la Vita, rispettare la natura, senza sfruttarla, per il bene nostro e di tutti.

Intermediari tra Scienza in evoluzione e società in trasformazione, per dissipare malintesi nella trasmissione dei saperi, alimentati dalla rimozione o semplificazione del passato in una società nutrita di presente

Il sogno di recuperare la direttrice orizzontale e verticale della memoria della Nostra appartenenza: considerando il passato con gli occhi del presente, ma anche il presente con gli occhi del passato.

La Medicina è fondata sul mito: Asclepio in Grecia risponde ad una esigenza antropologica, interrompere attraverso un mediatore, come le piante, il decorso naturale della malattia.

I miti si manifestano nei riti, codificati dalla tradizione, necessari per ricordarne la concretezza. Se questi mancano, decade il mito e con lui il Medico.

3

Viaggio, insieme, nella Terra.

I Suoi profumi traggono origine della contaminazione degli elementi, ma aria, acqua e fuoco sono inodori e insapori e assumono della ricchezza degli elementi che le formano le parti aromatiche della Terra.

Viaggio attraverso la Terra, la conservazione del senso, in un *continuum* senza passato, presente e futuro.

È la nostra storia.

Empatia tra piante, piatti e integratori, alle radici del gusto, radicato nella terra.

Terzo Giorno:

*la mano di Dio divide la terra dalle acque e ordinò alla terra di produrre erbe e frutti (Primae)*

È lo spirito del luogo della nostra appartenenza, del nostro diritto alla Vita.

Patrimonio da conservare come modello di riferimento collettivo di Uomo e Natura. La Relazione è fatta di sincronismo, risonanza.

Viaggio contro la separatezza: il nostro destino è il destino del mondo, inalienabile.

*Simul stabunt, simul cadent.*

Ecco il senso più profondo della ricerca di Piante Afrodisiache nel Mito, del Sole e della Luna, dell'Uomo e della Donna: nel solstizio d'Estate è, da sempre, la Fecondità.

*Le piante non sono vegetali ma "divinità" con un carattere, una vibrazione, un messaggio, un potere. (Precatio Omnium Herbarum).*

La magia, energia che la Natura mette a disposizione dell'Uomo raggiunge l'apice nella notte del 24 giugno quando il sole si trova nel punto più alto del cielo, entrando nella costellazione del cancro. Tra le 23 e le 24 della vigilia si raccoglievano le piante più ricche in principi attivi.

Stigmatizzante il significato più profondo della Vita: dare Vita alla Vita.

La Natura, l'intero creato è fratellanza. Universale, da riconoscere, conoscere con lo stupore dei Bambini con attrazione, con spirito di imitazione (Biomimica).

In libertà. Perché libertà appartiene alla natura profonda e costitutiva dell'Uomo. È all'origine, lo guida. Nessuna scelta, nessuna scienza è vera scienza, senza il concorso della libertà.

Andare per il mondo, in botanica, significa incontrare, ascoltare, condividere, amare.

Andare verso un nuovo Umanesimo, capaci di fare da collante tra le visioni della Scienza e la necessità partecipativa dei cittadini.

L'alfabetizzazione della società, il web hanno offerto l'accesso virtuale ai laboratori, alla conoscenza, chiamandoci alla responsabilità.

Accanto alla *accountability* non dobbiamo dimenticare il *critical thinking* e l'*engagement* sociale contro discipline parascientifiche generanti correnti pericolose in cui si straparla di relativismo alchemico, proponendo soluzioni terapeutiche salvifiche, devastanti.



naturae veritas





## achillea composta 5

Per il contrasto dei disturbi del ciclo mestruale e della circolazione venosa.

7

Dedicata alle donne, decongestionante pelvica, riduce la ritenzione idrica prima o durante le mestruazioni, nella sindrome premestruale e nel climaterio.

*Achillea millefolium* (Achillea) sommità fiorite  
*Cinnamomum zeylanicum* (Cannella) corteccia  
*Genziana lutea* (Genziana) radici  
*Glycyrrhiza glabra* (Liquirizia) radici  
*Pimpinella anisum* (Anice verde) frutti

### ■ ACHILLEA MILLEFOLIUM (ACHILLEA)

Asteracea (Composita)

Erba perenne e aromatica, può raggiungere i 70 cm., vegeta in pieno sole, su terre umide, in Europa, Asia e America.

Sanguinella, erba dei somari, stagnasangue, erba formica, erba del soldato.

**Tempo balsamico: giugno.**

Si utilizzano le sommità fiorite.

### Storia

Achille curò alcune ferite dei suoi compagni a Troia. Fu Chirone, Suo Maestro, ad informarlo sulle capacità cicatrizzanti (Plinio).

Usata in Cina a scopo divinatorio; i druidi delle Isole Britanniche utilizzano gli steli per le predizioni del tempio.

Gli Indiani d'America per combattere il freddo invernale.

*Trita la sua chioma e impiestrata, salda le ferite fresche, ristagna i flussi del sangue e i mestruai. Le Donne che patiscono il flusso della Matrice. Bevesi per la dissenteria.* (Andrea Mattioli, Siena XVI sec.)

### I principi attivi

Polifenoli e flavonoidi

L'achillea ha proprietà tonico-uterine, utile in casi di amenorrea e dismenorrea, per disturbi digestivi, dispepsie gastrointestinali e spasmi delle vie digestive grazie alle caratteristiche amaro toniche, eupeptiche e antispasmodiche che ne suggeriscono l'uso nelle somatizzazioni gastrointestinali.

È emostatico, vulnerario, astringente e vasotropo in situazioni di perdite ematiche, emorroidi e nella stasi venosa periferica, nei dolori reumatici, rassodante, progesto-like.

### ■ CINNAMONUM ZEYLANICUM (CANNELLA)

Lauracea

Cannella regina o di Ceylon.

Originaria delle regioni calde dell'Asia.

Si presenta in sottili stecche giallo-brune, chiare e arrotolate su se stesse.

**Tempo balsamico: la raccolta dei fusti avviene a cominciare dal quarto anno della pianta, quando essa è "in sugo" (al momento della maggior ricchezza di linfa).**

Si utilizza la corteccia interna dei nuovi germogli, ogni due anni.

Per gli Ebrei, *ginnamon*, *kinnamon*, per i Romani *cinnamomum*, la specie proveniente da Ceylon e dalle coste dell'India. Dall'Indiano *hamama* = odoroso.

### La storia

Il suo nome, usato dall'inizio del XII secolo, deriva dal latino *canna* per la forma. Ogni parte della pianta è aromatica: le foglie strofinate emanano un profumo di violacciocca, la mandorla del frutto fornisce un olio essenziale, detto "cera di cannella".

*"Verso mezzogiorno, l'ultima delle terre abitate l'Arabia la quale sola fra tutte le terre, produce incenso, mirra, cassia, cinnamomo e laudano..."*. (Erodoto)

Nel luogo dove fu allevato Dioniso *"grandi volatili trasportano questi fruscilli che noi chiamiamo cinnamomo per averlo appreso dai Fenici: li trasportano per i loro nidi che sono fatti di fango a ridosso di monti scoscesi, dove un uomo non può salire"*.

*"Gli abitanti dei paesi del cinnamomo sostengono che esiste anche un uccello chiamato cinnamomo e porta da un luogo sconosciuto qualche ramo per fare il nido"*. (Aristotele)

Teofrasto distingue fra cinnamomo e cassia, spiegando che erano entrambi arbusti poco alti, legnosi, da cui veniva tagliata la corteccia. La cassia aveva però una corteccia più fibrosa, meno facile da staccare, *"sicché si procedeva alla seguente operazione: si dividevano i ramoscelli in segmenti lunghi due dita o poco più, e li si cucina in una pelle di animale fresca. Da questa pelle e dal legno in putrefazione nascono dei vermi che divorano le parti legnosi, ma non intaccano la corteccia a causa dell'amarrezza"*.

È usata come tonico e stimolante.

In cucina serve per aromatizzare marmellate, composte di frutta, crostate, dolci.

Unguento sacro degli Ebrei, i Romani ne decoravano i templi, usata negli incensi per la chiaroveggenza.

### I principi attivi

Olio essenziale: 4%

Aldeide cinnamica (65-75%), Eugenolo 10%, Safrolo, Monoterpeni, Sesquiterpeni, 2 eptanone (methyl-n. Amylketone).

Antibatterico impiegato nel tifo, ha attività emmenagoga, digestiva, tonica, carminativa, stimolante il centro vasomotore, il ritmo cardiaco, la frequenza respiratoria e la motilità intestinale. È afrodisiaca maschile e antidiabetica.

La cannella è ricavata da un albero cinese dalle foglie color verde scuro e d'aspetto ceroso (Cassia) che vegeta anche nelle montagne dell'Indocina e ha un sapore meno delicato, serve da lassativo per i bambini.

### **Bibliografia**

M. Grandi, L. Roselli, S. Gaudenzi, A. Congiu Castellano, P. Grimaldi, L. Di Giambattista, S. Belardinelli, D. Pozzi, G. Martinengo, *L'accompagnement par les plantes dans le voyage entre les vies*, *Phytothérapie* n. 5 Springer, 2007

M. Grandi, *La cartografia delle spezie*

M. Grandi, G. Martinengo, *Cancro: l'alleanza terapeutica. Percorsi di cura tra natura e scienza.*

M. Grandi, G. Denzio, *Curare il diabete con le piante medicinali*

### **■ GENZIANA LUTEA (GENZIANA)**

Genzianacea

Pianta annuale, biennale, perenne, in prati e alpeggi delle montagne del Sud Europa.

Fiori ad imbuto di colore giallo, blu scuro, rosa sulle Ande, bianco in Nuova Zelanda.

Il fusto può raggiungere il metro e mezzo di altezza.

**Tempo balsamico: marzo.**

Si utilizzano le radici.

Il nome deriva da *Gentius*, un re degli antichi Illiri, per primo avrebbe scoperto le proprietà medicamentose. *Lutea*, giallo (di fiori).

### **Storia**

La sua radice essiccata ha una azione febbrifuga e stimolante per la funzione digestiva.

Le leggende narrarono di Cavalieri colpiti da incantesimi d'amore.

### **I principi attivi**

Amari (amarogentiana, gentianina e genziamarina)

Hanno attività toniche e stimolanti dell'apparato digestivo, per aumento della secrezione dei succhi gastrici.

È impiegata come tonico e nei farmaci per la disassuefazione dal fumo.

L'azione amaro-tonica non ha effetti astringenti e irritanti per la mucosa dello stomaco.

### **■ PIMPINELLA ANISUM (ANICE VERDE)**

Apiacea (ombrellifera)

Pianta annuale ed erbacea, originaria del Mediterraneo.

**Tempo balsamico: settembre-ottobre.**

Si utilizzano i frutti.

### **Storia**

*"Il Sonnifero, utile per salvaguardare la giovinezza del viso"* (Plinio).

Usato per i liquori, in medicina, nei pasticcini: la anisette, l'ouzo (greco), il raki (turco), la sambuca.

Parte della miscela "5 spezie cinesi" con finocchio, chiodi di garofano, cannella e pepe, nata per creare una polvere magica che richiamasse i 5 elementi (legno, fuoco, terra, metallo, acqua) e i 5 sapori (acido, amaro, dolce, pungente e salato).

Ha proprietà aromatizzanti, aperitive, digestive, antiemorroidali, astringenti e antiemorragiche.

**I principi attivi**

Sanguisorbina, saponina.

Anetolo, aiuta la digestione, ha attività carminativa e stomachica. È utile nella dispepsia, spasmi intestinali e meteorismo.

Il dianetolo e il fotoanetolo stimolano la produzione latte post partum e alleviano i disturbi della menopausa.



## amyris

Melograno e Cannella, antiossidanti e di supporto alle funzionalità digestive. Con Zenzero, antinausea, contrasta gli stati localizzati di tensione e migliora la funzionalità dell'apparato cardiovascolare. Con Ravensara ad effetto balsamico e di supporto alla fluidità delle secrezioni bronchiali.

Dal greco Amyron αμυρον, «intensely scented» intensamente profumato, balsamo, nell'infertilità, nella nausea e nella cefalea.

***Punica granatum* (Melograno)** frutto

***Zingiber officinale* (Zenzero)** rizoma

***Cinnamomum zeylanicum* (Cannella ceylon)** olio essenziale

***Syzygium aromaticum, Eugenia Caryophyllata* (Chiodi di garofano)** olio essenziale

***Elettaria cardamomum* (Cardamomo)** olio essenziale

Le spezie sono tra i principali afrodisiaci e cure per l'infertilità.

Costantino l'Africano (ca. 1020-1087), nato a Cartagine, viaggiò a Babilonia, India, Egitto ed Etiopia ampliando le conoscenze europee, attraverso la sua traduzione in latino dei testi scientifici arabi che reintroducevano un rigore di metodo e di ricerca dimenticati dalla caduta di Roma.

Partecipò alla fondazione della scuola medica di Salerno, morì nel monastero benedettino di Monte Cassino.

Il suo *De coitu* (*Sul coito*), fino al 19 secolo, era il testo di riferimento su tutti gli aspetti della salute sessuale.

Le spezie figurano in tutti i rimedi. Dall'elisir di zenzero, cannella dopo i pasti principali, al

ricostituente mattutino: i chiodi di garofano. La disfunzione come sintomo di uno squilibrio. Ibn al-Jazzar (898-980) medico tunisino, costituisce la fonte delle ricette di Costantino: lo zenzero era il rimedio ideale come afrodisiaco, nell'impotenza: Al-Tifashi, al Cairo nel tredicesimo secolo, raccomandava cannella, chiodi di garofano, zenzero e cardamomo.

### **Bibliografia**

*“Chaucer’s Cursed Monk, Constantinus Africanus”, Medieval Studies 24 (1962), 127-40*  
*Enrique Montero Cartelle, Constantini Liber de coitu, Santiago de Compostella: Universidad de Santiago de Compostella, 1983*  
*Danielle Jacquart et Claude Thomasset, Sexualité et savoir médical au Moyen Age, Paris: Presse Universitaires de France, 1985*  
*Beryl Rowland, ed. Medieval Woman’s Guide to Health, Kent: Kent State University Press, 1981*

**L’infertilità di coppia** colpisce il 15-20% delle coppie nei paesi industrializzati.

La percentuale varia in base all’età:

30-34 anni: 28,5% (2 coppie su 7)

35-39 anni: 40% (2 coppie su 5)

40-44 anni: 50% (2 coppie su 4)

(Dati OMS)

**L’infertilità femminile** incide per circa il 50%, gravata dal “fattore età”, di donne che ricercano il primo figlio dopo i 40-44 anni.

Le principali cause sono i disordini ovulatori o le patologie dell’apparato riproduttivo (inclusa l’endometriosi), lo stile di vita e abitudini sbagliate (fumo, inquinamento, alimentazione).

**L’infertilità maschile** incide per il 30%, uno dei motivi l’impotenza meccanica.

Il dato è inversamente proporzionale all’impiego delle spezie.

*“Rari oli essenziali, eresie di profumi. Giardino di melograni con cannella”. (Cantico dei Cantici)*

### **■ PUNICA GRANATUM (MELOGRANO)**

Punicacea

Originario della zona che va dall’Iran all’Himalaya. Presente nel Caucaso e nella macchia mediterranea.

**Tempo balsamico: autunno.**

Il nome deriva dalla regione geografica costiera della Tunisia e relativa popolazione: i Fenici, che la colonizzarono nel VI sec. a.C.

### **Storia**

*“Il frutto vermiglio della melagrana allude all’immagine della Grande Madre che genera il cosmo o al simbolo dei divini misteri che San Giovanni della Croce fa balenare nella caverna dove l’Amato e l’Amata dolcemente si accarezzano” (Cantico dei Cantici).*

Augurio di prosperità e fecondità: un grano rosso per ogni amico, un grano imporporato come il volto dell’Amata alla quale l’Amato *“attraverso il tuo velo la tua gota è come uno spicchio di melagrana”*. *“La melagrana si apre e lascia venire cento figli” (Vietnam)*, i Romani ne ornavano il capo delle spose con rametti della pianta, per augurare loro gli attesi frutti.

I grani color rubino sono figura dell’unione degli accademici, pigliandosi tali pomi per simbolo di un popolo, collegio o d’una compagnia di molte genti congregate in un luogo. Giunone, conservatrice, presidente delli Regni, *“e pingevasi con un melo granato in una mano, come conservatrice dell’unione dei popoli”*.

Giunone è la Grande Madre, raffigurata anche in forma di vaso che contiene tutto ciò che na-

sce e riprende tutto ciò che muore.

*“C’era una volta una roccia di nome Agdos che aveva assunto la forma della Grande Madre. Su di essa si era addormentato Zeus. Mentre dormiva, il suo seme cadde sulla roccia che, fecondata, partorì al decimo mese un essere androgino, selvaggio e indomabile che i Greci chiamarono anche Cibale. Soltanto Dionisio ebbe il coraggio di domarlo, evirandolo. Colò un fiotto di sangue nella terra donde spuntò il melograno con il frutto che avrebbe fecondato la principessa Nana, generandole Attis. La Grande Madre che genera il mondo visibile attraverso il figlio-Attis è l’emblema dell’incarnazione del Divino nel cosmo”.*

Le profonde caverne sono i misteri sublimi della sapienza divina nascosti in Cristo: l’unione ipostatica della natura umana con il verbo divino, la relazione che esiste fra questa e l’unione degli uomini con Dio, l’armonia fra la giustizia e la misericordia divina, in rapporto alla salvezza. Misteri ben celati, come le caverne simboliche. In essi *“l’anima non può penetrare se prima non passa attraverso le massime sofferenze esterne e interne e non riceve da Dio molte altre grazie intellettuali e sensitive, e non compie in esse un lungo cammino spirituale”.*

Ogni mistero divino è simboleggiato da una melagrana. Il succo è quel che l’anima riceve dalla conoscenza. Un altro simbolo lo hanno colto i primi Padri: è la Chiesa che contiene in una sola buccia un gran numero di grani, ovvero riunisce in una sola fede popoli e culture e tradizioni diverse.

Nelle rappresentazioni della Vergine dalla melagrana sopravvive l’antico simbolismo precristiano. Nel museo di Cluny, una scultura medioevale raffigura una Madonna seduta su un trono che abbraccia con la destra il Bambin Gesù e con la sinistra offre una melagrana.

“La Vierge ouvrante”, un armadietto a due ante, che, aperte rivelano nel petto, una colonna regge un Cristo crocifisso che il Padre, seduto nel grembo della Vergine, sta sostenendo con le mani poste alle due estremità del braccio orizzontale. Dio-Padre e Dio-Figlio.

La Grande Madre è Colei che crea, nutre e dispensa sapienza attraverso il figlio. La Madonna è interiormente fecondata dalla Deità che abita nel suo cuore, la vivifica, rendendola strumento della Redenzione.

Mito di passaggio: l’inverno.

Inanna dei Sumeri, Persefone e Psiche dei Greci.

Eroine che trasformano l’oscurità in saggezza, abbandonando il proprio ego.

### **I principi attivi**

Alcaloidi (pellegrina nella radice).

Fitoestrogeni (estrose, estradiolo, daidzina, genistina, daidzeina, genisteina e cumestrololo, (nei semi).

Fenoli: delfinidin 3-glucoside, delfinidin 3,5-glucoside, cianidin 3-glucoside, cianidin 3,5-diglucoside, cianidin 3-glucosio, pelargonidin, delfinidin, cianidin 3,5-diglucoside.

Acido ellagico, depside (tannino idrolizzabile la cui molecola deriva dalla condensazione di più unità elementari di acido gallico).

### **Indicazioni**

L’attività anticancerogena dell’acido ellagico si esplica nella fase iniziale del processo.

Ha un’azione preventiva dell’arteriosclerosi, antibatterica. Inibisce la formazione del legame tra sostanze cancerogene e DNA, attraverso un legame diretto. Stimola l’attività dell’enzima glutatione-S-transferasi (GST), nel fegato. Stimola l’enzima glutatione riduttasi, nel fegato. Inibisce i danni da ossidazione lipidica, indotta dai radicali liberi.

Disattiva i metaboliti reattivi della carcinogenesi.

Il “melo di Cartagine” è prescritto nell’antica grecia come antielmintico, antinfiammatorio e per combattere casi di diarrea cronica.

La ricerca sperimentale ha convalidato proprietà tradizionali.

## ■ ZINGIBER OFFICINALE (ZENZERO)

Zingiberacea.

Pianta erbacea perenne originaria dell'Estremo Oriente, coltivata in tutta la fascia tropicale e subtropicale. Arriva ad un metro di altezza.

### **Tempo balsamico: gennaio**

Si utilizza il rizoma, carnoso.

Dall'indiano *zingibil* o dall'arabo *zinol-schabil*, radice.

### **Storia**

Coltivato in Africa dove fu importato dai portoghesi e in Giamaica. Arrivò in Europa grazie agli Spagnoli nel XVI secolo.

In Senegal le Donne se ne fanno cinture per risvegliare i sensi del loro sposi.

Dall'antico Egitto era base dei massaggi afrodisiaci praticato dai coniugi

*“in un bicchierino di olio, mescolare zenzero, chiodi di garofano, salvia, timo e foglie di noce. Spalmare lungo la colonna vertebrale partendo dal coccige fino alla cervicale. Susciterà reazioni erotiche imprevedibili, profonde e prolungate che porteranno ad una completa soddisfazione dei sensi. Il massaggio è reciproco, in stanza accogliente, con luce soffusa”.* *“Importata dalla barbaria”* (Galeno)

*“Commendevole negli orbi e costumarsi di mangiare nei condimenti”* (Mattoli).

Ildegarda di Bingen (1098-1179) lo usava contro la peste e lo suggeriva ai marinai per prevenire lo scorbuto. In Inghilterra per produrre il pan di zenzero (*ginger bread*).

In Giappone per il *gari*, sottaceto per il sushi e come pickle (sottaceto agrodolce) nelle bevande analcoliche. In bevande analcoliche (*ginger ale*, *ginger berer*)

Utilizzato nella dolceria fiorentina medievale (6° novella dell'8° giornata del Decamerone).

*“...per incantare la Persona dei Sogni...”*

### **Per il Chai, la ricetta:**

*due tazze di latte,*

*una tazza d'acqua,*

*the nero,*

*4 baccelli di cardamomo,*

*mezza stecca di cannella di goia,*

*zenzero fresco*

*qualche seme di anice,*

*chiodi di garofano,*

*zucchero scuro*

*In un pentolino cardamomo (baccello aperto) e le spezie dopo due minuti aggiungere due cucchiaini di tè, all'inizio del sobbollire aggiungere latte e zucchero per 15 minuti....*

### **I principi attivi**

Olio essenziale (zingiberene).

Zingerone antibiotico su *Escherichia Coli*.

Gingeroli, carminato.

Shogaoli (sapore pungente).

### **Indicazioni**

Stomachico ha azione antinausea (mal di mare, gravidanza, chemioterapia cisplatino), antiemetico, antipiretico, antinfiammatorio nell'artrite. Abbassa il colesterolo.

## ■ CINNAMOMUM ZEYLANICUM NEES (CANNELLA DI CEYLON)

Lauracea

Cannella Regia o di Ceylon

La “cannella cassia” è invece ricavata da un albero cinese dalle foglie color verde scuro e d’aspetto ceroso, viene dalle montagnose dell’Indocina e ha un sapore meno delicato, lassativo per i bambini.

**Tempo balsamico: la raccolta dei fusti avviene a cominciare dal quarto anno della pianta, quando essa è “in sugo” (momento della maggior ricchezza di linfa).**

Dall’Ebraico *Kinnamon* e dall’Indiano *hamama*=odoroso.

È la corteccia interna dei nuovi germogli, che si utilizzano ogni due anni.

Originaria delle regioni calde dell’Asia. Vi appartengono varie specie, fra cui quella che gli Ebrei chiamavano *ginnamon* e i Romani *cinnamomum*, proveniente da Ceylon e dalle coste dell’India.

Per noi cannella regina o di Ceylon. Si presenta in sottili stecche giallo-brune, chiare e arrotolate su se stesse.

### Storia

Il suo nome, usato dall’inizio del XII secolo, deriva dal latino “canna” per la forma. Ogni parte della pianta è aromatica: le foglie strofinate emanano un profumo di violacciocca, la mandorla del frutto fornisce un olio essenziale, detto “cera di cannella”.

“Verso mezzogiorno, l’ultima delle terre abitate l’Arabia che sola fra tutte le terre, produce incenso, mirra, cassia, cinnamomo e ladano...”. (Erodoto)

”Nel luogo dove fu allevato Dioniso grandi volatili trasportano questi fruscelli che noi chiamiamo cinnamomo per averlo appreso dai Fenici: li trasportano per i loro nidi che sono fatti di fango a ridosso di monti scoscesi, dove un uomo non può salire”.

“Gli abitanti dei paesi del cinnamomo sostengono che esiste anche un uccello chiamato cinnamomo e porta da un luogo sconosciuto qualche ramo per fare il nido”. (Aristotele).

Teofrasto distingue fra cinnamomo e cassia, spiegando che erano entrambi arbusti poco alti, legnosi, da cui veniva tagliata la corteccia: “la cassia aveva però una corteccia più fibrosa, meno facile da staccare, sicché si procedeva, alla seguente operazione: si dividevano i ramoscelli in segmenti lunghi due dita o poco più, e li si cucina in una pelle di animale fresca. Da questa pelle e dal legno in putrefazione nascono dei vermi che divorano le parti legnosi, ma non intaccano la corteccia a causa dell’amarezza”.

### I principi attivi

Olio essenziale: 4%

Aldeide cinnamica 65-75%, Eugenolo 10%, Saffrolo, Monoterpeni, Sesquiterpeni, 2 eptanone (methyl-n. Amylketone).

### Indicazioni

Battericida (bacillo di Eberth, tifoide). Ha attività emmenagoga, digestiva, tonica, carminativa, stimolante: il centro vasomotore, il ritmo cardiaco, la frequenza respiratoria e la motilità intestinale. È antisettica e afrodisiaca.

### Bibliografia

M.Grandi, L.Roselli, S. Gaudenzi, A.Congiu Castellano, P.Grimaldi, L. Di Giambattista, S. Belardinelli, D. Pozzi, G. Martinengo *L’accompagnement par les plantes dans le voyage entre les vies, Phytothérapie n. 5, Springer 2007*

*La cartografia delle spezie*

*Cancro: l'alleanza terapeutica. Percorsi di cura tra natura e scienza.  
Curare il diabete con le piante medicinali*

### ■ SYZYGIUM AROMATICUM, EUGENIA CARYOPHYLLATA (CHIODI DI GAROFANO)

Myrtacea

Albero sempre verde di 10 mt, cresce spontaneamente nelle Molucche, Antille, Madagascar, Indonesia.

La spezia (chiodi di garofano) è costituita dai boccioli floreali essiccati.

**Tempo balsamico: estate.**

Il nome Eugenia, da Eugenio di Savoia (1663-1736).

#### **Storia**

In Cina 2.200 anni fa era profumo e medicamento.

Arrivò in Occidente nel XVIII secolo a.C., attraverso la via dell'incenso.

In Italia nel *vin brulé*.

#### **I principi attivi**

Olio essenziale dei fiori:

Eugenolo 70-90%,

Eugenil-acetato 2-15%,

Caryophillene beta 2-7%,

Humulene alpha 1.5%,

Caryophillene ossido 1.8%.

#### **Indicazioni**

Inibisce la sintesi prostglandine, le cox-2, la degranolazione dei macrofagi, la chemiotassi dei leucociti.

### ■ Elettaria Cardamomum (CARDAMOMO)

Zingiberacea

In Hindi, Elaichi di Chloti.

Pianta tropicale che cresce nelle foreste in Iran, India, Malesia, nei 500 e 1.500 metri con capsula, baccello che contiene i semi.

**Raccolto, solo a mano, tra agosto e febbraio.**

#### **Storia**

Per allontanare, negli ambienti, l'invidia. Prima di un incontro "affettivo", per sorprendere il partner. Pianta magica per l'Amore puro. Anche in cucina.

Dal sapore di limone. I Greci e i Romani lo usavano nelle profumerie e pasticcerie.

Fa parte di piatti orientali il "byrani", nel caffè e cioccolata.

*"I semi macinati aggiungi alle torte di mele ne fanno una splendida torta d'Amore".*

In Iran, India, Tibet, Cina per le infezioni e le artrosi, la digestione.

Nel Papiro Ebers (1550 a.C.) ne è descritta l'attività terapeutica.

Afrodisiaco, il suo nome è "semi del paradiso".

La ricetta per aumentare il piacere: due cucchiaini di semi in un bicchiere di vino brulé o in una tazza di tè, per rapide pozioni.

In Brasile, pianta sacra, nei bagni dell'Umbande.

È il rito d'amore con *Orixa Aji Thossu* o "*Loa voodoo Erzulie*", il mercoledì, venerdì, sabato e domenica.

**I principi attivi**

Olio essenziale, Terpinolene, Geraniolo, Mircene, Sabinene, Limonene, Borneolo, Terpinolo.

**La ricetta**

*Grani di cardamomo*

*miele*

*grappa*

*caffè*

*a digiuno, durante le prime luce del giorno.*

*...versare in una ciotola grappa, macerare i semi e miele, lasciare per tre notti all'aperto sotto l'influenza della luna crescente. Alla fine, rimuovere i grani dalla grappa e metterli nel caffè, bevendolo con il proprio partner...*

Conosciuto dai Romani per produrre profumo. La spezia più cara dopo zafferano e vaniglia.

**Bibliografia**

*M. Grandi, La rotta delle resine, 2019*



## apeiron

Combretum e opoponaco indicati per favorire le naturali difese dell'organismo e per il miglioramento della funzione digestiva ed epatobiliare. Nelle epatiti.

**Combretum micranthum G. Don (Combretto)** foglie, estratto acquoso al 20%,  
**Opoponax Chironium Koch. (Opoponaco)** resina.

Il nome deriva:  
dal greco **àpeiron** a (non) *peirar* (limite)  
dall'accadico *eperu*, terra  
dal biblico *afar*

Il principio illimitato per grandezza e indefinito per la qualità, da cui tutto deriva. (Anassimandro di Mileto)

Il procedimento estrattivo (brevettato) ottimizza il tenore in principi attivi rispetto all'infusione tradizionale, migliorando la compliance nell'assunzione.

### ■ COMBRETUM MICRANTHUM (COMBRETTO)

Combretacea  
dell'Ovest Africa (Senegal, Gambia, Bauma, Togo)  
Kinkeliba (fr.) wolof – duté, sexeo, pulaar tall  
Arbusto spontaneo, con 600 specie (alberi e liane), moltissimi utilizzati nella medicina africana.  
Parte utilizzata: le foglie.

Presente nella Farmacopea: Francia, Guinea, Guinea Portoghese, Costa d'Avorio, Giappone, Nigeria, Senegal, Svizzera, Cambogia, Italia.

### **Storia**

Le foglie hanno impiego tradizionale come diuretico ed epatoprotettore (flavonoidi), colagogo (zuccheri), antinfiammatorio (flavonoidi).

Hepatisane, nella cura dell'epatite, è il rimedio tradizionale.

Diuretico, antidiarroico, colagogo, antimalarico, epatoprotettore, antiparassitario.

### **I principi attivi**

Alcaloidi (idrossistacidrina, stacidrina).

Colina.

Desossizuccheri (Myricetin - 3 - o - glucoside, Myricetin - 3 - o - rutoside).

Acido gallico, rutina tridiato, catechina, acido benzoico

Saponine.

Fitosterine.

Flavoni (arancio - rosso).

Flavonoidi (rosso - cremisi).

Flavononi (magenta).

Vitexina - Isovitexina.

Triterpeni.

Acido berbico e idrossimberbico.

In studi *in vitro*

Antibatterico, antivirale,

su ceppi di Plasmodium, Streptococchi, Stafilococchi (Stafilococco Aureus), Escherichia, Plasmodium, HIV, HSV.

### **■ OPOPONAX CHIRONIUM (KOCH) (OPOPONACO)**

Apiacea (ombrellifera)

Origina da una Peucedanum persiano.

Pianta ombrellifera, spontanea dell'Europa meridionale, di provenienza asiatica. Bellissimi fiori gialli, alta fino a 3 metri.

Presente in Iran, Italia, Grecia, Turchia, Somalia, si trova nei giardini.

Nella Farmacopea: Francia, India, Giappone, Italia, Pakistan.

Produce una gommoresina delle grosse lacrime, rossiccia, a forma di un grano di caffè di pistacchio, dall'odore forte, come quello della mirra, dal sapore acre e amaro.

Conosciuta come mirra dolce (aroma dolce), mirra bisabolo (bdellium), olio profumato, tipico delle biblioteche antiche.

Da Opos - succo, panax - pianta

*Laser Pitium Chronium L, Pastinaca Opoponax, Opopanax Hispidium Crisab*

*Potere di risveglio e mobilitazione di forza interiore per affermare l'io, l'identità geneticamente profonde e psicologicamente inalienabile. La Resilienza.*

(Secondo l'arte dei profumieri o il linguaggio dei Profumi)

**Storia**

Ottenuta anche dalle Bursaracee (*Commiphora* Guidotti), un tempo attribuita a *Commiphora erythraea* (*Hemprichia Erythraea*) e *Commiphora glabrescens*, che costituivano la principale fonte di resina dell'antichità (Antico Egitto) e nel periodo classico, la "mirra profumata" di Plinio, usata per l'imbalsamazione e come incenso. La differenza sarebbe nel luogo di provenienza. (Wild)

Le Resine, essudando dal tronco, si rapprendono e cristallizzando, danno origine a granuli vetrosi aromatici (bdellium). La raccolta avviene due settimane dopo l'incisione e solo durante i (due) periodi di siccità. Bassissima la resa: un uomo in una giornata ne raccoglie una conchiglia. rarissima e carissima.

Le Burserace (*Giachino Burser* 1583-1630), sono originarie di una zona a noi vicina, privilegiata, a orientamento religioso e sacro, la Mesopotamia e l'America Latina, nei territori Incaici e Aztechi.

In genere *Bursera* e *Commiphora*, comparata con l'RNA, hanno mostrato una vicinanza filogenetica.

Il genere *Commiphora* (Weeks e Simpson) ha 190 specie, 150 africane.

*Da Commifora Khomm* = gomme phorein = portare, per le resine consistenti: solide, usate per vernici e lacche.

**Balsami**

Resine fenoliche caratterizzate da acidi aromatici (benzoico o cinnamico).

Resine terpeniche, meno fluide delle oleoresine, consistenza viscosa, sapore pungente e odore gradevole.

Oleoresine: resine terpeniche fluide, con elevato rapporto tra terpeni volatili (oli essenziali) e non volatili, simili ai balsami, ma più fluide.

Gommoresine: essudati contenenti gomme e resine (es. mirra)

Nei Profumi è la base di:

"Attitude Homme", di Giorgio Armani

"Burberry London", di Burberry

"Flower", di Kenzo

"Opium", di Yves Saint Laurent

"Shalimar", di Guerlain

"Oscar", di Oscar de la Renta

"Interlude Woman", di United Color of Benetton

"Senso", di Ungaro

"Naomi", di Naomi Campbell.

**Bibliografia**

*Giancarlo Menotti, Reform Italia 2010*

*Chemistry of Pharmacology of Kinkelibe, a west African Medicinal Plant*

*Paolo Viganò, Dino Ferre, Genova, Istituto Farmacologia Università Milano*

*In studi clinici – Epatoprotettore sui Malati di ittero (HBV) e AIDS.*

*Ospedale Fatebenefratelli: Saint Jean de Dieu di Tanguiete (Benin), Afagnan (Togo)*