



REIAL ACADÈMIA
DE FARMÀCIA
DE CATALUNYA



DISCURS

LLEGIT A L'ACTE D'INGRÉS DE L'ACADÈMIC CORRESPONENT
IL·LUSTRE SR. DR. FERRAN SABATÉ I CASELLAS
CELEBRAT EL DIA 21 DE SETEMBRE DE 2026

BARCELONA
2026

PRESENTACIÓ A CÀRREC DE L'ACADÈMICA NUMERARIA
EXCEL·LENTÍSSIMA SRA. DRA. M. ROSA BUHIGAS CARDÓ

ELEMENTS TERAPÈUTICS I NUTRICIONALS ESMENTATS EN LA LITERATURA BÍBLICA

DISCURS

llegit a l'acte d'ingrés de l'Acadèmic Corresponent

Il·lustre Sr. Dr. Ferran Sabaté i Casellas

Celebrat el dia 21 de setembre de 2026

PRESENTACIÓ

a càrrec de l'Acadèmica Numeraria

Excel·lentíssima Sra. Dra. M. Rosa Buhigas Cardó

Barcelona

2026

*L'Acadèmia no es fa solidària de
les opinions que s'exposen en les publicacions,
de les quals és responsable l'autor.*



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Amb la col·laboració del Departament
de Salut de la Generalitat de Catalunya

Dipòsit legal: B-13366-2026
GAM DIGITAL

PRESENTACIÓ

a càrrec de l'Acadèmica Numeraria

Excel·lentíssima Sra. Dra. M. Rosa Buhigas Cardó

**Excel·lentíssim Senyor President
de la Reial Acadèmia de Farmàcia de Catalunya,
Excel·lentíssims i Il·lustres Senyores i Senyors Acadèmics,
Senyores i Senyors,**

En primer lloc, el meu agraïment a la Reial Acadèmia de Farmàcia de Catalunya per designar-me per la presentació del nou acadèmic electe Dr. Ferran Sabaté i Casellas en el seu acte d'ingrés. És per mi un gran honor i una satisfacció poder fer en aquest acte un resum de la trajectòria professional i els mèrits que justifiquen el seu ingrés en aquesta acadèmia.

El Dr. Ferran Sabaté va néixer a Barcelona i des de molt petit ja va entrar en contacte amb el món sanitari i de la salut, la seva mare era llevadora i també practicant, ella exercia la seva professió de la forma usual en aquell temps, anant als domicilis particulars assistint els parts i ajudant a les mares durant el puerperi. I com a practicant dispensant a domicili les cures i administració de medicaments injectables. No és estrany, doncs, que el fill en aquest context mostres interès per les ciències de la salut.

El Dr. Sabaté, després dels estudis de Batxillerat, optà per estudiar medicina, obtenint la llicenciatura l'any 1975, ell pertany a la 2a promoció de metges formats a la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) on, per aquelles promocions inicials, els anys de formació comportaven els 3 primers anys a l'Hospital de Sant Pau i els 3 últims a l'Hospital de la Vall d'Hebron. Cal destacar que durant els anys que va estar a Sant Pau va ser alumne col·laborador del Servei de Farmàcia, dirigit pel Dr. Joaquim Bonal, on va començar el seu primer contacte amb el món farmacèutic.

La seva formació va continuar intensament durant uns anys i així esdevingué,

- Diplomant en Medicina Tropical, per la Universitat de Barcelona (UB), (1975);
- Diplomant en Sanitat a l'Escola departamental de Barcelona, (1977);
- Metge especialista en Pediatria, per la Universitat de Barcelona (1979);
- Metge especialista en Medicina Preventiva i Salut Pública, per la Universitat de Barcelona (1983);
- Llicenciat en Geografia i Història, per la Universitat de Barcelona (1983);
- Doctor en Medicina el 1993, per la Universitat de Barcelona, amb la tesi: *“Política sanitària i social de la Mancomunitat de Catalunya (1914-1925)”*.

La consideració de la seva formació que acabo d'exposar ens mostra al Dr. Sabaté com una persona amb gran capacitat i interès per l'adquisició de nous coneixements, però també, com veurem més endavant, com a preparació per poder assolir una fita que desitjava des del final de la carrera.

Trajectòria laboral

La seva vida laboral comportà un primer temps com a metge rural a diferents llocs i ja després com a metge i pediatre als centres d'atenció primària de l' Institut Català de Salut a Sabadell i a Barcelona entre 1977 i 2016 encara que amb interrupcions, per períodes d'excedència per alertes sanitàries a l'Àfrica i Amèrica Llatina.

L'any 1980, El Dr. Sabaté obre un nou període a la seva vida fruit d'un desig llargament somiat de fer una col·laboració com a metge als països del Tercer Món i així convenç la seva esposa, o ella es deixa

convèncer, i es traslladen primerament a Angola com a metge cooperant i director a l'hospital de Bongo (1980-1982), aquest hospital tenia una gran precarietat només comptava com a personal sanitari amb una infermera i ell com a metge amb l'agreujant de ser un país en guerra. Quan jo estava preparant aquesta presentació i l'hi anava preguntat sobre aquest període, em va comentar que cal pensar que en aquells llocs del Tercer Món un metge no és ni pediatre, ni traumàtòleg ni altre especialista sinó l'única persona amb coneixements per intentar curar tot els que es presentés gairebé sense mitjans.

En aquest període a Bongo van tenir el seu primer fill amb un part complicat i assistit per ell mateix.

A causa de la situació de guerra van ser segrestats per la guerrilla que els va fer caminar a peu uns 1000 km, per Angola amb un nen de dos mesos des de l'hospital fins a la frontera amb Namíbia, on van ser alliberats a final de 1982.

Després el Dr. Sabaté entre 1983 i 1987 va ser metge cooperant i director de l'hospital de Heri a Tanzània situat a molt poca distància del llac Tanganika, lloc en aquell moment bastant remot i emblemàtic on el periodista Stanley havia trobat al missioner i explorador Dr. Livingstone a l'octubre del 1871.

Durant l'estança a Heri van tenir un segon fill, una nena.

En els set anys que van passar a l'Àfrica, segons explica ell mateix, va poder conèixer els procediments i productes majoritàriament d'origen vegetal que els nadius feien servir a causa de l'escassetat o absència dels medicaments de que disposaven els països del Primer Món. Una prova potser d'índole més personal, de la petjada que aquests anys d'estada a l'Àfrica va deixar en la família és que els seus fills porten cadascú un segon nom en la llengua del país on van néixer, Elavoko i Neema.

Al 1987 decideixen tornar a Barcelona amb motiu d'escolaritzar els fills. Torna a exercir de pediatre a l'ICS a Sabadell i Barcelona. No obstant en períodes de vacances van continuar fent cooperació sanitària a diferents països del Tercer Món: Hondures, Guatemala, Perú, Bolívia, Brasil, Marroc i Ruanda.

Docència

Tutor d'estudiants i professor de Pediatria tropical al Curs de Medicina Tropical de la Universitat de Barcelona, 1987-1992.

Professor de Pediatria tropical al Màster de Salut i Medicina tropical de la Universitat Autònoma de Barcelona, 1993-1997.

Professor encarregat de l'assignatura d'Història de la Medicina a la llicenciatura i al grau en medicina de la Universitat de Barcelona, 2008-2017.

Director i professor de les assignatures optatives: Comunicació metge-societat i Història de la medicina catalana, a la llicenciatura i al grau en Medicina i al de Biomedicina de la Universitat de Barcelona. Direcció de treballs de fi de Grau i de fi de Màster a la UB.

Recerca

Comunicacions a congressos de Pediatria, Medicina Tropical i Història de la Medicina i la Farmàcia;

Articles publicats en revistes de Pediatria (Butlletí de la Societat Catalana de Pediatria), Salut tropical (Tropical Doctor) i Història de la Medicina i la Farmàcia (Gimbernat, Revista de la Societat Catalana d'Història de la Farmàcia, etc.) i altres.

Escrit i publicat monografies, capítols de llibres de Pediatria i d'Història de les Ciències de la Salut.

Publicació de 10 llibres d'Història de la Medicina i la Farmàcia.

Reconeixements

Premi Barcelona Solidaritat, de l'Ajuntament de Barcelona, 1996;

Acadèmic corresponent per premi de la Reial Acadèmia de Medicina de Catalunya, 2007;

Membre de l'Institut Medic Farmacèutic de Catalunya, 2022;

Premi a l'Excel·lència Professional del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona, 2025.

Membre de la Societat Catalana d'Història de la Farmàcia.

El Dr. Sabaté al seu discurs que llegirà a continuació ens farà veure a través dels escrits bíblics quin era l'arsenal terapèutic i alimentari que existia en la cultura hebrea, majoritàriament d'origen vegetal però també animal i mineral, quina era la seva utilitat i com ha quedat recollit a la literatura bíblica.

La trajectòria i els mèrits del Dr. Sabaté que acabem d'exposar, creiem que el fan mereixedor del seu nomenament con a Acadèmic corresponent d'aquesta Reial Acadèmia de Farmàcia, on a part dels seus coneixements i experiència ens pot aportar la seva visió dels importants problemes sanitaris d'una part del món on les persones no és que tinguin com nosaltres quasi tot si no que els hi falta gairebé bé tot.

Prego així, que una vegada llegit el preceptiu discurs, se l'imposi la medalla i l'estola i se li faci l'entrega del títol acreditatiu com Acadèmic corresponent d'aquesta Reial Acadèmia.

Moltes gràcies.

**ELEMENTS TERAPÈUTICS I NUTRICIONALS
ESMENTATS EN LA LITERATURA BÍBLICA**

**Excel·lentíssim Senyor President
de la Reial Acadèmia de Farmàcia de Catalunya,
Excel·lentíssims i Il·lustres Senyores i Senyors Acadèmics,
Distingides autoritats acadèmiques i professionals,
Estimats familiars, amics i companys, tant els presents a la sala
com els que ens segueixen a distància.
Senyores i Senyors,**

Preàmbul

El primer que he de fer en aquesta compareixença i abans d'entrar en el tema del meu discurs, és expressar el meu agraïment a tots els acadèmics que han fet possible que avui pugui dirigir-me a tots vostès des de la tribuna de la Reial Acadèmia de Farmàcia de Catalunya, per complir amb el deure que s'imposa a tota persona a qui s'ha convidat a formar part d'aquesta docta institució. De manera especial vull manifestar el meu agraïment als membres de la secció V: Història, Legislació i Deontologia que van proposar la meua candidatura, i en particular els Excel·lentíssims acadèmics Dra. Maria Rosa Buhigas Cardó, Dra. Nuria Casamitjana Cucurella i Dr. Cèsar Blanché Vergés, i a aquesta distingida institució per acceptar la meua candidatura.

Aquesta distinció representa un gran honor que accepto amb humilitat i agraïment, en un marc tan emblemàtic com l'antiga farmàcia de l'antic hospital de la Santa Creu de Barcelona, que reuneix la millor tradició dels esforços de metges i apotecaris durant segles, per cuidar de la salut dels ciutadans de Catalunya i més enllà.

La meua relació amb la farmàcia prové inicialment del contacte amb els membres del Museu Cusí de Farmàcia, la Dra. Cesca Niubó i, la meua participació en les activitats científiques i publicacions de la Societat Catalana d'Història de la Farmàcia. Des de la meua respon-

sabilitat de professor d'Història de la Medicina a la Universitat de Barcelona, tenia clara l'estreta relació existent entre les dues professions. També, el fet de tindre una filla farmacèutica. I, finalment, el concepte actual d'una sola salut (One Health), que posa de manifest la necessària col·laboració científica, tècnica i professional entre les professions sanitàries per assolir la salut global.

I dos raons més. En el meu període d'estudiant de medicina a la Universitat Autònoma de Barcelona, a l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, vaig ser alumne col·laborador del seu Servei de Farmàcia, dirigit pel Dr. Joaquim Bonal, a on em vaig familiaritzar amb alguns productes i estris de laboratori durant tres estius. Finalment, durant els anys de metge missioner i cooperant a l'Àfrica, vaig descobrir la importància del coneixement i l'aplicació de les plantes i altres elements naturals per tractar d'alleugerir certes malalties, en un context d'escassetat i limitacions terapèutiques.

També vull donar les gracies a tots els presents, tant aquells que estan en aquesta sala tan emblemàtica, com a aquells que estan darrere de les pantalles. Gracies a tots aquells que m'han ensenyat al llarg de la vida. Gracies als professors, als companys d'estudi i de professió. Gracies a tots per acompanyar-me en aquest acte. El darrer reconeixement és per als meus pares, que ja no hi són, per als fills i nets, testimoni de continuïtat i, especialment per a la meua esposa Conxita, font constant d'estímul i superació. A tots el meu profund agraïment.

Introducció

El meu interès en l'estudi de la literatura bíblica prové de la meva formació ètica-religiosa. La Bíblia és una de les arrels indiscutibles de la cultura, la idiosincràsia i el pensament Occidental. També, la ciència a través dels segles ha rebut la influència de la Bíblia, encara que no sempre ben entesa o interpretada.

La literatura bíblica és primàriament de caràcter moral i religiós, encara que també hi podem trobar elements històrics, geogràfics, antropològics, literaris, filosòfics, econòmics, militars, higiènic- sanitaris, etc. Nosaltres ens centrarem en les notícies de caràcter sanitari i terapèutic que podem trobar en els escrits bíblics. Aquest estudi ens permetrà conèixer els elements utilitzats pels hebreus dels temps bíblics, per a la prevenció i el tractament de les dolències i els accidents soferts. També farem referència al que podem considerar com a aliments-medicaments. Això constituïa l'arsenal terapèutic de la medicina domestica i sacerdotal dels hebreus.

En els escrits bíblics no apareixen mencionats els metges ni els farmacèutics com a tals. La funció de dictaminar si una malaltia era contagiosa i podia afectar a la comunitat, estava reservada als sacerdots, que ordenaven la separació o aïllament forçós dels afectats; i autoritzaven la seva reintegració a la comunitat, un cop que es consideraven curats i no podien contaminar als altres (Lv 13, 14 i 15). El que sí apareixen mencionades clarament a la Bíblia és la professió de llevadora, des dels temps d'Israel a Egipte (Ex 1, 15-21) amb el seu nom propi; i també el seu codi ètic.

Les idees i pràctiques terapèutiques utilitzades pels hebreus que trobem mencionades a la Bíblia, procedeixen del seu contacte amb diferents cultures o civilitzacions amb les quals es van relacionar i, també d'algun concepte original que els caracteritzà. Al llarg del període bíblic, els israelites es van relacionar i van adoptar elements i pràctiques terapèutiques dels egipcis, dels mesopotàmics (babilònics i perses); dels grecs i dels romans. Dels egipcis adoptaren alguns aliments (propis de la dieta mediterrània); dels mesopotàmics, l'ús de resines, aromes i espècies; dels grecs, les idees ambientalistes hipocràtiques, i el concepte "Que el teu aliment sigui la teva medicina, i que la teva

medicina sigui el teu aliment”, i dels romans, l’ús de l’aigua i els banys rituals.

Antropològicament, la Bíblia te una concepció unitarista de l’esser humà. El cos i l’esperit son una unitat inseparable. El *soma* i la *psique* són las dos cares d’una mateixa moneda. Són un reflex de la unitat de Déu. Però també es reconeix la pluralitat (1 Co 12, 14) i la interdependència (Ro 12, 4) entre tots els essers vius i el medi ambient, en la línia actual d’una sola salut planetària (1Co 12, 26).

També cal fer notar els conceptes de “puresa” i “impuresa”, en doble vessant: físic i moral o cerimonial. Una persona esdevenia impura per causa d’una malaltia, però també per un homicidi, una fornicació, el contacte amb un mort, etc. Això comportava automàticament la separació i aïllament de l’individu de la comunitat. S’establia un cordó sanitari, a l’espera del procés de “purificació” del cos i de l’esperit. La persona estava estigmatitzada física i moralment degut a la seva impuresa i, privada de les relacions socials, per evitar la contaminació dels altres. També es classificaven el animals en purs (comestibles) i impurs (o no comestibles). D’aquí derivaven els rituals de purificació de les persones o dels objectes: les quarantenes, banys o ablucions, cremació de productes aromàtics, desinfecció o cremació de cases, mobles o roba en contacte amb els malalts, etc.

En aquest discurs, hem buscat els elements mencionats en els escrits bíblics que estan relacionats amb l’alimentació o l’ús medicinal. Molts dels productes utilitzats pels hebreus i mencionats en aquest treball, ho foren de manera empírica, desconeixent el seu mecanisme d’actuació, però aprofitant els bons resultats obtinguts. Només en el transcurs d’aquests últims anys, anem descobrint el seu mecanisme d’actuació i la seva importància i utilitat.

ELEMENTS D'ORIGEN VEGETAL

Aquest grup està format pels productes vegetals que surten esmentats a la Bíblia, i utilitzats tant amb finalitat preventiva com terapèutica o alimentària. Aquí ens trobem amb algunes dificultats per identificar amb precisió la correspondència entre alguns noms bíblics, de vegades de caràcter genèric, i el tipus de plantes a les que es refereix, particularment en el cas d'algunes herbàcies o d'arbusts espinosos. Amb el mateix nom o noms semblants, poden referir-se a espècies diferents. Això és així perquè els escrits bíblics no són homogenis en els seus redactors, ni en el temps ni en l'espai geogràfic; i també depèn de les diferents versions dels textos originals i dels traductors en diferents idiomes.

La fitoteràpia ja era utilitzada pels egipcis (papir de Ebers) i pels mesopotàmics (Codi d'Hammurabi). Aquest és el grup més ampli, on trobem que les seves propietats poden aplicar-se amb diferent propòsit, -segons les diferents parts de la planta (arrel, tija, fulles, fruits, flors, llavors) utilitzades, i segons la forma de preparació i administració- per guarir els humans.

All

És una planta ja utilitzada en l'antic Egipte amb finalitats culinàries i terapèutiques. El seu ús és comú per tota la mediterrània (Nm. 11, 5).

S'ha comprovat que el seu consum té propietats antibiòtiques, antivirals, antifúngiques i vermífugues. Conté fructosanes i un enzim anomenat al·liina. Redueix el colesterol LDL i és antiagregant plaquetari. Preventiu del càncer digestiu. També és diürètic i antihipertensiu suau.

Ametlles

Una fruita molt apreciada, oferta com a regal (Gn 43, 11). Present en la decoració dels objectes litúrgics del temple dels israelites (Ex 25, 33-34 i 37, 19-20 o a Nm 17, 2-3.8).

Gastronòmicament són molt apreciades en la elaboració de dolços. Menjades són una font de vitamina E i magnesi, amb efectes antio-

xidants i hipotensors. Segons el *New England Journal o Medicine* és una fruita alcalina que neutralitza l'acidesa metabòlica. L'oli d'ametlles era usat en tractaments de la pell. La llet d'ametlles és un substitut de la intolerància o al·lèrgia a la llet d'origen animal.

Bàlsam

Oleoresina d'aspecte més o menys viscos, que conté un o dos àcids aromàtics -el benzoic o el cinnàmic o bé alguns derivats d'aquests-. Els bàlsams flueixen naturalment, o per incisió de determinades plantes i tenen propietats medicinals (Jr 8, 22). També són emprats en perfumeria i cosmètica.

A la Bíblia es menciona el bàlsam de Galaad com a producte molt apreciat a Egipte (Gn 37, 25 i 43, 11). Producte propi del comerç en el món antic (Ez 27, 17). Utilitzat externament per curar nafres i cremades, i en friccions per alleugerir el dolor i cicatritzar les ferides (Jr 51, 8 i 46, 11). Com a emol·lient, per suavitzar i protegir la pell seca i esquerdada.

Blat

Planta de la família de les gramínies. El seu nom significa <el que es tritura o es molt>. El fruit, anomenat blat, es considera originari del Pròxim Orient, d'on s'estengué a la conca mediterrània (Gn 30, 14; Ex 9, 32; Dt 8, 8). Ha estat, des de l'antiguitat, un aliment bàsic de les cultures indoeuropees (Ex 29, 2). La paraula company ve de "cum" i de "panis", que significa compartir el pa.

Betlem, el poble natal de Jesús, significa casa del pa, per la seva producció d'aquest cereal, bàsic en la dieta mediterrània. Formava part de les ofrenes i rituals religiosos del poble d'Israel (Lv 2, 14; Lc 22, 19); de les paràboles o ensenyaments de Jesús (Mt 13, 1-18; Mc 4, 3-9; Jn 12, 24); i de l'imaginari col·lectiu d'altres cultures (Gn 41, 1-7; Is 28, 25).

Utilitzat diàriament en l'alimentació pel seu contingut en aminoàcids, que barrejats amb els de les lleguminoses formen les proteïnes (Ez 4, 9; Rt 2, 14).

Canyella

També coneguda com a “*Laurium cinamomum*”. Obtinguda dels arbres *Cinnamomun zeylanicum* i *C. Càssia* o canyella de la Xina, estimats per la seva escorça aromàtica, que un cop assecada constitueix la canyella.

El seu ús era molt estès en el món antic com a aromatitzant d'alguns aliments, en perfumeria, acompanyant d'altres espècies aromàtiques, o en certs rituals religiosos (Ex 30, 23). De les llavors s'obtenia un oli ben cotitzat (Pr 7, 17; Ez 27, 19; Ct 4, 14; Ap 18, 13).

Cascall

Planta de la família de les papaveràcies, la *Papaver somniferum*, o ro-sella. El seu làtex és ric en alcaloides i constitueix l'opi. En medicina antiga s'empraven decoccions de la capsula del cascall com a sedant, somnífer o com a calmant del dolor (Mt 27, 34).

Ceba

Planta herbàcia bulbosa, molt apreciada per al seu ús alimentari (Nm 11, 5). Conreada des de 2.000 anys abans de Crist, formaven part del regim alimentari dels pobres, i dels rics com a condiment. Consumida també amb finalitats antisèptiques.

Cicuta

Aquesta planta de la família de les umbel·líferes, la *Conium maculatum*, és coneguda popularment com a fonoll de bou o julivert de galàpet. Sinònim de càstig i amargor psicològica (Dt 29, 18; Jr 9, 15 i 23, 15); i de metzina o verí físic (Am 5, 7 i 6, 12).

Conté alcaloides metzinosos i fou d'ús tradicional en l'antigor. (Os 10, 4). Es coneguda la mort del filòsof grec Sòcrates, obligat a beure un got d'aquest producte, que li paralitzà el cor.

En algunes versions bíbliques, es tradueix per Absenta o Donzell: *Artemisia absinthium*, planta herbàcia de la que existeixen diverses varietats a Palestina. Pels escriptors bíblics és símbol d'amargor o de metzina (Am 5, 7 i 6, 12; Dt 29, 18; Jr 9, 15 i 23, 15; Lm 3, 15 i 19; Mt 27, 34). El seu nom és dedicat a la deessa Àrtemis. La planta conté absintina, i té propietats carminatives.

Comí

Planta herbàcia, oriünda de la regió mediterrània, conreada des de molt antic i apreciada pel seu fruit (Is 28, 25. 27). De la mateixa família i amb el mateix nom es el *Carum carvi* conegut com a Anet o Matafaluga borda; Bot o Fonoll pudent. També es podria referir el text a l'anís, arbre de procedència exòtica. Estrellat.

El fet que es delmes en temps bíblics, ens indica el seu valor comercial (Mt 23, 23). El “delme” era un impost establert per Moisès al temps de l'èxode dels israelites d'Egipte, consistent en el 10% del valor d'un determinat bé comercial. Estava destinat al sosteniment dels funcionaris religiosos (els levites i els sacerdots) per la seva dedicació a la comunitat (Nm 18, 24). Era entregat a les arque del temple.

Utilitzat com a carminatiu per la seva riquesa en oli essencial, ric en aldehyd comínic. Te propietats anticanceroses per al fetge i estomac. L'anís estrellat, facilita l'expulsió de gasos digestius. El comí negre, que alguns estudiosos associen amb l'“eneldo” en castellà, te una substancia denominada sativa, és utilitzat en l'asma i per disminuir la glicèmia i la pressió arterial.

Coriandre

Planta silvestre del Pròxim Orient. S'ha trobat en tombes egípcies. El seu fruit sec és aromàtic i s'emptra per amanir aliments i en begudes aromatitzades. Semblant al mana (Ex 16, 31; Nm 11, 7).

Ric en alcohol terpenic. S'usa com a carminatiu i antiespasmòdic. Regularitza la glucèmia, en estimular la secreció d'insulina. És quelant de metalls pesants com el mercuri. Efecte sedant com el diazepam, però sense crear adició.

Encens

Goma resina que s'extreu de distintes espècies d'arbres del gènere boswèl·lia, que creix al sud d'Aràbia i al nord de Somàlia, mitjançant incisions fetes al tronc. L'àcid boswèl·lic inhibeix processos inflamatoris, semblant als AINEs, però sense l'efecte gàstric. Té forma de llàgrimes de color groc o vermellós, gust agre i, en cremar produeix una olor aromàtica. Era transportat a Palestina per caravanes (Is 60, 6; Jr 6, 20). Utilitzat en la litúrgia del temple (Ex 30, 1-10 i 34-38;

Lv 2, 1; 5, 11; 16, 12-13; Dt 5, 15; Sl 141, 2; Lc 1, 8-10), mencionat com a recurs poètic o simbòlic (Ct 4, 6.14), i també com a regal molt valuós (Mt 2, 11).

Utilitzat per netejar ferides i tractar infeccions de la pell, per l'acció antiinflamatòria i cicatritzant. Estimula la circulació local. Antiasmàtic, antireumàtic, antidepressiu, en l'Alzheimer i en algun càncer.

Faves

Llavor i fruit de la favera, planta herbàcia. Llegum utilitzada en l'alimentació humana, conreada des de l'edat del bronze (2S 17, 28; Ez 4, 9). En temps de recessió econòmica o fam, s'afegia ferina de fava a la composició del pa.

Figues

Son el fruit de l'arbre *Ficus carica*, cultivat a tota la conca mediterrània i esmentat en quasi tots els llibres que formen la Bíblia. Ja el trobem mencionat en el Paradís terrenal: < “Llavors a tots dos se'ls van obrir els ulls, i s'adonaren que anaven nus; i es van fer uns davantals cosint fulles de figuera” > (Gn 3, 7). D'aquí la frase: “anar nu com un Adam”, que s'aplica tant en l'aspecte físic com mental. Molt apreciades per totes les cultures d'aquesta àrea geogràfica, (Nm 13,23; Dt 8, 7-10) tant en l'alimentació (Jt 9, 10-11; 1S 25, 18) com en la cura del cos. També són utilitzades amb un missatge profètic (Jr 24, 1-10), o amb una aplicació moralitzant (Mt 7, 16 i 21, 19 i 24, 32; Mr 13, 28; Lc 21, 29).

Aquest fruit conté prebiòtics, calci; i també s'ha vist que alenteix el creixement d'alguns tumors. En temps bíblics, s'utilitzaven en forma de cataplasma sobre les úlceres, els furúncols i erupcions de la pell (2R 20, 7; Is 38, 21).

Fonoll

Planta herbàcia, amb els noms de Bot (en castellà Hinojo), i amb diferents varietats com el fonoll ordinari, el dolç, el pudent, el caballí, el marí. Floreix a l'àrea mediterrània. Forma part del grup de plantes que els jueus les delmaven (Mt 23, 23).

El suc de mastegar la tija del fonoll, té propietats digestives.

Gàlban

Planta originària de Persia, que conté una resina aromàtica que s'usava per preparar encens (Ex 30, 34) i perfum. Aquest producte s'obté fent talls a la tija d'aquesta planta, que conté la umbel·liferona que té propietats expectorants i balsàmiques.

Garrofa

És el fruit del garrofer, utilitzat com a farratge per a l'alimentació dels animals (Lc 15,16) o aliment de poca qualitat (Mt 3, 4). Les seves llavors contenen galactomannana, producte usat en dietètica per apri-mar, ja que és indigerible. La polpa del fruit és antidiarreica i usada en la fabricació d'alguns medicaments i farina astringent.

Herbes amargues

Mencionades a la Bíblia per acompanyar el cabrit en el sopar pasqual (Ex 12,8; Nm 9,11). Era una mescla de diferents herbes del gènere *Cichorium* (*C. Intybus* o xicòria salvatge, *C. Endivium* o endívia), *Latua sativa* o enciam i *Beta vulgaris* o bleda, amb un gust amargant. Estaven àmpliament distribuïdes per Egipte, el Pròxim Orient i l'Àsia occidental. Aquest plat tenia un significat transcendent, amb records del passat i esperança en el futur.

Aquestes herbes amargues contenen lactones i principis actius amb poder narcòtic i, hepato-protector o desintoxicant; a dosis altes, serien verinoses. Efecte diürètic i antiinflamatori.

Hisop

Nom que abraça diferents espècies vegetals de plantes herbàcies perennes com l'*Hyssopus officinalis*, coneguda com a hisop, aspergí o salpasser; a la qual se li han atribuït diferents propietats medicinals com efectes antibiòtics i antifúngics. També té propietats febrífugues i expectorants en la bronquitis o la tos.

Amb el mateix nom hi ha la *Origanum majorana*, coneguda com a marduix, maraduix, amàrac; o la *Sorghum vulgare* anomenada meuca o melca, canya dolça, dacs de bou, de la família de les gramínies, utilitzada com a planta farratgera, i en regions de l'Àfrica i l'Àsia com a substàncies aliment.

A la Bíblia s'esmenta en diferents contexts (1R 4, 33), en els rituals de “purificació” de persones (Sl 51, 7) o coses, pel seu contingut en formol (Ex 12, 22; Lv 14, 4.6.49.52; Nm 19, 6.18).

Llenties

Planta lleguminosa, conreada des de molt antic, pel seu alt valor nutritiu en contingut d'aminoàcids. Utilitzades en l'antiguitat com a moneda d'intercanvi comercial. I en afers tan transcendents com la primogenitura de la família, que comportava privilegis econòmics, religiosos i socials, com podem apreciar en aquesta història:

< “Una vegada Jacob estava guisant un menjar quan tornava Esaú del camp tot fatigat. I Esaú digué a Jacob: “Deixa'm menjar d'això vermell que tens aquí, que estic esgotat” (D'aquí ve que li diuen Edom, que vol dir roig). I Jacob li fa: “Ven-me ara mateix la teva primogenitura”. Respongué Esaú: “Defalleixo, de què em servirà la primogenitura?”. Jacob seguí: “Jura-m'ho ara mateix”. Ell va fer el jurament, venent la primogenitura a Jacob. Llavors Jacob va donar a Esaú pa i estofat de llenties. Ell va menjar, va beure, es va aixecar i se n'anà. Així va menysprear Esaú la primogenitura”. (Gn 25, 29-34). > Present en la dieta del poble d'Israel a Palestina (2S 17, 28 i 23, 11).

Riques en ferro. Conté polifenols amb capacitat antiinflamatòria. Baixa el colesterol. Estabilitzen la glucèmia.

Llevat

Fongs de l'ordre dels endomicetals, que produeixen enzims que provoquen canvis bioquímics importants en els productes naturals. El més conegut i el més utilitzat des de l'antigor és el *Sacharomices cerevisae*, per lleudar el pa. Entre els jueus, també tenia un significat ètic (Mt 16, 6.12; Mr 8, 15). Jesús utilitzà el símil del llevat amb el poder transformador dels seus ensenyaments (Mt 13, 33; Lc 13, 20-21).

Magrana

Són el fruit del magraner, un arbre molt antic, originari del sud de l'Àsia. Cultivat també a Palestina i Egipte (Nm 13, 23; Dt 8, 8; Nm 20, 5). També formaven part de la iconografia i decoració del temple de Jerusalem i del vestuari del gran sacerdot (1R 7, 18.20-21; Ex 28, 33-34 i 39, 26).

Aquest fruit és un antioxidant molt potent (superior al vi o al té verd). Se li atribueixen propietats astringents i vermífugues. Segons la revista *American Journal of Cardiology*, és beneficiós el seu consum en la malaltia coronària perquè redueix la placa d'ateroma.

Mandràgora

Planta herbàcia de la família de la belladona que produeix una fruita aromàtica. Les arrels tenen un alcaloide, la mandragorina, amb propietats narcòtiques. Conté atropina i escopolamina. També, se li han atribuït poders afrodisíacs (Ct 7, 13) i guaridors de l'esterilitat, i és en aquest sentit que s'utilitza en els textos bíblics.

< “*Succeí que Rubèn, al temps de la sega del blat, va sortir al camp i va trobar mandràgores i les portà a la seva mare Lia. I Raquel va dir a Lia “donem d'aquestes mandràgores del teu fill”. Però ella li va dir “¿No en tens prou d'haver-me pres el meu marit, que encara em vols prendre les mandràgores del meu fill?”*”. Raquel li respongué: “*D'acord, que aquesta nit dormi (Jacob) amb tu a canvi de les mandràgores del teu fill*” > (Gn 30, 14-15).

Alguns experts suggereixen que es podria tractar de l'arrel del ginseng, per les seves propietats medicinals.

Menta

Planta aromàtica i remeiera amb virtuts tòniques, estimulants, carminatives i calmants. Apreciada des de l'antiguitat (Lc 11,42; Mt 23, 23), amb valor comercial, perquè pagava la contribució del delma.

En medicina s'usen les fulles i l'àpex florit pel seu contingut en oli essencial, ric en un alcohol terpènic, el mentol. Té un efecte anestèsic sobre la mucosa gàstrica i antiespasmòdic, degut a flavonoides com la listerina. És també carminativa, eupèptica, coleràtica i colàgoga. Té efectes beneficiosos en l'ovari poliquístic, per disminuir els andrògens i la testosterona. Millora la memòria i la cefalea.

Mill

Planta herbàcia de la família de les gramínies *Panicum millaceum*, originària de l'Índia. Apreciat en l'alimentació des de l'antiguitat, pel contingut en aminoàcids (Ez 4, 9), i amb valor comercial per a intercanvis (Ez 27, 17).

Mirra

També coneguda com a “Balsamodendron mirra”. És una resina aromàtica que s’obté de diverses espècies de *Commiphora abyssinica*. Utilitzada amb finalitats comercials (Gn 37, 25), religioses (Ex 30, 23) i de regal distingit: < “Després entraren a la casa, van veure l’infant amb la seva mare, Maria, i de genolls, el van adorar. Llavors van obrir les seves arques i li van oferir, or, encens i mirra” > (Mt 2, 11). Les “ofrenes” del món bíblic, eren obsequis molt valuosos, de caràcter religiós o laic, ofertes a les deïtats o a persones molt rellevants. Mencionada en composicions poètiques (Ct 5, 1).

En la medicina popular és emprada com a carminatiu i estimulants. Antiinflamatori i cicatritzant, per netejar ferides i infeccions de la pell. Conte alguns terpenoïdes i esteroides. Disminueix el colesterol i els triglicèrids. Millora la depressió i estabilitza les emocions (Mc 15, 23).

Alguns autors de l’Antic Testament donen el nom de mirra a una planta que creix a Palestina al començament de la primavera, de la qual s’extreu una substància dolça, utilitzada per tractar les aftes de la boca i faringe per la seva capacitat antisèptica; i per preparar ungüents i perfums (Pv 7,17; Jn 19,39-40).

Mostassa

Planta herbàcia que a Palestina creix a la vora dels torrents. La varietat bíblica probablement es la mostassa negra. Pot arribar a alçades de fins a tres metres, sent una de les hortalisses més grans (Mt 13, 31-32; Mr 4, 31-32; Lc 13, 19). Mencionada per Jesús, amb finalitat instructiva.

Les llavors s’utilitzen com a condiment, i en surt un oli. El consum de les seves llavors, molt petites, s’ha comprovat que disminueixen el càncer de colon, pulmó i pròstata. També s’han usat en cataplasmes sobre el pit, per tractar les bronquitis, la pneumònia.

Nard

Compost aromàtic molt costós fet amb oli de festuc, la *Pistacia vera*, i de llentiscle *Pistacia lentiscus*, ambdues espècies de la família de les anacardiàcies. Era signe de voluptuositat i de distinció social (Ct 1, 12

i 4, 13-14; Mc 14, 3; Jn 12, 3).

Se li atribueixen propietats antiinflamatòries, anticonvulsiu; antifúngic. Utilitzat en l'insomni i la depressió. Bloqueja els canals de calci i baixa la pressió sanguínia.

Oliva

És el fruit d'un arbre: l'olivera, que surt mencionada més de 140 vegades a la Bíblia. És un símbol de prosperitat, abundància, benedicció i longevitat (2R 18, 32; Job 20, 17 i 29, 6; Sl 52, 8; Jr 11, 16; Os 14, 6); i en els rituals del temple (Ex 27, 20-21). Era utilitzat en els intercanvis comercials d'Israel amb l'exterior (Ez 27, 17).

Més enllà del valor nutricional o comercial de l'oli d'oliva, l'olivera és utilitzada per l'apòstol Pau per il·lustrar la relació existent entre el cristianisme i el judaisme. Els primers són considerats branques provinents d'oliveres bordes, que han estat empeltades en el tronc bo per rebre la saba procedent de les arrels jueves i donar fruit. Més enllà de l'aplicació estrictament religiosa, aquesta és una declaració programàtica de la influència de la cultura hebrea en la cultura occidental, que ells anomenaven com els gentils (Ro 11, 13-24).

Les fulles tenen un ús medicinal, degut a la presència d'un glicòsid amb funció ester, que és actiu sobre la musculatura llisa, amb una acció espasmolítica, hipotensora suau, dilatador coronari i antiarítmic.

L'oli obtingut de premsar les olives és utilitzat en l'alimentació, com un nutrient de primera categoria. Se'l coneix com a "or verd". Regularitza i manté els lípids de la sang en nivells fisiològics.

Aplicat externament i en particular a les ferides (Is 1, 6), redueix els bacteris de la pell i té un efecte antiinflamatori i protector. En el relat evangèlic de la solidaritat del "bon samarità", aquest utilitzà l'oli en la cura de les ferides de l'agredit (Lc 10, 34).

Ordi

Planta herbàcia de la família de les gramínies, del gènere *Hordum*. És un dels cereals conreats des de més antic a les regions del pròxim i mitjà Orient (Ex 9, 31; Job 31, 40), molt resistent i, plenament incor-

porat a la dieta del poble d'Israel, pel seu valor nutritiu (Dt 8, 8; Rt 1, 22). El pa d'ordi era consumit pels pobres (Jt 7, 13; 2R 4, 42; Os 3, 2); i el gra, aliment per al bestiar (1R 4, 28). També tenia una funció ritual o religiosa i de valor monetari (Lv 23, 10 i 27, 16; Nm 5, 15).

Medicament, s'ha comprovat que redueix l'absorció de la glucosa i el colesterol, i disminueix el colesterol LDL.

Palmera

És un arbre conreat des de molt antic. Ben cuidada, pot viure i produir uns 200 anys. Va constituir un element important en la dieta i l'economia de Palestina. Jericó es coneguda com la ciutat de les palmeres. La palma bíblica per excel·lència és la *Phoenix dactylifera* o palmera de dàtils, originària de l'Àfrica septentrional i de l'Àsia sud-occidental (Ex 15, 27; Nm 33, 9; 2C 28, 15; Is 19, 15; Jl 1, 12;). Apareixia gravada en les monedes hebrees; i en el disseny i ornamentació del temple de Salomó (1R 6, 29.32.35). També la trobem relacionada amb festes i celebracions de caràcter religiós i civil (Lv 23, 40; Jt 4, 5; 1R 6, 29; Is 9, 14; Jn 12, 13; Ap 7, 9).

El seu fruit, els dàtils, són rics en carotè. El seu consum regular disminueix els triglicèrids de la sang i els marcadors inflamatoris. Contenen flavones que milloren la permeabilitat capil·lar i redueixen la degeneració macular de la retina.

Pistatxer

Arbre de la família de les anacardiàcies. Creix a una alçada de 3.000 metres a l'Himàlaia; relacionat amb la família de la valeriana. El seu fruit, conegut com a festuc, es menja com a fruita seca (Gn 43, 11). El seu oli s'emprava per a l'obtenció del nard (Gn 37, 25). Té propietats sedants i relaxants.

Poma

És el fruit del pomer, arbre originari de l'Àsia occidental i l'Europa oriental, conreat des de molt antic, també a Palestina (Jl 1, 12). Utilitzat en sentit al·legòric en els escrits bíblics (Ct 2, 3) o pedagògic (Pr 25, 11). La mitologia popular associa la poma al fruit de la temptació d'Eva al Paradís.

Fruita amb un ph neutre, que conté pectines útils en els processos diarreics. És coneguda la dita en angles “An apple a day, takes the Doctor away”.

Porro

Planta herbàcia, d'olor característica, empleada en l'alimentació, coneguda pels israelites durant la seva estada a Egipte (Nm 11, 5). El seu conreu és molt antic.

Raïm

És el fruit de la vinya, planta arbustiva o enfiladissa. La vinya s'expandí per tota la mediterrània (Nm 13, 23; Dt 8, 8). El poble d'Israel visqué íntimament lligat al seu cultiu i consum, des dels temps de Noé (Gn 9, 20). També, formava part dels ritus i celebracions religioses (Mt 26, 26-29). La vinya fou utilitzada en sentit pedagògic (Mt 20, 1-16; Mc 12, 1-9; Jn 15, 1-6). En la literatura bíblica sempre es recomana la moderació en el consum, perquè l'excés despersionalitza i produeix alienació (Pr 20, 1; 23, 31). Mencionat en la literatura poètica (Ct 4, 10 i 5, 1; Jl 3, 18).

En el llibre dels Jutges (9, 8-15) hi ha una al·legoria versificada, del món de la botànica amb moltes ensenyances per als humans:

< “Una vegada, els arbres van decidir elegir-se un rei, i van dir a l'olivera: regna tu sobre nosaltres. Però l'olivera els respongué : Com puc renunciar al meu oli, que serveix per a honorar Déu i els homes, per anar a aixecar-me per damunt els arbres?.

Llavors els arbres van dir a la figuera: vine tu, i regna sobre nosaltres. Però la figuera els respongué: Com puc renunciar a la meva dolçor i el meu fruit excel·lent, per anar a aixecar-me per damunt dels arbres?.

Llavors els arbres van dir al cep: Vine tu, i regna sobre nosaltres. Però el cep els respongué: Com puc renunciar al meu most que alegra Déu i els homes, per anar a aixecar-me per damunt dels arbres?.

Llavors tots els arbres van dir a l'esbarzer: Vine tu i regna sobre nosaltres. Però l'esbarzer respongué als arbres: Si és amb bona fe que voleu ungir-me rei sobre vosaltres, veniu a refugiar-vos a la meva ombra; i si no, sortirà foc de l'esbarzer i consumirà els cedres del Líban” >.

El vi és el producte resultant de la fermentació natural del suc del raïm, conegut com a most. (Am 9, 13; Mi 6, 15). El vi era emprat

entre els hebreus per afavorir la digestió i evitar infeccions digestives (1Ti 5, 23).

El vi era usat per a la desinfecció de ferides, pel seu contingut en alcohol (Lc 10, 34). La pell del raïm negre conté resveritrol i altres enzims, que redueixen la inflamació i augmenten la resistència anticancerosa. També té efectes antihistamínics i, com a vasodilatador pot millorar algun tipus de demència (Alzheimer).

Ruda

És una planta herbàcia o arbustiva, cultivada i molt apreciada a l'antigor, per les seves propietats emmenagoges (que afavoreix o estimula l'aparició del flux menstrual) i abortives, i era utilitzada amb aquestes finalitats. Es troba inclosa dintre les plantes comercials que pagaven el delme (Lc 11, 42-43).

Safrà

Són els estigmes dessecats de la safranera, molt apreciats com a condiment i com a matèria colorant d'origen vegetal, que s'ha emprat en cosmètica i en farmàcia (Ct 4, 14).

Salze o Saule

És un arbre que creix a prop dels torrents i sèquies, formant part dels boscos de ribera. (Lv 23, 40; Is 44, 4; Ez 17, 5; Sl 137, 2).

La seva escorça s'ha usat com a analgèsic i antipirètic.

Sàndal

Arbre indígena de l'Àsia tropical, molt apreciat per la seva fusta en ebenisteria fina. Utilitzat en la fabricació del temple de Jerusalem i el palau de Salomó, i en la fabricació d'instruments musicals (1R 10, 11-12; 2C 2, 8 i 9, 11). La seva olor és repel·lent per als insectes, però agradable per a les persones.

D'algunes espècies se n'extreu un oli essencial utilitzat en perfumeria i farmàcia.

Tàpera

És la poncella de la taperera. També coneguda com a caparra o alcaparra. Usada en alimentació per les propietats gustatives. Menciona-des al llibre de Eclesiàstic (Coh 12, 5).

Xicoira

Planta herbàcia amb propietats tòniques, aperitives i estomacals. També se la coneix amb els noms de cama-roja i masteguera. Forma-va part de les “herbes amargues” que acompanyaven la carn del cabrit del sopar pasqual (Ex 12,8; Nm 9,11).

ELEMENTS TERAPÈUTICS I NUTRICIONALS D'ORIGEN MINERAL

Els elements terapèutics d'origen mineral són menys nombrosos, però no menys importants. Han estat utilitzats per totes les cultures en tots els continents, fins als nostres dies. Alguns són constitutius de la composició dels essers vius.

Empleats en la sèrum teràpia, per via oral o endovenosa. La hidroteràpia, la fangoteràpia, etc., són una part de la terapèutica tova, no agressiva. També presents en l'àmbit de l'alimentació.

Aigua

L'aigua és un element terapèutic conegut i utilitzat per totes les civilitzacions des de l'antigor. El seu ús pot ser intern (beguda), o extern (aplicada), en funció del tipus de malaltia. A la Bíblia trobem alguns casos on l'aigua és protagonista: es relacionen amb trastorns digestius i, àdhuc amb l'esterilitat (Ex 15, 22-27). Dins el sistema ritual hebreu, l'aigua era un element important en els ritus de purificació (Jn 3, 5), i també en les costums higièniques i preventives del contagi.

En la legislació mosaica, les aigües amargues foren usades per descobrir els casos d'infidelitat conjugal de la dona. Si el marit sospitava de la muller, tenia que portar-la al sacerdot, que prendrà aigua sagrada amb pols del terra del Tabernacle, les aigües amargues de la maledicció, i li farà un jurament imprecatori dient-li: < “*Que el Senyor faci estèril el teu si i que s'infla el teu ventre; i que aquesta aigua portadora de maledicció et penetri les entranyes*” >; abans que la dona beguís l'aigua amarga de la maledicció (Llei de la gelosia. Nm 5, 12-28). Mencionada en la literatura poètica (Jl 3, 18).

A la Bíblia trobem alguns relats de curacions en relació amb l'aigua. En el segon llibre dels Reis (5, 10-14) es parla de la curació de Naamàn, general de l'exercit del rei de Síria, amb problemes cutanis, que fou curat després de submergir-se set cops a les aigües del riu Jordà: < “*Llavors Eliseu va enviar un missatger que li digues: ”Ves i banya't set vegades en el Jordà, i el teu cos és refarà i quedaràs net”*. Però Naaman va marxar enfurismat ¿Es que els rius de Damasc, l'Amanà i el Parpar, no són millors

que totes les aigües d'Israel? Llavors els seus servents se li van acostar i van parlar-li així: “Pare meu, si el profeta t’hagués manat alguna cosa difícil, no l’hauries feta?. Doncs amb molta més raó quan t’ha dit “Renta’t i quedaràs net”. Llavors va baixar, es va banyar set vegades al Jordà i el seu cos es va tornar com el cos d’un infantó, i va quedar net” >. A l’evangelí de Joan (5, 2-3) ,es parla de l’existència a Jerusalem d’un estany d’aigua, que de tan en tant es movien i, la primera persona malalta que hi entrava quedava guarida.

Argila

Es conegut el valor terapèutic de certs tipus de fangs, en funció de la seva composició química, que han sigut utilitzats des de l’antiguitat amb aquesta finalitat. També té un caràcter simbòlic de la constitució física de l’esser humà (Job 10, 9). El fang aplicat sobre la pell, té un efecte antiinflamatori en traumatismes i forunculs.

L’evangelí de Joan (9, 6-7) ens relata el cas d’una persona invident a la que Jesús curà, fent fang amb la saliva i aplicant-lo sobre els ulls i enviant-lo a rentar-se la cara a l’estany de Siloe, a Jerusalem.

Brea o Quitrà

És una substància que als escrits bíblics, tant podria ser d’origen vegetal com mineral. En alguns casos es podria tractar d’una resina, i en altres d’un subproducte del petroli, de caràcter inflamable (Is 34, 9). Noè va utilitzar brea per a impermeabilitzar l’embarcació construïda (Gn 6, 14), i també el que utilitzà la mare de Moisés per impermeabilitzar l’arca en que amagà el seu fill al riu Nil (Ex 2, 3).

Són conegudes les propietats del Mar Mort en el tractament de certes malalties cutànies com la psoriasis i altres.

Sal

La sal és un element molt valuós en totes les societats tradicionals. Tan és així que, el pagament del treball es coneix com a “salari”, perquè antigament es pagava amb la sal. És una substància que permet la conservació dels aliments, que dona sabor o potencia el gust d’altres (Mt 5, 13). En el poble d’Israel, la sal formava part de totes les ofrenes (Lv 2, 13; Esd 6, 9; 7, 22; Ez 43, 24).; i també com a símbol de maledicció (Sof 2, 9).

Emprada en sentit pedagògic (Mr 9, 50). És conegut el relat de l'esposa de Lot, que és convertí en estàtua de sal, quan fugien de la destrucció de Sodoma i Gomorra (Gn 19, 26). En el territori de Judà, a la zona del desert, hi havia sis ciutats, una de les quals es coneixia com a Ciutat de la sal. La zona del Mar Mort, a l'actual Israel, és un dels punts de màxima salinitat de la terra (Dt 29, 22).

La sal fou utilitzada per a potabilitzar l'aigua de consum, en temps del profeta Eliseu (2R 2, 20-22). També, és apreciada per les seves propietats organolèptiques (Job 6, 6).

En l'àmbit mèdic també té aplicacions, en funció de la seva composició qualitativa i quantitativa, que pot variar segons el lloc d'origen. Per això es prescrivia "anar a prendre les aigües" d'una determinada font, segons el problema de salut. Diluïda amb aigua, també s'utilitza en la seroteràpia i per a la rehidratació; en aplicacions externes com la hidroteràpia o la balneoteràpia.

ELEMENTS D'ORIGEN ANIMAL

Els elements d'origen animal estan presents en els escrits bíblics des dels temps patriarcals, com a ramaders transhumants que eren, fins al període sedentari del poble d'Israel. Formen part dels ritus religiosos i simbòlics de la cultura hebrea. Aquests aliments eren difícils de conservar i, es consumien en festes o celebracions religioses o comunals.

L'ús i la manipulació d'aquests elements, estaven subjectes a unes estrictes normatives o prescripcions, tant de tipus higiènic-sanitàries com de caràcter ritual (Lv 11 i 22). Existien els animals “nets”, aptes per al consum (generalment herbívors), i els “impurs” (carnívors o carronyers), no aptes per a l'alimentació humana.

Respecte als derivats de la llet, és difícil precisar si es tracta de mantega, formatge o quallada, depenent de les diferents versions o traduccions de la Bíblia.

Formatge

Ha estat un aliment proteic concentrat, que es podia transportar i conservar durant un cert temps i, per tant, ben apreciat per al consum, en els exercits i com a regal (1S 17, 17-18; 2S 17, 29). També se li dona un cert significat simbòlic en la composició del cos humà (Job 10, 10).

Altres derivats làctics: mantega, mató, quallada

Mantega utilitzada en l'alimentació de David i el seu exercit (2Sa 17, 29). Mencionada amb sentit poètic (Sl 55, 21). Signe d'abundància (Job 29, 6). El procés d'obtenció de la mantega (Pr 30, 33).

En època patriarcal és menciona el mató (recuit, brossat, brull), que era ofert als hostes i visites (Gn 18, 8) i, en el període monàrquic es parla de l'abundància d'aquest producte (Is 7, 22). També utilitzat en sentit profètic (Is 7, 15).

Quallada de les vaques (Jt 5, 25; Dt 32, 14)

Llet

Apareix mencionada en el procés de formació o creació de l'esser humà (Job 10, 10). Era un aliment molt apreciat, propi de les cultures ramaderes i transhumants en temps dels patriarques, i posteriorment en temps de la monarquia (Gn 18, 8; Is 55, 1-2). L'efecte de la llet en les dents

(Gn 49, 12). És un signe d'abundància (Ex 3, 8 i 17; 13, 5; 33, 3; Lv 20, 24; Nm 13, 27; 14, 8; 16, 14; Dt 27, 3; Job 20; 17; Ez 20, 6 i 15), i un present (Jt 4, 19; 5, 25). També, és un recurs poètic (Ct 5, 1; Is 60, 16; Jl 3, 18), o pedagògic (1Co 3, 2 i 9, 7; He 3, 12 i 13; 1Pe 2, 2).

La llet podia ser de cabra (Pr 27, 27), d'ovella (Dt 32, 14) o de vaca (Is 7, 21).

El sèrum de la llet quallada (Job 6, 6). Utilitzada per rentar-se els ulls, en les afeccions oculars (Ct 5, 12).

Mel

És un producte fabricat per les abelles, a partir del nèctar de les flors, d'un gran valor nutricional (Mt 3, 4; Mc 1, 6). Consumida i utilitzada des de l'antigor per quasi totes les civilitzacions (Gn 3, 8). S'ha trobat en tombes egípcies, conservant encara les seves propietats. Era un present molt apreciat (Gn 43, 11) i signe d'abundància (Job 20, 17; Is 7, 22). Utilitzada en l'alimentació dels exercits (2S 17, 29) i dels habitants del desert (Mt 3, 4). Imatge poètica de dolçor i benestar (Ct 4, 11 i 5, 1) i, profètica (Is 7, 15). Utilitzada en els intercanvis comercials (Ez 27, 17).

A la Bíblia és mencionada fins a 20 vegades, una d'elles en forma d'endevinalla, plantejada per Samsó als filisteus durant el seu banquet de casament, basada en la seva experiència personal prèvia d'esquarterar un lleó, i posteriorment trobar-hi bresques de mel a la seva carcassa. < “Samsó els digué: “Vaig a proposar-vos una endevinalla. Si trobeu la solució durant els set dies que dura el banquet i l'encerteu, jo us donaré trenta camises i trenta mudes de vestit. Però si no podeu endevinar-la, llavors vosaltres em donareu a mi les trenta camises i les trenta mudes de vestit”. I ells van dir: “Proposa la teva endevinalla, que l'escoltarem”. Ell els digué: “Del qui menja n'ha sortit menjar, i del forçut n'ha sortit dolçor” >. Davant la incapacitat de trobar la resposta, els filisteus van amenaçar a la dona de Samsó perquè els hi dones la solució. I a l'últim dia del banquet, abans de la posta del sol del setè dia, li van dir: < “Què hi ha més dolç que la mel, i què hi ha més forçut que un lleó?”. Però ell els respongué: “Si no haguéssiu llaurat amb la meua vedella no hauríeu encertat la meua endevinalla” > (Jt 14, 5-6, 8-9, 11-18).

La literatura de l'Antic Testament, es refereix a Palestina com “un país que regalima llet i mel”, metonímia de la fertilitat i bellesa de la

regió en aquell temps (Ex 3, 8). I al Nou Testament, la mel formava part de l'alimentació de Joan el Baptista (Mr 1, 6).

La mel conté probiòtics. També, és antioxidant. Aplicada sobre les ferides, té un efecte antibiòtic i facilita la cicatrització.

Ous

No sembla que fossin molt usats en l'alimentació humana dels temps bíblics, encara que les gallines eren conegudes a Egipte al segle XV a.C.. Les referències als ous en l'Antic Testament, són de diverses espècies d'aus silvestres o de serps, no de gallina, i s'utilitzen com una imatge de poder polític (Is 10, 14). També tenen una aplicació moral (Is 59, 5). Al llibre de Job, es mencionen els ous d'estruç (39, 14), i les característiques organolèptiques de la clara de l'ou (6, 6).

En temps de Jesús, són mencionats els ous i les gallines en l'alimentació i amb caràcter pedagògic: *<"Si el fill li demana un ou, li donarà un escorpi?" >*(Lc 11, 12 i 13, 34).

No hem trobat referències a l'ús dels ous amb capacitat re-epitelitzants cutanis en les ferides.

Peix

El peix ha estat part de la dieta dels pobles mediterranis, des de l'antiguitat (Nm 11, 5). Els israelites no eren un poble de navegants. Però sí, pescadors d'aigua dolça, en els rius i llacs interiors (Ez 47, 8-9). Es menciona l'ofici de pescador (Ez. 47, 10; Mt 4, 18; Mr 1, 16; Jn 21, 3-6). El consum de peix estava regulat per la normativa mosaica, que exclouia els animals aquàtics carnívors o carronyers.

En temps de Jesús, els seus biògrafs o evangelistes ens parlen del consum de peix com un aliment popular (Mr 6, 38-43; Lc 24, 41-43; Jn 6, 9-13). El peix també és usat en sentit pedagògic (Mt 7, 10; Lc 11, 11), o al·legòric (Mt 4, 19; Lc 5, 10).

En l'actualitat són coneguts els beneficis del consum del peix blau, ric en àcids grassos insaturats Omega 3 i altres, que disminueixen el colesterol i prevenen les plaques d'ateroma. Són constituents de les membranes cel·lulars i precursors de les prostaglandines, trombo-

xà, leucotriens, etc. També tenen un paper important en la prevenció o millora d'algunes malalties de caràcter neurològic com el dèficit d'atenció, la síndrome d'hiperactivitat, trastorn bipolar, etc.

Carn

La carn era consumida pels israelites en motiu de ritus religiosos o celebracions civils. No era d'ús quotidiana.

La carn consumida pels hebreus, segons els escrits bíblics, era procedent de la ramaderia: el bé, la cabra la vaca i alguna au de corral com el colomí, la tòrtora o la gallina. El seu consum estava estrictament regulat en les lleis mosaïques, així com en les normes del sacrifici i la forma de cuinar-los. Això està clarament explicitat en el llibre de Levític, al capítol 11, on diferencia entre animals purs i im purs, entre els que es poden menjar i els que no s'han de menjar: *<Aquesta és la llei sobre les bèsties, els ocells, tots els animals que viuen i es mouen a l'aigua i totes les bèsties que s'arrosseguen per terra. Amb aquesta llei podreu distingir entre els animals purs i els impurs, entre els animals que es poden menjar i els que no s'han de menjar>*.

L'ús religiós i sacrificial de la carn o dels animals per part dels sacerdots, està descrita als capítols 8 i 9 del mateix llibre de Levític. Els animals reservats als sacrificis i les ofrenes, estan clarament especificats al capítol 22, versets 17 al 29 del mateix llibre de Levític.

CONCLUSIÓ

Una prova de la influència de la cultura jueva en la cristiana occidental, és la utilització actual d'expressions que ens remetent a fets descrits en la literatura bíblica com: “posar s’hi fulles” per tapar la nuesa física o mental (Gn 3, 7); “fruita del Paradís” com a símbol d’exuberància i excel·lència (Gn 2, 9); “portar una branca d’olivera” com a senyal de pau i sobre vivència (Gn 8, 11); “vendre’s per un plat de lleties” fer una transacció desigual o un mal negoci (Gn 25, 29-34); “rebre amb palmes” com un honor reservat als reis o a les altes magistratures (Jn 12, 13); “més dolç que la mel” estableix el patró de dolcesa.

Els recursos naturals -tant d’origen animal, vegetal o mineral-, han estat utilitzats al llarg de la història i per totes les civilitzacions com a elements terapèutics, fins ben entrat el segle XIX, formant part de la saviesa popular i de l’auto-cura. Recordem els llibrets o manuscrits de medicina o farmàcia domèstica presents en moltes llars i, avui substituïts per les consultes a internet.

En el moment actual, que incorporem el concepte holístic de “One Health”, és important obrir-se a l’estudi i el coneixement de tots els elements naturals i de totes les tradicions terapèutiques, per obtenir el major benefici en un món amb recursos limitats.

Signes d'abreviació dels llibres de la Bíblia citats en aquest discurs

Ge.	Gènesi
Ex.	Èxode
Lv.	Levític
Nm.	Nombres
Dt.	Deuteronomi
Jos.	Josué
Jt.	Jutges
Rt.	Rut
1S.	1r Samuel
2S.	2n Samuel
1R.	1r Reis
2R.	2n Reis
1Cr.	1r Cròniques
2Cr.	2n Cròniques
Esd.	Esdres
Neh.	Nehemies
Est.	Ester
Job.	Job
Sl.	Salms
Pr.	Proverbis
Coh.	Cophelet o Eclesiàstic
Ct.	Càntic dels càntics
Is.	Isaïes
Jr.	Jeremies
Ez.	Ezequiel
Dn.	Daniel
Os.	Osees
Jl.	Joel
Am.	Amós
Mi.	Miquees
Sof.	Sofonies
Mt.	Mateu
Mr.	Marc
Lc.	Lluc
Jn.	Joan
Ro.	Romans
1Co.	1r Corintis

1Ti. 1r Timoteu
He. Hebreus
1Pe. 1r Pere
Ap. Apocalipsi

La versió bíblica utilitzada en les cites d'aquest treball és la *Bíblia Evangèlica Catalana* o <La Bíblia del 2.000>, publicada per la Institució Bíblica Evangèlica de Catalunya.

REFERENCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- Horn, Siegfried H. *Diccionario Bíblico Adventista del Séptimo Día*. Buenos Aires, Asociación Casa Editora Sudamericana, 1995.
- Llobet, Toni i Imma Espel. *101 Plantes medicinals I aromàtiques silvestres a Catalunya que cal conèixer*. Valls, Cossetania, 2022.
- Lotschert, W; Beese, G. *Guía de las plantas tropicales*. Barcelona, Ediciones Omega, 1983.
- Masclans, Francesc. *Els noms de les plantes als Països Catalans*. Granollers, Editorial Montblanc-Martín, 1981.
- Moldenke, H. N. I A. L. *Plants of the Bible*. Massachusetts, Waltman, 1952.
- Pamplona Roger, Jorge. *Enciclopedia de las plantas medicinales*. Madrid, Editorial Safeliz, 1995 (2 volums).
- Selecciones del Reader's Digest. *Secretos y virtudes de las plantas medicinales*. Madrid, 1980.
- Ylla-Català, Miquel. *Les plantes en la Bíblia*. Barcelona, Editorial Claret, 1995.



REIAL ACADÈMIA DE FARMÀCIA DE CATALUNYA