

UN LIBRO SULLA TERAPIA FISICA E SPIRITUALE DEL CUORE IN SANTA ILDEGARDA Di ANNAMARIA MARAFFA

Inviato da Amministratore
giovedì 02 giugno 2022

La collaudata collaborazione tra don Marcello Stanzione, parroco e massimo esperto italiano in Angelologia e la dottoressa Bianca Bianchini, medico cardiologo, prosegue con il libro “Santa Ildegarda. Terapia fisica e spirituale del cuore” edito dall’editrice milanese Sugarco che compara quanto scritto da santa Ildegarda di Bingen sul cuore e la terapia delle sue affezioni con le attuali evidenze scientifiche. ...

Questo libro dedicato al cuore tratta delle conoscenze mediche di Ildegarda, una donna straordinaria, vissuta nell’XI secolo, che grazie ad osservazione ed ispirazione divina è riuscita, in un’epoca in cui la farmacopea era molto limitata, a curare o lenire molti disturbi grazie a quanto spesso offerto da madre natura. Naturalmente anche se molti cibi ed erbe hanno riconosciuti effetti positivi sulla salute, i consigli di Ildegarda vanno letti con buon senso: non dimentichiamo che dall’anno 1000 molti sono stati i progressi della medicina in termini di diagnosi e cura delle patologie. Come medico sono convinta che alimentarsi in maniera sana sia essenziale per il buon esito delle cure e non nego l’effetto positivo di alcune erbe e spezie, ma non ritengo accettabile trattare pazienti critici ed a rischio di vita con soli prodotti vegetali, negando quindi il ricorso a farmaci essenziali come betabloccanti, nitrati, calcioantagonisti, ACE-inibitori, e a metodiche risolutive come l’angioplastica coronarica o il bypass aortocoronarico. Questo libro non vuole proporsi come trattato medico. Gli Autori si augurano che sia utile ai lettori per scegliere una sana alimentazione e per ricorrere, se lo desiderano, ad erbe e spezie che possono essere considerate. Il testo analizza alimenti ed erbe conosciuti all’epoca della santa, fornendo per ognuno storia, tradizioni, utilizzo da parte delle medicine tradizionali, composizione nutrizionale, documentati effetti positivi sulla salute ed eventuali controindicazioni. Nel libro vengono presi in considerazione anche i rapporti tra cuore e psiche, l’importanza della musica, della danza, della serenità familiare, in una visione olistica come quella già propugnata in epoca medievale dalla santa badessa. Un manuale sintetico ma completo, di grande aiuto per tutti coloro che vogliano coniugare il benessere del corpo e dello spirito.