

{mosimage}Mindnyájan ismerjük ezt a szép, különösen év vége táján kedvelt, puha fákön élősködő cserjét. Zöldessárga, bőrszerű örökzöld levelű növény. Nyálkás, üveges bogyói fehérek vagy sárgák. Érdekes módon szaporodnak, csak a madarak csőréből vagy ürülékéből emésztetlenül kerülve a természetbe, mert egyébként, sem vízbe, sem földbe kerülve nem csíráznak ki.

□

Már a régi magyar füveskönyvekben is megtalálható, ősrégi varázsfüve volt elődeinknek. Már a kelta papok is szent növényként tisztelték, mint minden bajra jó általános gyógyszert. (Csak a fehér fagyöngy a gyógyhatású) Nem szabad minden időben gyűjteni, csak október elejétől december közepéig, vagy márciusban és áprilisban. Ilyenkor talán könnyebb, mert a termést a madarak már lecsipegették. A növény szárát apróra vágva, a levelet lehet egyben szárítani.

{mosimage}Általánosan elterjedt, hogy a fagyöngy mérgező növény, ez igaz, de csak a nyálkás bogyókra. A száraz és a levelek krónikus anyagcsere-rendellenességre, a hasnyálmirigyre, valamint az ideg- és keringési rendszerre vannak különösen jó hatással. Most csak néhány felhasználási javaslatot írok le, talán a legáltalánosabb és leggyakoribb jelenségekre.

Cukorbetegségnél egy féléves folyamatos teakúra tünetmentessé tesz.

Ugyanilyen a keringési rendszerre történő hatása, pl. érlemeszesedés megelőzése, vagy már konkrét baj, pl. agyvérzéses állapot javítására. Minden esetben hat hetes kúra ajánlott, krónikus állapotban akár 3x egymás után. Érdemes az adagokat étkezés előtt és után megfelelően fogyasztani.

Vérnyomás problémákra is kiváló, mivel hatóanyagai az egész szervezet működését összehangolják, a magas vérnyomás csökken, az alacsony emelkedik, a szív megnyugszik és szabályos ritmusúvá válik. Rohanó, stresszes világunkban nélkülözhetetlen segítség a szívnek és keringési rendszernek. Évente végig kellene csinálnia mindenkinek egy hat hetes teakúrát: három héten át 3 csésze, két héten át 2 csésze, végül 1 hétig egy csésze elfogyasztásával. Még egy érdekesség: még a fehér bogyókat is használhatjuk, persze csak külsőleg: a friss fehér bogyókat disznózsírral elkeverjük és a fagyott részekre kenjük.

{mosimage}Teakészítés: csak hidegen szabad készíteni!

¼ liter vízben 1 púpos teáskanál szárított fagyöngyöt éjszakán át áztatunk, másnap meglangyosítjuk (nem lehet meleg), majd leszűrjük. Így fogyasztjuk többszörre elosztva. Legjobb forró vízbe állított üvegen langyosítani. Újabban rákmegelőző szerként is ajánlják.

Most hogy összeszedtem a tudnivalókat annyira fellelkesültem – magas a vérnyomásom – hogy most tényleg KITARTÓAN minimum 6 hétig FOLYAMATOSAN, NAPONTA fogom inni a teát. Majd jelentem az eredményt.

□