

Il Basilico di Sant'Elena

Il basilico è una pianta originaria dell'Asia e coltivata comunemente in Europa. È assai diffusa per le sue note proprietà "aromatizzanti". Il suo profumo intenso, infatti, lo rende particolarmente adatto all'uso culinario. La semina in vaso inizia nei mesi Marzo e Aprile mentre la fioritura avviene da Giugno a Settembre; le piantine prediligono terreni fertili. Le foglie, che costituiscono la parte utilizzabile della pianta, si raccolgono prevalentemente d'estate, ma se ne potrà fare una scorta per l'inverno se si riporranno nel freezer dopo averle inserite intere e fresche all'interno di un sacchetto di plastica in cui si è soffiata dell'aria. Possono anche essere conservate sott'olio o sotto sale. Il basilico si impiega, oltre che in cucina, anche per scopi terapeutici sotto forma di infuso grazie alle sue proprietà antinfiammatorie, tonico-digestive e antisettiche. In passato i nostri avi si liberavano dall'emicrania sfregando delle foglie fresche di basilico sulle tempie. Questo vegetale così profumato è associato alla vita di Sant'Elena madre dell'imperatore Costantino. La leggenda vuole che in occasione di una lunga permanenza a Gerusalemme, mentre si dedicava agli scavi per la ricerca della croce di Cristo sul monte del Calvario, l'imperatrice abbia trovato una pianticella profumatissima di basilico proprio nel luogo della Crocifissione e che l'abbia riportata a Roma facendola conoscere e diffondendola.



Il nome: **Elena**

Dal libro di Frate Indovino "Un nome da scegliere" si legge che l'origine del nome Elena risale alla parola greca che tradotta in italiano significa "splendere". In riferimento alla madre dell'imperatore Costantino, la memoria di Sant'Elena ricorre il 18 Agosto. Elena, bellissima fanciulla di origini plebee, si unì sentimentalmente al tribuno militare Costanzo Cloro da cui ebbe un figlio: Costantino appunto. A causa delle differenze sociali inaccettabili nell'antica Roma, l'imperatore Diocleziano impose al tribuno di ripudiare la donna che fu privata anche della possibilità di educare il bambino. In seguito, alla morte dell'imperatore, le legioni nominarono Costantino come successore e quando egli prevalse sull'avversario Massenzio, diventando capo dell'impero, riabilitò l'onore della madre e concesse la libertà di culto ai cristiani.

Nel nostro libro "Il Nuovo Segreto della Salute - Erbe e Cure di Frate Indovino" ci sono delle indicazioni che forse non tutti conoscono. Ad esempio, la polvere di foglie secche, fiutata a modo di tabacco, serve per ristabilire lo scolo nasale, per stimolare il cervello e per sedare dolori di testa di origine nervosa: contro il raffreddore e la costipazione di testa basta, spesso, una piccola presa di polvere di basilico che attraverso pochi starnuti rimette in sesto. Nelle nevrosi, nell'isterismo e nell'epilessia, la polvere si prende in acqua (2-3 gr.). Il decotto di foglie di basilico, 35 gr. di foglie secche (100 gr. se verdi) da bollire in 500 gr. di acqua per 10 minuti, è adatto a curare le infiammazioni della bocca e della gola, applicato in pennellature come collutorio o utilizzato a modo di gargarismi. L'olio essenziale che se ne estrae possiede una leggera azione stupefacente e trova varie applicazioni farmacologiche come analgesico e come calmante.