



The World Foundation for Natural Science

The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church

Restoring and Healing the World through Responsibility and Commitment in accord with Natural and Divine Law!

European Headquarters ✦ PO Box 7995 ✦ 6000 Lucerne 7, Switzerland ☎-Tel: 41(41)798 0398 ☎-Fax: 41(41)798 0399
World Headquarters ✦ PO Drawer 16900 ✦ Washington DC, 20041, USA ☎-Tel: 1(703)631-1408 ☎-Fax: 1(703)631-1919 ✦ www.naturalscience.org

Sábado, 11. septiembre 2021

Oxymel: Tónico inmunológico casero

En el hemisferio norte de la Tierra, el otoño está apareciendo lentamente. Con los días cada vez más cortos y las temperaturas más frías, a veces le pica la nariz o la garganta se irrita. Entonces parece una buena idea ayudar al sistema inmunitario. Los ingredientes para preparar un remedio para el fortalecimiento inmunológico, que se puede hacer en poco tiempo, se pueden encontrar en todos los hogares.

La bebida que fortalece el sistema inmunitario a la que se hace referencia se llama OXYMEL o miel agria. «Oxy» significa «agrio» en griego («oxos» significa «vinagre»), «meli» es miel. Esto ya enumera los ingredientes principales de la bebida, cuyos efectos vamos a examinar con más detalle a continuación.



VINAGRE es algo que la gente ha podido hacer durante mucho tiempo. En la Biblia, la sidra y el vinagre se mencionan varias veces. El vinagre fue utilizado por los egipcios, asirios, babilonios, israelitas, griegos, romanos y tribus germánicas para conservar la carne, el pescado y las verduras, para preparar platos agrios, como bebida para calmar la sed y como medicina.

En la antigüedad, el vinagre se utilizaba por sus propiedades curativas para la desinfección de las heridas externas, contra las picaduras de insectos y serpientes, o como cataplasma para moretones y hematomas. Se bebía agua con vinagre para ayudar a la digestión, para la limpieza interna y como antipirético.

El vinagre se puede obtener de frutas, verduras, cereales y de bebidas alcohólicas como

el vino, la cerveza o el met. Es un producto natural ácido y se produce mediante procesos de fermentación biológicos (bacterias del ácido acético). El vinagre estimula los órganos de la digestión, tiene un efecto refrescante, astringente y antipirético. Usado en forma tópica, el vinagre tiene un efecto antibacteriano, antiséptico (desinfectante) y antimicótico y, por lo tanto, puede ayudar en caso de hinchazón, inflamación, edema, heridas quemaduras solares.

En tiempos más recientes, el médico estadounidense Dr. De Forest Clinton Jarvis (1881-1945) es considerado el pionero del vinagre de la actual sidra de manzana. En su libro «Medicina popular», escribió: «La percepción sensata y el conocimiento de las leyes de la naturaleza nos permiten mantener y renovar continuamente la estructura del cuerpo de tal manera que podamos vivir bien en él durante el mayor tiempo posible. Su resiliencia depende de la elección de los alimentos que ingerimos, los líquidos que bebemos y el aire que respiramos. Los minerales que consumimos a través de la comida y la bebida juegan un papel fundamental. Ayudan a mantener el funcionamiento de nuestros cuerpos, es decir, hacen que valga la pena vivir nuestra vida ».

Para el cuidado preventivo de la salud, el Dr. Jarvis recomendó una receta básica simple con los ingredientes agua, vinagre de sidra de manzana y miel para uso diario, un «Tónico Oxymel», por así decirlo:

«Tónico Oxymel» para el cuidado diario de la salud:

En un vaso de agua añada 1 cucharada de vinagre de sidra de manzana y 1-2 cucharaditas de miel. Beba en pequeños sorbos aprox. ½ hora antes del desayuno.

El vinagre de sidra de manzana contiene minerales y oligoelementos, ácidos acético, propiónico, láctico y cítrico, una serie de enzimas y aminoácidos, fibras dietéticas como la pectina de manzana y potásicas. El vinagre de sidra de manzana proporciona a nuestro cuerpo minerales vitales, oligoelementos y vitaminas, previene la propagación de bacterias putrefactas en el intestino, fortalece el sistema inmunitario, estimula el metabolismo y tiene un efecto depurativo, estimula la cicatrización de heridas, en general mejora el estado de salud y retrasa el proceso de envejecimiento.

Sin embargo, al comprar vinagre, hay algunos puntos que deben tenerse en cuenta. Compre sólo vinagre natural, sin filtrar (si es posible de calidad orgánica), que esté libre de colorantes y conservantes y no contenga antioxidantes ni espesantes. El vinagre debe estar elaborado a partir de un producto natural regional, sin azúcares añadidos y producido por debajo de los 40 ° C.

El segundo ingrediente activo importante de Oxymel, la MIEL, es también uno de los productos médicos más antiguos que se conocen. La miel contiene más de 180 ingredientes diferentes, que incluyen más de 20 tipos de azúcar, aminoácidos, enzimas, polifenoles, flavonas, aceites esenciales, taninos y vitaminas B1, B6 y C. Farmacológicamente, la miel tiene propiedades térmicas, calmantes, antiirritantes, expectorantes, antisépticas, antibacterianas, antioxidantes, mineralizantes, antiinflamatorias, sedantes y digestivas.



Al comprar miel, debe buscar variedades de miel regionales, orgánicas y lo menos procesadas (por debajo de 40 ° C) como sea posible.

«Que tu alimento sea tu medicina y tu medicina sea tu alimento», escribió el médico griego Hipócrates de Cos. Por lo tanto, los dos productos alimenticios, vinagre y miel, que tienen propiedades curativas en sí mismos, se pueden usar para hacer una medicina natural bien tolerada para niños y adultos, que se puede usar para tratar suavemente muchas enfermedades y dolencias, como la inmunodeficiencia, fiebre, tos, indigestión, diarrea, problemas de hígado y vesícula biliar, debilidad cardíaca o dolencias relacionadas con la edad. También son adecuados para el tratamiento de inflamaciones y heridas, así como para la desintoxicación.

La bebida de miel y vinagre Oxymel se conoce en naturopatía desde hace siglos y se ha mencionado en escritos desde Pitágoras (570-510 a.C.) e Hipócrates de Cos (460-370 a.C.). También se pueden encontrar numerosas preparaciones y recetas en los libros de medicina monástica hasta los registros de Hildegard von Bingen (1098-1179 d.C.).

El Oxymel se puede mezclar frío (crudo) o caliente, así como opcionalmente prepararse con aditivos de frutas y plantas. Especialmente para los niños, también se puede utilizar para preparar una tintura o un jarabe para la tos «sin alcohol». Como alternativa saludable al azúcar doméstico y al ácido cítrico de producción industrial, Oxymel también es adecuado para la conservación rápida y sencilla de mermeladas, hierbas, frutas y verduras en escabeche. Incluso caliente, Oxymel sigue siendo rico en sustancias vitales. Con el Oxymel crudo, es decir, sin calentar, se pueden conservar jugos y

almíbares

Receta básica Oxymel (mezclado en frío):

Mezclar bien 300 g de miel de bosque orgánico con 100 g de vinagre de sidra de manzana orgánico y $\frac{1}{4}$ de cucharadita de sal de roca en un frasco de vidrio o porcelana y después se vierte en un frasco de vidrio. Se conserva durante unos 2-3 años si se almacena en un lugar fresco y oscuro.

Esta receta básica también se puede hacer con otros tipos de miel y vinagre, también se puede variar la proporción de miel y vinagre. Efectos: fortalecimiento inmunológico y antiinflamatorio, antipirético, desintoxicante, regula la digestión, alivia la irritación en enfermedades respiratorias.

Aplicación:

En caso de fiebre y para el fortalecimiento inmunológico: tomar 50g de Oxymel con $\frac{1}{2}$ litro de agua o té.

Para enfermedades respiratorias: tomar 1 cucharadita de Oxymel puro, repetir si es necesario.

Para fortalecer la digestión: tome 3 cucharadas de Oxymel en una taza de té o agua tibia $\frac{1}{2}$ hora antes del desayuno.



Jarabe de vitamina C con escaramujos o bayas de espinos amarillo:

Mezcle 200g de miel de flores orgánicas con 100g de vinagre de sidra de manzana orgánica. Agregue 100g de cáscaras de rosa mosqueta frescas, finamente picadas (sin semillas) o bayas de espinos amarillo en un frasco con tapa de rosca hasta que esté medio lleno, vierta sobre el

vinagre de miel. La fruta debe estar bien cubierta con el líquido. Elimine las burbujas de aire con una varita de madera o de vidrio. Cierre el frasco de rosca, déjelo reposar durante 1-2 semanas, girando el frasco todos los días. Cuele el almíbar terminado con un colador fino, viértalo en frascos de vidrio más pequeños, guárdelo en un lugar oscuro y fresco (se puede conservar durante aproximadamente $\frac{1}{2}$ año).

Aplicación:

Para fortalecer el sistema inmunitario, tome 3 cucharadas de esta mezcla al día con 1 vaso de agua.

Consejo: Si se trituran frutas, miel y vinagre y se mezclan en una licuadora, puede disfrutar del almíbar de inmediato (sin necesidad de colar). Conserve el frasco en el refrigerador.

Oxymel Antibiótico (caliente, sólo para adultos):

Mezcle 350g de miel de bosque orgánico con 750g de vinagre orgánico. Agregue 1 cebolla roja orgánica grande, finamente picada, 1 bulbo de jengibre orgánico finamente rallado, 3 dientes grandes de ajo orgánico finamente picados, ½ raíz de rábano picante orgánico finamente rallada, 1 chile picante orgánico finamente picado, 1 raíz de cúrcuma orgánica finamente picada, 1 cucharadita de semillas de mostaza, 1 cucharadita de clavo de olor y 1 astilla de canela picada en un frasco de rosca hasta que esté medio lleno, vierta sobre el vinagre de miel, todo debe quedar bien tapado. Elimine las burbujas de aire una varita de madera o de vidrio. Cierre el frasco de rosca, deje reposar durante al menos 2 hasta un máximo de 4 semanas en un lugar fresco y oscuro. Gire el frasco de vidrio todos los días, luego cuele con un colador fino, exprima bien el residuo, viértalo en frascos de vidrio más pequeños, guárdelos en un lugar oscuro y fresco (se puede conservar durante aproximadamente 1 año).

Aplicación:

Para fortalecer el sistema inmunitario, tome 1 cucharadita de esta mezcla con 1 vaso de agua al día.

Este antibiótico Oxymel también se puede agregar a los platos como

Receta de Oxymel según Hildegard von Bingen:

Mezclar 100g de miel de flores con 100g de vinagre de vino blanco y 50g de gitam en polvo (*Dictamnus albus*) y poner en un frasco de vidrio. Dejar reposar aprox. 2-4 semanas, moviendo el frasco una y otra vez (se mantiene durante aproximadamente 1 año, agitar bien antes de usar).

Aplicación: Beba 1 cucharada de esta mezcla cada 2 días (antes del desayuno) con una taza de agua tibia o té. Este Oxymel tiene propiedades tónicas y antidegenerativas para el corazón y puede usarse para tratar dolencias relacionadas con la edad, inflamación, desintoxicación, enfermedades cardíacas y pérdida de vitalidad.

Receta de Oxymel con método de cocción:

Hervir 200 ml de hierbas frescas (hierbas silvestres, tomillo, hisopo, romero, ...) con 100 ml de vinagre durante aproximadamente ½ a 1 hora y dejar reposar (no más de 80 ° C).

Luego enfríe a menos de 40 ° C, cuele las hierbas y exprima bien, mezcle 400 ml de miel en el vinagre de hierbas, conserve en frascos de vidrio y disfrute.

Aplicación: tome 1 cucharada en 1 vaso de agua al día.

Este método se puede utilizar para acelerar la extracción de las plantas, cuando se utilizan plantas frescas, raíces, cortezas o resinas, en preparaciones para niños pequeños o para lograr una mejor estabilidad en la preparación de jarabe

Publicado el Sábado, 11. septiembre 2021 en las categorías Coronavirus, Salud

<https://www.naturalscience.org/es/news/2021/09/oxymel-tonico-inmunologico-casero/>