

**Zeitschrift:** Igl Ischi : organ della Romania (Societat de Students Romontschs)  
**Band:** 79 (1997)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Jarvas medicinalas  
**Autor:** Condrau, Augustin  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-881660>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 06.10.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## **Jarvas medicinalas**

La part suandonta ei in extract dil cudisch: „Jarvas medicinalas, ragischs e puma selvadia dallas Alps.“

### **Impurtontas directivas**

Quellas jarvas medicinalas ein mo encunter malsognas levas: ei dependa tgei en special:

Las jarvas gidan quels ch'eiin suttapost a malsognas dil cor, a malsognas dalla circulaziun dil saung, a malsognas dil magun, a malsognas dalla scufla e dils narunchels, a malsognas dil flad e quels che han inflammaziuns en general sco era encunter eczem.

Las jarvas ein eventualmein sco susteniment dallas ordras dil miedi. Tgi che ha ina pressiuin dil saung che survarga 160/100 duei buca curar sesez cun jarvas, mobein consultar il miedi (prighel d'ina daguota dil tgau).

Tgi che ha tussegaziuns da tuttas sorts (p. ex. tussegaziuns da bulius ed acids) duei consultar immediatamein il miedi, pertgei ei sa ir per veta e mort.

Tgi che ha mal il venter ed igl ei buca clar tgei ch'igl ei duei buca empruar cun jarvas, sinaquei ch'il miedi anfli la diagnosa dalla vera malsogna.

Grondas plagas caschunadas entras in accident sto il miedi medegar. Sdremas cotschnas ni mal il bratsch tochen tier las glondas sut il bratsch ni dil pei tochen la gliesta muntan ina greva tussegaziun. Pia consultar immediatamein il miedi.

### **Per ils rimnaders da jarvas**

Mantegn e protegia la natira; rimna mo leu nua ch'ei dat en abundonza! Ei dat avunda autras jarvas cul medem effect curativ.

En loghens indicai da schurmetg, sco era flurs sut schurmetg, dependa dil liug en Svizra, eisi scumandau rigurusamein d'encurir flurs.

Per encurir flurs stos Ti haver cun Tei inaforsch ed in cunti. Mai duesses Ti scarpar ora la flur cun ragisch e tut. Sche Ti vas per ragischs, lai aunc el tratsch empau dalla ragisch per ch'ella possi crescer suenter.

Enquera mo jarvas che Ti enconuschas; ni drova in bien cudisch da determinaziun.

Sper vias stradalas, viasfier e sper fabricas buca enquera jarvas!

Rimna mo jarvas schubras e saunas; jarvas miez magliadas da vermaneglia ed insects lai star!

Jarvas encuretgas da malaura fan meffa! Il meglier temps per encurir ei igl avonmiezdi tochen miezdi.

Rimna mo ton che Ti vegnas da duvrar en in onn, cunquei ch'igl effect dallas jarvas va anavos cul temps.

Jarvas medicinalas duessen ins metter en in canaster ni en in scarnuz da pupi e pér lu el sacados. Arrivaus a casa rasa ora las jarvas immediatamein sin in pupi da pac per sechentar, d'avantatg ell'umbriva. Sche Ti has encuretg ragischs, schubregia ellas cun in barschun da dents, lava silsuenter ellas cuortamein per lu sechentar ellas.

Izuns ed auters fretgs sechenta en furnel cun la pli pintga temperatura duront in'ura.

Conserva las jarvas en in liug schetg e stgir en sacs da lenziel, scattas da stuors ni lenn, migeuls stgirs cun si il num dalla jarva ed eventualmein era il liug nua che Ti has anflau quella jarva.

Drova las jarvas sco prescret, buca dapli, pervia digl effect homeopatic e spagiric dallas jarvas.

Jarvas cun la medema indicaziun medicinala san ins bein mischedar, cunquei che buca mintgin reagescha bein sin ina ni l'autra jarva.

Tut sto vegnir fatg cun amur e stema enviars las jarvas. Tschontscha senza retenientschas cun las jarvas (quei sedat savens cun las bialas flurs en iert, sco era en casa per amur dalla casarina ni dil casarin).

Enquera e drova jarvas che creschan leu nua che Ti vivas!

### **Crestatgiet ni flur striauna**

Ei d'anflar sin las alps en gondas sur 1200 m s.m. sco era en englars tochen sin 2250 m s.m. La striauna ei levamein tussegada; l'experiencia ha denton mussau ch'ins sa far te ordlunder; era mischedau cun outras jarvas (fetg gustus). Il te ei encunter la tuos, reuma, mal dallas giugadiras e mal il dies. Il te ord las flurs (senza feglia e senza best) ei buns encunter inflammaziuns e fa passar l'aua. Ieli da striaunas drovel jeu per far massaschas encunter reuma. Per far ieli da striaunas drovel jeu 1 liter ieli d'ulivas; en quel mettel jeu in pugn e miez flurs striauna cun feglia ed in tec dil best da lenn; quei liquid laschel jeu treis jamnas el sulegl, suenter derschel quel tras in culin ed empleinel igl ieli en butteglias stgiras.

*Te ord las flurs:* encunter inflammaziuns, rinforzament, per far passar l'aua.

*Essenza, spagirica:* (extract en 48 % alcohol) 3x20 daguots, beiber ½ ura avon la tschavera cun ½ migiel aua. Gida encunter inflammaziuns dad arthritis, multiplesclerosa, mals dallas giugadiras, reumatissem, mal il dies, migrena, surtut cu ei mida l'aura ni fa in'aura bletscha; cu ins siua, cu la pial ei inflammada e peztga; pressiun d'urinar, tuffians ed inflammaziuns dall'ossa, encunter mals dall'urida suenter operaziuns. Gida era tier animals da casa; tgauns, cavals, cauras, nuorsas, vaccas. Specialmein encunter arthritis muort aura bletscha; inflam-maziuns e marscha dils peis e toppas.

*Bogns:* Bogn da fein selvadi sec tenor TINI: Metter en in caltschiel ni gaza 10 g fein selvadi, 2 g rena, 1 flur crestatgiet cun best e feglia. Preparaziuns: Ins metta il caltschiel en ina cazzetta cun 2 liters aua freida, lai buglir ca. 5 minutas, metta quei en ina bognera ni en in vischi e far bogn ca. 20 min.

Impurtont mo la damaun ni da miezdi, damai ch'il bogn promova la circulaziun, fa allerts, refrestgenta e fa sesentir bein. Buca lubiu tier problems dil cor ni dalla circulaziun.

Encunter reumatissems, peis e mauns freids, difficultads culla giugadira.

*Ieli da massascha:* Consista d'ieli d'uliva pressiau freid, flurs crestatgiet (feglia e best).

*Tinctura:* Metter flurs crestatgiet cun best e feglia en 1 butteglia stgira dad 1 liter e lien vinars da meila da 42 %, schar star ca. 1-2 meins, 2 ga ad jamna volver la butteglia. Suenterscher tras in culin e conservar en scaffa. Il medem vala per igli ieli da massascha sura.

*Applicaziun:* Far massascha cun ieli (grass), lu daguttar cun tinctura. La tinctura effectuescha ch'igli ieli da massascha penetrescha tgunschamein la pial e fa dubel effect. Encunter mals dallas giugadiras, artritis, greufflis, maldispostadads che derivan dall'aura e dalla humiditad.

*Etg/crema:* Va d'unscher en bein la pial, aschia ei igl effect pli gronds. Tier inflammaziuns suenter accidents, en special giugadiras, musclas, snervada, scarp dalla terschola, urida che vul buca megliurar ni fa mal. Igl etg vegn fatgs ord rena, arnica e crestatgiet.

*Impurtont:* La crestatgiet gida mo encunter inflammaziuns e mals, mai encunter las malsognas d'origin.

*Mèl d'aviuls:* Crestatgiet 60-70 %, 10 % calamandrin („Miosotis“ Vergissmeinnicht) ei buns per rinforzament general encunter mal il culiez, inflammaziuns en bucca, promover il passar da tgierp.

Quei mèl san ins cumprar segir tier 2 apiculturs a Mustér, segir era en auters loghens, efficient ei che aviuls ein duront il zercladur/fenadur en las contradas da crestatgiet e calamandrin.

### **Ragisch rena (Meisterwurz)**

Ei d'anflar tochen sin 1400-2200 m s.m. denter draussa e pastiras, en largias d'uaul e meglier en loghens umbrivauns. Ella ei per mei la jarva la universal e da gronda impurtonza: ins sa buca ragischar ora ella, cunquei ch'ins sto scarpar ni rumper giu ella. Ins sa buca sbagliar ella cun autras. Cun cavar dat la ragisch ora in ferm fried da peiver. La pli ferma e megliera ston ins cavar ualti sisum. Nua ch'ei ha greppa d'arschella ein la ragisch ed il fried tut auter che leu nua ch'ei ha platta-morta. Las meglieras ragischs anflan ins leu nua ch'ei ha greppa

cristallina, gneis ni scalegl. Il plevon Küenzli da Zezras scriva denter auter: „Sche Ti sas buca ir sez a cavar ragischs, dai en cumissiun al caver, mo emblida buca da pagar el bein, el sto cavar ragischs cun fastedis e suar, ellas restan rentadas vid la tiara sco in ranver, e mo cun sforzs san ins cavar ragischs.“ Aunc oz raquentan ils vegls en Surselva a mi co quella jarva vegneva duvrada pli baul. Ina femna da Pardé enta Medel di: „Cu nus eran aunc pigns ed havevan mal ils dents (in dentist deva ei mo a Cuera), prendeva il bab in toc ragisch rena da ca. 2 cm lunghezia, tagliava quel per liung e deva a nus schend: morda sissu e ti has suenter buca pli mal ils dents“. Quei stueva vegnir repetiu pliras gadas! Encunter mal il venter eisi il meglier da far te da ragisch rena ni slignar in toc ragisch en bucca e lu laguoter ella, il medem ei era bien encunter greuflis. Ins stueva spitgar ditg tochen ch’il miedi vegneva si els uclauns ni en Val Sumvitg, ni si Laus, ni tochen si Tschamut, per part cun cavagl, ni a pei la stad, si dies in sacados cun en perlas, etgs e sirups, faschas ed instruments per cuntschar plagas, sco era ina sprezza gronda per lavar ora las ureglias, sco era uaffens per trer o dents. Duront igl unviern stueva il miedi beinduras era montar ils skis da fraissen ni hicori. Per arrivar el liug giavischau duvrava el meinsvart tochen 6 uras. Da quei seregordel jeu aunc da miu bab che fuva miedi a Mustér. Encunter il catar dalla cava dil frunt: 4 ga per ina presa puorla sco tubac da trer, dretg e seniester. Beingleiti ni en dus dis sas Ti esser medegaus.

Per affons pigns cura ch’ei han il greuflis: metter in tec puorla el latg. Encunter tussegaziuns entras magliar enzatgei schliet: te ni prender en bucca e slignar ina ragisch dad 1 cm lunghezia e lu laguoter; quei mintga ura e beingleiti va ei meglier, era culs greuflis. Tier tussegaziuns cun bulius eisi da consultar immediat il miedi, pertgei ei va per veta e mort.

Tier barschar si dil magun, mo era tier diarea (fuera) pren in toc ragisch rena, mo Ti stos prender in pèr gadas.

Per aulta pressiun e per la circulaziun dil saung, sch’igl ei buca in cass

memia grev, encunter reumatissem e mal las giugadiras, encunter il prighel d'ina daguota pren in toc ragisch rena.

Encunter pial malschubra prepara in etg da ragisch rena (mischedar puorla da ragisch rena cun ieli d'uliva ed unscher en).

*Te:* 1 tschadun pign puorla en ina scadiola, schar buglir si cun aua freida e schar trer 5 minutas. 2 ga per di, era encunter la febra (fa suar). Ins sa beiber il te pliras gadas per di.

Sco vinars ni liquor: metta ragisch rena en ina butteglia da vinars da meila, metta la butteglia ordaviert el suleagl (sil sem finiastra) per 3 jamnas, suenter filtrescha il liquid ed empleina el en butteglias. Sch'ins lai star la butteglia 3 meins e filtrescha pér lu, obtegnan ins in bien digestiv. Il Carli Flepp on Gonda (Mustér) permiert clamavan ils possessurs da purschals ual naschi per schar castrar els enteifer 10 dis. El tagliava pia ora ils cugliuns e metteva silla plaga puorla da rena per evitar ina infecziun. Lu deva el rena per stiarner sil strom.

### **Iva dumiasia (Schafgarbe)**

Crescha tochen sils aults, sin pastiras, sper garveras, als urs digl uaul, sper crappa, dutgs, sablun e sin pradas seccas.

L'entira jarva vala sco jarva medicinala, inclusivamein la ragisch, bests secs duesses Ti denton buca duvvar.

*Effects:* encunter mal il magun, la beglia, il fèl, la gnarva, munconza da sien, passar da tgierp, per far appetit, encunter reuma, greufli, midada organica e sco remiedi per plagas.

*Adatg:* ei dat glied (buca biars) che reageschan cun ina allergia sin iva dumiasia. Curas cun iva dumiasia duessen buca cuzzar pli che 3 jamnas.

*Te d'infusiun:* 1 tschadun pign puorla dalla ragisch en ina scadiola cun aua freida, schar buglir si, schar trer 2 minutas e filtrar; beiber 1 tochen 2 scadiolas per di.

*Te:* 1 tschadun grond cun fluras en ½ liter aua freida, schar buglir, schar trer 5 minutas e beiber tec a tec duront 1 di.

*Te mischedau:* 1 part potentilla lischada (Gänsefingerkraut), 2 parts iva dumiasia, 2 parts cagliastretg (Weissdorn); mischedar tut; 1 tschadun grond en 1 liter aua, schar buglir, schar trer 10 minutas e duront il di prender 2-3 scadiolas da quei te. Bien encunter pressiu aulta dil saung (cun ina pressiu da sur 150/100 eisi meglier da consultar il miedi!).

*Sco liquor ni vinars:* 1 migielet per la digestiun.

Suc dad iva: encunter reumatissem, mal las giugadiras, 3-4 ga a di in tschadun pign en ina scadiola aua.

*Bogns da seser encunter hemoroidas:* 2 pugns pleins en 1 liter aua, schar cuer, schar trer 10 minutas, filtrar ed aschuntar al bogn preparau. Tinctura en vinars concentrau: encunter disturbis dil climacterium, encunter inflammasziuns; activescha ils narunchels; maximum 3-5 daguots en aua 2-3 ga per di.

*Ieli d'iva:* encunter veinas grossas (Krampfadern), encunter schluppadiras dalla pial e sco ieli per unscher en il tgierp. Igl ieli ei da preparar aschia: 1 butteglia stgira dad 1 liter emplenir cun 2 pugns iva ed ieli d'ulivas e schar 3 jamnas lien, suenter filtrar ed emplenir en butteglias stgiras.

*Sco odor:* harmonisescha cuntrasts ed ulivescha il spért dil carstgaun (metoda japanesa: ulivescha Ying e Yang).

Odor mischedada (parfum) per glisch d'odor: iva, melissa, camélla e rosa, da mintga sort 2 daguots ieli pur (original e buca sintetic), vitier 2 daguots aua.

### **Iva 2000 la blava (Bergschafgarbe, Moschus)**

### **Iva 2000 la alva, la petra (Bittere Schafgarbe)**

Las duas sorts anflas Ti ina sper l'otra sin garveras, morenas, sut ils glatschers sin pastiras selvadias, nua ch'ei ha crappa cristallina, granit, gneis, sablun e sper dutgs.

Las jarvas ein fetg difficilas da raccoltar; mira che Ti hagies inaorsch cun Tei per che Ti sappies tagliar giu ellas; pertgei schiglioc vegn



l'entira ragisch suenter. Buca rimna l'iva avon Nossadunna d'uost e buca suenter Sogn Michel (29 da settember).

Jarva medicinala sco l'iva dumiastia, mo pli ferma e pli buna. Special: Iva liquor (Maloja Bitter) per il magun e la digestiun. 2 pugns plein iva sechentada en 1 liter vinars da puma, mischedar, schar el sulegl 3 jamnas; per liquor aschunscher 100 gr. zuchercandel fin e mischedar, suenter 3 meins sas Ti beiber el; dat appetit, sco digestiv suenter fondue, capuns ni petta da caschiel ord il furnel.