L’argilla verde, la terra che cura.

Anni fa, chiacchierando tra amici con la mia stessa passione per le cure naturali, mi fu proposta l’**argilla verde ventilata** per risolvere un malessere del momento. Li per li la cosa mi sorprese e non poco, soprattutto perché il mio fastidioso disturbo era allo stomaco. Fino ad allora consideravo l’argilla solo un prodotto idoneo alla creazione di ceramiche. Mai avrei pensavo a quanto fosse stato benefico il suo uso in tempi in cui, le tante medicine che oggi usiamo e di cui talvolta abusiamo, non erano così presenti.

I nostri problemi di salute trovano frequente rimedio nelle pratiche antiche che oggi spesso vengono trascurate a causa dei ritmi veloci della nostra vita. Perché mai non prestare la giusta attenzione nel rivalutare i loro usi? Riuscire a vincere la pigrizia che spesso ci porta ad inghiottire la pillola del momento, ci permette di non intossicarci con rimedi che spesso possono essere sostituiti da una buona alimentazione, da una regolare attività fisica, e dal contatto con la natura e con i suoi prodotti.

Ebbene, oggi vi darò qualche utile informazione sugli usi terapeutici dell’argilla, una preziosa sostanza facilmente reperibile nei negozi di prodotti naturali.

Argilla verde ventilata

L’argilla è un minerale costituito da particelle ricche di elementi quali il silicio, l’alluminio, il magnesio, il ferro e il potassio. Un **materiale in grado di assorbire la radioattività di un organismo contaminato** (fonte Le Scienze 1989 – Prof. Giorgio Fusconi). Sulla Terra ce ne sono di diverse tipologie, differenti per composizione e provenienza. La più indicata per gli usi terapeutici è l’argilla verde ventilata. Già ai tempi degli antichi Egizi era conosciuta quale componente fondamentale di preparati per la cura di ulcere e artriti. In Grecia Ippocrate, luminare della medicina dei tempi, la usava per alleviare i dolori.

Le testimonianze negli archivi storici ne documentano gli innumerevoli usi che hanno trovato continuità fino ai nostri tempi. Cito solo alcuni casi. Durante la grande guerra, all’inizio del XX secolo, il Dott. Jean Valnet ufficiale dell’esercito francese, la utilizzava nella prevenzione dei disturbi intestinali delle truppe; una sperimentazione che poi ha documentato attraverso i suoi scritti di Medicina Naturale.

Ne “La cura della natura” Ghandi, oltre all’utilizzo personale, prescriveva l’uso dell’argilla in caso di stitichezza, mal di testa, ascessi e punture di insetti. Alla base dei suoi studi la concezione della filosofia induista secondo la quale l’uomo, composto da ‘terra, acqua, aria e sole’, deve trarre in nome del proprio benessere, beneficio e cura da essi.

L’argilloterapia. Gli impieghi e gli usi terapeutici.

L’argilla ha molti effetti benefici sulla nostra salute grazie all’azione delle sostanze di cui è composta. Una terra curativa che trova utilizzo sia per uso interno che per uso esterno. La più adatta è quella verde ventilata.

- **Gel di argilla per uso interno**

Grazie alla sua azione assorbente e remineralizzante il gel di argilla, agendo sulle pareti dell’apparato digerente, è un **efficace coadiuvante nei trattamenti di acidità e bruciori di stomaco**. Inoltre, depurando l’organismo elimina le tossine. Si prepara preferibilmente usando un bicchiere di acqua oligominerale, o comunque sia, priva di cloro.

Con l’ausilio di *strumenti di legno e mai di metallo*, si mescolano nell’acqua 2 cucchiai di argilla. Il composto così ottenuto va fatto riposare per almeno 12 ore. Passato questo tempo otterremo, oltre al deposito che rimarrà sul fondo del bicchiere, un’acqua sospesa in superfice, o meglio un gel di argilla pronto da bere. Se lo prepariamo alla sera, alla mattina avremo pronta per l’uso la nostra terapia la cui assunzione è consigliata per circa due mesi consecutivi.

Gel di argilla verde ventilata per uso interno

- **Pasta di argilla per uso esterno**

Sin dai tempi antichi è riconosciuta la sua capacità energizzante e disinfiammante. Per questi motivi viene utilizzata per **patologie legate alle ossa e alla pelle**. Basti pensare alle riconosciute proprietà curative della fangoterapia da sempre applicata negli stabilimenti termali in caso di artrosi e reumatismi.

Per preparare la pasta è sufficiente mettere per ogni 4 cucchiai di argilla 3 cucchiai d'acqua; quindi mescolare con un cucchiaio di legno, e ricoprire con ulteriore acqua. Dopo qualche ora, una volta assorbita, otterremo una pasta dalla consistenza morbida, **ideale per impacchi in caso di**

contusioni, fratture e distorsioni.

Aggiungendo del buon olio di oliva possiamo ottenere un composto utile per la cura di **escoriazioni, rossori e dermatiti**. Per una maschera rivitalizzante per la pelle unire un cucchiaio di yogurt e applicare per 15 minuti. Una volta passato il tempo, risciacquare tenendo gli occhi ben chiusi. Il potere assorbente dell'argilla eliminerà le tossine togliendo ogni impurità.

L'argilla, una terra curativa dalle mille proprietà!

Pasta di argilla per uso esterno

Fonte: Argilla, preziosa medicina naturale viva. – E. Patti P. Maggioni