

# acqua e igiene

Visite: 7263



Sesto al simposio della sera parla dei curandero scalzi della Cina rurale, poi invita Taras a narrare la sua esperienza di curandero gitano nella Tuscia (centro Italia); egli inizia dal mito della prima medicina dell'India, quando, per curare l'indigestione (la prima malattia), causata da eccesso o carenza di aria/vento negli intestini (come il suolo costipato o la civiltà in corto circuito).

(*articolo: bere acqua*) (*quartine in versi*) (*idroterapia Kneipp*)

**Costipazione** significa passaggio ostruito, stitichezza significa ritardo del passaggio delle feci: quando l'intestino è ostruito, è facile che diventi una cloaca che produce acidità, mal di testa e indigestione, avviando una soluzione a base di respiro affannoso e poi febbre: il Corpo sottrae acqua dai tessuti, così scarsi succhi gastrici portano alla costipazione, e alla propagazione di molti germi infettivi delle feci. Gli organi interni più vulnerabili sono tra stomaco e intestini, il 90% delle malattie viene dalla loro anormalità: quando nel colon, la materia fecale decade e si decompone rapidamente (putrefazione), abbiamo la diarrea. Il colon ostruito è vivaio di malattie e germi che, non trovando una via di uscita, avvelenano il sangue (setticemia), poi infettano fegato ed altri organi; l'organismo cede e appare la febbre. Vi sono anche altre situazioni in cui delle tossine, che circolano nel sangue, vanno nelle giunture, un esempio è la Gotta da eccesso di carne, il corpo si abitua alla sostanza per cui il consumatore aumenta la dose stabilendo una rapporto di dipendenza con essa che, se interrotto, può recar squilibrio e dolore (crisi di astinenza). La carne in eccesso cristallizza l'acido urico che si deposita nelle giunture, alluci, polsi, caviglie e ginocchia e, di notte, questi cristalli simili a punte di spine, creano sofferenza negli attacchi di gotta, gonfiano dolenti o danno febbre e malessere per più giorni. L'attacco viene e va e, se diviene cronico, diventa artrite.

**ACQUA Calda**, assieme a locale dieta fresca e leggera, più semplici esercizi di scioglimento, stretching delle giunture, pavanmukta asana, qigong, camminate, etc, sono ottimi aiuti e medicine. Ganesha, il dio-elefante di Africa e suddest Asia, conobbe la prima malattia umana.. così indicò la via per la cura: egli guidò gli umani a una sorgente di acqua calda, e mostro loro la terapia, giacchè, ogni digestione ha luogo in essa (calore del num, qi). I nostri antenati furono curati e iniziarono a tramandare tale arte medica. Acqua fredda calma i battiti troppo veloci del cuore; Acqua tiepida stimola l'azione del cuore, mentre, una tazza di Acqua calda (prima di ebollire), mattina e sera, preserva la salute. Acqua fresca è cibo;

acqua calda è medicina, essa vince l'indigestione e sciacqua la bocca. Acqua calda alla notte, pulisce gli intestini, scioglie le mucose ed espande le membrane. Acqua ha memoria, è la base della vita, così, la scarsità di acqua rende il corpo malato poichè la spazzatura resta dentro il corpo e l'anima, nei reni ed intestino, dando spazio alla tristezza e al malumore. I Reni sono il filtro per eccellenza, quando v'è un super lavoro alimentare, a causa di troppo o cattivo cibo, alterano la loro funzionalità con ripercussioni su altri organi e ghiandole. L'acqua tiepida scioglie il Cerume (tampone giallo-bruno prodotto da ghiandole cutanee) nelle orecchie: con siringa senz'ago, Taras spruzza dolcemente acqua tiepida all'interno del condotto audio. Se l'orecchio viene invaso d'acqua (mare, lago), inclinalo verso terra, appoggia una mano a conchiglia e percuoti con le dita. un dolore all'orecchio esterno rivela di solito un disagio o fastidio; all'orecchio medio rivela un raffreddore, mentre quando è purulento rivela possibile infezione; sbalzi di altitudine possono creare una depressione nelle tuba di Eustachio, Taras allora dice di masticare una gomma, o succhiare un pezzo di zenzero o caramella.

Tra i disinfettanti attuali, Taras usa anche l'**Acqua Ossigenata** (perossido di idrogeno, H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>), sintetizzata a fine '800 da Louis Jacques Thénard, e oggi preparata in laboratorio facendo reagire perossido di bario e acido solforico ( $\text{BaO}_2 + \text{H}_2\text{SO}_4 \rightarrow \text{BaSO}_4 + \text{H}_2\text{O}_2$ ); a temperatura ambiente è acqua incolore, corrosiva, ed emana un tipico odore pungente, così viene spesso usata in soluzione acquosa. Diluita dal 3% al 6% (in 20 volumi), viene usata come disinfettante di escoriazioni, ferite ed ulcere, evitando che venga a contatto con pelle sana ed occhi, ed evitando (per incompatibilità) la commistione con preparati contenenti ioduro o potassio permanganato. L'acqua ossigenata disinfetta per due motivi, primo agisce come ossidante, denaturando le proteine; dall'altra la formazione di bollicine (ossigeno) pulisce la ferita eliminando eventuali batteri annidati al suo interno, tuttavia può dare irritazione e dolore: le bollicine che si formano al momento del contatto nascono per l'enzima catalasi che scinde il preparato liberando ossigeno, ciò comporta che la parte necrotizzata si distacchi. In soluzione acquosa fino al 15% è usata come decolorante o per schiarire i capelli, mentre al 35% è sbiancante in odontoiatria. In concentrazioni dall'85 al 98% trova impiego come propellente per razzi, sia come comburente, sia singolarmente: quando è usato da solo, è pompato in una camera di reazione rivestita di argento, ne catalizza la decomposizione, poi la miscela che si ottiene, di ossigeno e vapore acqueo ad alta pressione, fornisce la spinta al razzo. Acqua ossigenata si decompone convertendosi in acqua e ossigeno attraverso la seguente reazione esotermica:  $2\text{H}_2\text{O}_2 \rightarrow 2\text{H}_2\text{O} + \text{O}_2$ ; l'aumento della temperatura causa reazione dissociativa a catena, ed è catalizzata pur dalla presenza di ioni metallici, specie del ferro. Acqua ossigenata può funzionare da ossidante ( $\text{H}_2\text{O}_2 + 2\text{H}^+ + 2\text{e}^- \rightarrow 2\text{H}_2\text{O}$ ) o riducente ( $\text{H}_2\text{O}_2 \rightarrow \text{O}_2 + 2\text{H}^+ + 2\text{e}^-$ ) estremamente ecologico; la prima reazione è favorita in ambiente acido, la seconda in ambiente basico; quando si comporta da riducente si ossida e dà ossigeno, mentre quando si comporta da ossidante dà acqua, due composti sostenibili ben conosciuti nei processi della green chemistry, dove l'acqua ossigenata è usata come reagente a basso impatto ambientale: un esempio è l'uso di acqua ossigenata e acido peracetico al posto del cloro come sbiancante per polpa di legno e produzione carta.

Altro uso dell'Acqua naturale è la **SAUNA** ed Idroterapia (sweet lodge); il corpo umano è 80% acqua, in 24 ore trasuda 3 quarti di litro e un litro e mezzo con l'urina; le cellule son organismi marini che devono l'esistenza al roteare in soluzioni saline. Il corpo immerso in acqua, sistema da sè gli organi interni, senza pressione; SAUNA ed Idroterapia possono aiutare a fortificare il sistema immunitario così come le docce alternate. Nell'Idroterapia conta la reazione, il tiepido non dà effetti: Fomento è vasodilatatore locale, la Compressa di acqua fredda è il suo opposto. Il bagno caldo rende più deboli e va fatto ogni tanto, il bagno forte va bene anche ogni giorno, così quello di mare e sole. Nel Piede, le ghiandole secretorie sono più grandi che in altre parti della pelle, ciò facilita la

traspirazione e l'effetto pompa. Le mestruali lavino con spugna, prima coricarsi, dalla vita in giù e al mattino, dalla vita in su. Se l'infermo è di costituzione debole, io bagno il lenzuolo in acqua tiepida e non fredda; s'è a proprio agio, l'impacco è ben fatto, viceversa, la cura avrà esito negativo. I bimbi nativi giocano nudi sotto la pioggia, così gli Ainu del Giappone trattano i loro raffreddori con la neve, immergono il pollice del piede in acqua fredda; i *Nativi di Taiwan* 排灣族, detti *Takasagos* o *Paiwas*, usano fomenti di corteccia di Canfora e ne aspirano i vapori per decongestionare testa e polmoni; così usano olio di canfora per liberare il naso. Taras, come *Hua-Tuo* osserva gli animali, per capire le piante mediche che essi usano d'istinto; gli animali hanno una coscienza, si curano, si drogano, hanno comportamenti insoliti: molti assumono afrodisiaci vegetali prima di copulare, alcune formiche allevano coleotteri per i loro essudati inebrianti, così come ci sono fiori che ricompensano i loro insetti impollinatori con delle droghe invece che nettare.

La Cicogna quando è malata, fa dei Clisteri-**enema** spruzzando con il becco un pò di acqua salata. Oche, anatre e uccelli che vivono sull'acqua, vanno in cerca di alghe ed erbe curative. Molti popoli tribali usano i clisteri a pulire i corpi e stimolare il num: ciò succede poichè molti nervi terminano nel rectum; anus è un anello sottile di carne che è possibile controllare volontariamente, con esercizi che fermino la fuoriuscita di fluidi donando al contempo anche un certo piacere. Per risolvere le slogature, Taras fa colare 3 gocce di cera su due monete e vi aderisce una candela, poi, pone la moneta sulla parte dolorante, accende la candela e la copre con bicchiere di vetro. Finito l'ossigeno, la candela si spegne e la carne risucchia nel bicchiere; il dolore dovrebbe passare appena tolto il bicchiere, se ciò non avviene ripete l'operazione sin 3 volte. Nelle Insolazioni invece, lui poggia un bicchiere d'acqua sulla nuca (e/o fronte), e lo toglie dopo che il calore in eccesso è stato assorbito.