

Il miele: dolcificante e rimedio naturale e sano



Dai tempi antichi il miele è stato usato come "medicina" per i disturbi comuni così come per aromatizzare e dolcificare vari cibi e bevande.

Oltre 350 letture di Edgar Cayce menzionano il miele come parte di una dieta salutare, raccomandandolo come dolcificante; in certe formule per irritazioni della gola, tosse o come espettorante; in due letture anche come impacco. Le informazioni seguenti riassumono le indicazioni di Cayce sull'uso del miele.

Soddisfare il nostro debole per i dolci

Le letture sono molto precise riguardo al migliore elemento dietetico adatto ad aiutarci ad affrontare la nostra voglia di dolci. Questi stralci selezionati ci danno un'idea coerente delle raccomandazioni:

D: *Che tipo di dolci può essere consumato dal corpo?*

R: *Il miele, specialmente nel favo, oppure confettura fatta con zucchero di barbabietola invece che di canna. Non una quantità troppo grande di questi, naturalmente, ma le forze nei dolci per produrre l'attività giusta attraverso l'azione dei flussi gastrici sono tanto necessarie quanto costruire il corpo; poiché queste costruiscono il corpo producendo la giusta fermentazione (se così si può chiamare) nelle attività digestive. Perciò due o tre volte la settimana il miele sul pane o il contenuto energetico fornirebbe ciò che è necessario a tutto il sistema. (808-3)*

Una volta al giorno, di prima mattina, mangia un cucchiaino di miele (un cucchiaino, non un cucchiaio) e non ci sarà così tanto desiderio di altri dolci. (2153-4)

Se desideri un dolcificante [nel caffè], usa il miele o la saccarina. (2472-1)

... solo il miele nel favo, o il favo con il miele – capisci? Questo è molto meglio di quello che è centrifugato o filtrato o prodotto in modo diverso dai modi della natura. (255-10)

D: *Al corpo il miele non piace. Come può soddisfare la voglia di dolci?*

R: *Allora usa quei dolci che non sono fatti di zucchero di canna; dolci di frutta o zucchero d'acero – ma che non contenga zucchero di canna. (1206-10)*

D: Come si può superare un fortissimo desiderio di dolci di tanto in tanto?

R: Semplicemente trattieniti dal prendervi parte! Naturalmente, se lo si desidera, può essere soddisfatto con il miele.” (1309-4)

Come si nota in alcuni dei passi sopramenzionati, oltre ad essere consumato in moderazione o sporadicamente, il miele viene anche mangiato con il favo. Ecco alcune spiegazioni:

... bada bene che ci sia il favo nella maggior parte di ciò che mangi; poiché questo ... aiuterà ad avere una migliore purificazione attraverso il tubo digerente, perché agisce come un aiuto per condizioni migliori e non disturberà il pancreas e le reni ... (569-25)

Quanto al miele e al favo ... una porzione di questo appartiene alla stessa natura cellulare. Si possono consumare impunemente piccole quantità, ma la parte più grande di questo dovrebbe essere il favo fatto di trifoglio e grano saraceno, piuttosto che di fiori o erba, capisci? Cioè fa' in modo che il favo che usi provenga dall'alveare che abbia anche questa parte grazie alla cura dell'ape che l'ha fatto. (953-21)

Secondo le letture il miele è raccomandato come una guarnizione dolce – a volte insieme con il burro – per biscotti di riso o orzo, fette biscottate, pane da toast di grano integrale, cialde o tortine, torte di grano saraceno o mais e per dolcificare i cereali (frumento integrale, grano integrale, cereali bolliti), avena tagliata con l'acciaio (bollita), pane di mais, bevande di cereali, caffè e Ovomaltina.

Diverse letture menzionano di fare torte ed altra pasticceria “parzialmente con il miele” (2276-3), dato che questi dolci a base di miele “agiranno con le forze digestive nel sistema molto meglio dei dolci a base di mais o canna.” (318-6)



Altri usi

Il miele viene menzionato come ingrediente in oltre 100 ricette, la maggior parte delle quali è connessa con la respirazione. Visto che queste ricette furono fornite per individui specifici, oggi giorno esse non sono generalmente disponibili sul mercato. Un'eccezione è lo sciroppo di Cayce per la tosse (“Cayce Cough Syrup”). In questa ricetta il ruolo del miele come “veicolo” è di dare “una reazione normale ai succhi gastrici dello stomaco e all'intestino” (1019-1) e, insieme con l'acqua, “produce ciò che può essere assimilato dal sistema.” (404-4)

Come bevanda da consumare prima d'andare a letto (menzionata in oltre 10 letture), “se c'è la tendenza all'insonnia” (2050-1), il miele (un cucchiaino) mescolato in una tazza di latte abbastanza caldo da far

sciogliere il miele crudo e bevuto da 20 a 30 minuti prima di andare a letto "fornirà un riposo molto migliore per il corpo." (337-26)

Due letture menzionano il miele applicato come impiastro. Un uomo di 53 anni soffriva di dolori per un'infezione alla mano e al braccio, ma non conosceva la causa dell'infezione. La sua lettura, 348-22, affermò che una spina era conficcata nella pelle e raccomandò un ammollo di dieci minuti "in acqua più calda possibile ... Poi spalma su tutte le parti gonfie il favo contenente il miele come impiastro." In seguito la lettura sostenne che l'effetto spurgante del miele avrebbe eliminato l'infezione. Per questa applicazione forse ci sarebbero volute da una a quattro ore per localizzare l'infezione. La scheggia fu trovata e alla fine estratta.

Una donna venticinquenne che soffriva di nervosismo, congestione polmonare e dolori di stomaco e di schiena doveva ricevere un impacco con il miele a giorni alterni, dello spessore di 0,63 cm a 1,26 cm. Doveva usare il miele con il favo, mettendolo fra due garze ed applicarlo sulla sua area sacrale e coccigea (263-6). Alla fine si sottomise ad un'operazione chirurgica addominale per correggere le complicazioni causate dalla nascita del figlio.

Che soddisfi la nostra voglia di dolci, migliori le ricette respiratorie, ci aiuti a dormire meglio o che elimini il dolore e le infezioni, il miele resta una sostanza innocua compatibile con la digestione del nostro corpo. Per un ragazzino di 11 anni le sue proprietà costruttive per il corpo avrebbero fornito "energie che vanno bene per un corpo in crescita e nello sviluppo." (1188-11) Il miele è decisamente la scelta migliore per un dolcificante più naturale e sano.

True Health, primavera 2011

Disclaimer: Il contenuto di questa sezione è soltanto informazione e non dovrebbe essere considerato come guida all'auto-diagnosi o all'auto-trattamento. Per ogni problema medico consultate un medico.