

Testimone: Claudia Filangieri, erborista

Luogo: Circello

Argomento: Erbe

Trascrizione memoria:

Mio padre, antico mugnaio circellese, era solito caricare sulle spalle grano e sacchi di farina (prima era così, non c'erano mezzi che potessero alleggerire il lavoro fisico), spesso aveva forti dolori alla schiena che lo bloccavano completamente. Il rimedio che mia nonna utilizzava per alleviare tali dolori era di cospargere completamente la schiena con le ortiche fresche, poi le ricopriva con un telo di iuta e altre coperte. Con il calore che sprigionavano le ortiche toglieva completamente il dolore. Con i miei studi erboristici, ho scoperto che l'ortica fresca è un potente anti dolorifico ancora poco utilizzato; invece come pianta secca, da utilizzare in tisane e infusi, contiene tanto ferro; inoltre, utilizzata esternamente, ad uso topico, frizionata sulla cute, può aiutare chi ha problemi di caduta di capelli o capelli molto fragili.