



**Apariciones destacadas en prensa:  
Fray Valentí Serra de Manresa**



## Fra Valentí Serra de Manresa, fraile capuchino



VÍCTOR-M. AMELA

IMA SANCHIS

LLUÍS AMIGUET

**Tengo 54 años. Nací en Manresa, en una familia de campo, y vivo en el convento capuchino de Sarrià (Barcelona). Soy fraile capuchino, célibe, sin hijos. ¿Política? ¡Mi soberano no es de este mundo! ¿Creencias? En Dios vivimos, en Dios nos movemos, en Dios somos**

# “Soy arcaico..., y veo en una hortaliza el universo entero”



JORDI ROVIRALTA

**S**u barba, hábito, sandalias...  
**¿De dónde sale usted?**  
 Del siglo XVI, más o menos.  
**¿Yo soy arcaico!**  
**Si le traslado al siglo XVI, ¿añorará algo?**

¡Nada! Tendría de sobra, podría vivir con lo de entonces, no me sentiría extraño...

**¿Y por qué esa fecha?**  
 En 1578 la orden capuchina se instala en Catalunya, ¡clandestina! Los capuchinos somos una reforma de 1528 de la orden franciscana que Francisco de Asís fundó en 1223.

**¿En qué consistió esa reforma?**  
 En más austeridad aún que los franciscanos: hábito marrón -con capucha- y este cordón en la cintura. Y pobreza, oración y fraternidad. ¡Y así seguimos!

**¿Siempre el pie desnudo en la sandalia?**  
 Todo el año. Y no me resfrío: me protegen las hierbas santas de los capuchinos.

**¿Hierbas santas?**  
 Hierbas medicinales tradicionales empleadas por los frailes capuchinos.

**¿Las tienen en este huerto ajardinado?**  
 Claro, entre hortalizas, verduras, frutales, hierbas sanadoras... ¿Quiere verlas?

**¡Por favor!**

Vea aquí la hierba de Sant Ponç (o Sant Poni), santo protector contra pulgas y chinches: fumigaciones de esta planta los ahuyentaba. La llamaban *herba pucera*.

**¿Es muy santa?**  
 Sí: ¡Sant Ponç es el patrón de los herbolarios! También llamada por eso *poniol* o *poliol negre* (poleo), es buen tónico estomacal, ayuda a las digestiones y alivia dolores de barriga.

**¿Cómo sabe usted tanto?**  
 Sé que la hierba de Sant Ponç hace balar mucho a las ovejas: soy de familia payesa, ¡y lo he visto! Y además soy archivero del convento: rastreo en documentos y recetarios de hace tres siglos, donde los frailes fijaban sus saberes tradicionales...

**¿Sabe usted qué comían?**  
 El universo entero.

**¿Perdón?**  
 Con cada hortaliza ponemos sobre la mesa la tierra, el cielo, el sol, la lluvia, el viento, el sol, la luna, las estrellas, los pájaros, las abejas..., ¡todo el universo entero!

**Y su propio trabajo.**  
 Sí, el trabajo del fraile hortelano... más su confianza en Dios, que provee de todo.

**Comparta alguna receta culinaria.**  
 Cualquiera con patatas: ¡los capuchinos con-

## Sant Ponç

**Qué buen rato paso con Fra Valentí, que se mueve con pasión y nervio entre las plantas del huerto de los capuchinos de Sarrià. Lo sabe todo gracias a los archivos, y además goza tocando las plantas, dándome a oler mejorana, entregándome un murtón, poniéndome un grano de pimienta en la boca, cortándome una hoja de salvia, un tallo de espliego, una flor... Venera a Sant Ponç, patrón de herbolarios, que bendice su obra: *Els caputxins i les herbes remeieres, Cui-na caputxina. Les pitances dels frares, Hortalis-ses i flors remeieres. Les herbes santes dels caputxins* (ed. Mediterrània, col. *A la Capuchina*) y *Pócimas de capuchino. Hierbas y recetas, de la misma editorial*.**

vierten la patata en comida durante las hambrunas de la invasión napoleónica! La patata era pienso para cerdos, hasta entonces. Bajo tierra, se convierte en tesoro de pobres. Los caballos cabalgan por encima sin destruirla.

### Otro plato capuchino, por favor.

Una exquisita sopa de *tirabecs*, el guisante capuchino, que nosotros llamamos *catxasos*: ¡premineralizante, vitamínica y antiobiótica! Su semilla, en vinagre agraz, es mejor que la alcaparra.

### Hummm...

O la que llamamos *argamasa*, para llenar: garbanzos con yema de huevo duro y queso.

### No pasaban hambre...

“Misa et mensa” es uno de nuestros lemas... ¡Pero ayunábamos uno de cada dos días! Y, para cenar, *enciamets dels caputxins*: lechuguita, escarola...

### Me decía que no se resfría...

Porque me prevengo con infusiones de *serpoll*, una especie de tomillo. Y tomo la planta *omnia morbia* (todas las dolencias, en latín), una malva curalotodo, ¡muy buena expectorante! Y para los bronquios, salvia: era la planta favorita de los romanos.

### ¿Ah, sí?

*Salvia*, del latín *salvare*: curar. Buen colirio para los ojos, digestiva, antiséptica, cicatrizante...

### Mi hijo padece recurrentes otitis...

Contra el dolor, instile en su oído una gota de aceite de la oliva del laurel.

### ¡Gracias!

Contra la fiebre, endrina. Para fortalecer encías, resina de condrita. Para prevenir inflamaciones de próstata, semilla de calabacín.

### ¿Comían carne?

De cuando en cuando, con clavos de murto (murtos), digestivos y perfumados... Sí cocinaban ranas, plato campestre exquisito, y sopa de tortuga, muy curativa...

### ¿Y vino?

*Vi felló*, vino fortificado: le añadían hipérico, tónico y reconstituyente, antidepresivo.

**¿Qué planta tiene un consumo más remoto?**

Desde la prehistoria se usan semillas de majuelo o espinal, ¡gran regulador de la tensión arterial! y tónico cardiaco.

### ¿Algún consejo final?

Los capuchinos hemos mimado siempre a las abejas: sin ellas no habría plantas y los humanos nos extinguiríamos. Cuidémoslas.

### ¿Un último secreto?

Cardo santo, del que el archivo dice, literal: “Cura tot lo dolor de cap, fa bon oido y bona memoria, cura los vértigos, conforta lo cervell y fa bona vista, purifica lo ventrell, garganta y flemma y fa bon apetit, consum lo catarro, cura lo dolor de ventre, limpia la vesiga”.

### ¡Mano de santo, realmente!

Mire alrededor: el verdadero secreto es que todo lo que ve es sobrenatural.

VÍCTOR-M. AMELA

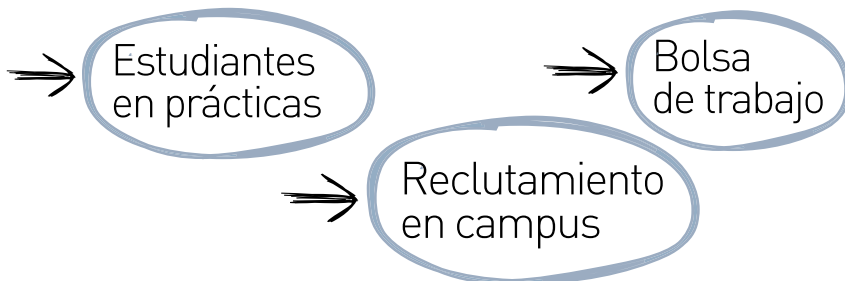
LA VANGUARDIA



*p* Carreres  
professionals

upf.

Suma talento **UPF**  
a tu empresa



[www.upf.edu/carreres-professionals](http://www.upf.edu/carreres-professionals)

**12**  
de noviembre  
de 2014

**Inscripciones  
abiertas**



FR. VALENTÍ SERRA DE MANRESA AUTOR DEL LIBRO 'PÓCIMAS DE CAPUCHINO'

# “Hay pócimas que se usan desde la Edad de Piedra”

Un recetario curioso e inusual es el resultado de años y años de 'buceo' en manuscritos y legajos en los archivos eclesiásticos y conventuales. Fra Valentí Serra ha dado forma a recetas y pócimas milenarias en su nuevo libro

**B. ARMENDÁRIZ**  
Pamplona

Valentí Serra de Manresa, fraile capuchino, historiador y archivero, ha querido reivindicar el papel beneficioso de las plantas para tratar dolencias leves en su último libro, *Pócimas de capuchino*. Eso sí, advierte que las hierbas no son un “curalotodo”. Autor de *Els caputxins i les herbes remeieres*, del que se han publicado cuatro ediciones, Serra presentará esta tarde, a las 19.30 horas, este recetario en el salón de actos del convento de San Antonio, en la calle San Fermín, de Pamplona.

**¿Qué le llevó a escribir este libro?**  
Llevo 25 años trabajando en el archivo de los capuchinos de Cataluña, en Barcelona, y realizando investigaciones en muchos archivos eclesiásticos en Italia y España. Poco a poco iba recopilando

recetas médicas y de cocina de la antigua tradición capuchina, espiadas de manuscritos dispersos y de ediciones antiguas de difícil localización.

**¿Iba buscando este tipo de recetas en los archivos?**

Inicialmente, me movía un interés cultural y filológico, puesto que se trataba de textos antiguos escritos en lengua catalana de los siglos XVII y XVIII. Pero pronto me di cuenta que valía la pena rescatar de los archivos antiguas tradiciones culinarias y terapéuticas que podían ser todavía de alguna utilidad, especialmente con el retorno “a lo natural” que se vive en nuestros días y, en verdad, fue un acierto ya que estas recopilaciones han tenido una gran acogida.

**¿Había en usted una inquietud previa por las hierbas y los remedios caseros?**

Soy de procedencia rural, de la Cataluña central, de la comarca del Bages, muy cerca de Montse-

rrat, donde hay “hierbas santas”, hierbas con unos principios activos muy poderosos. En mi casa era, y es, habitual el uso de las hierbas medicinales para uso doméstico y también agropecuario. Al ingresar con los capuchinos, entré en contacto con una tradición muy viva mantenida por algunos capuchinos ancianos que iban conjugando el saber popular sobre las hierbas, que les venía de su origen rural, con la tradición conventual y monástica del cultivo y empleo de las hierbas medicinales.

**¿Ha introducido en el libro alguna receta propia?**

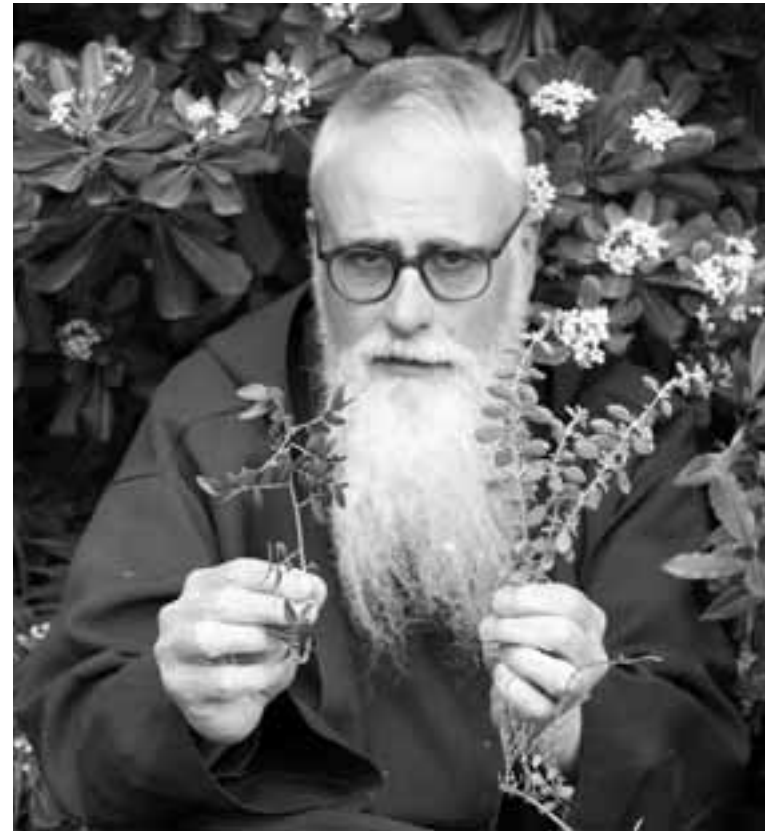
No, no. Me he limitado a recopilar, transcribir y ordenar en forma de libro las que he ido encontrando. Hay algunas hierbas y pócimas que vienen de muy antiguo, de la Edad de Piedra, incluso, y que se han usado sin interrupción, como la cola de caballo (equiseto) y el suco (sambucus nigra).

**¿Son todas “de capuchino”?**

Sí, son todas propias de la tradición capuchina, aunque algunas de ellas eran comunes a la tradición rural y monástica en general, que se iban copiando o transmitiendo oralmente a través de los limosneros capuchinos que recorrieron toda la Península y se acogieron en las casas de campo y en los monasterios, donde se divulgaban las distintas recetas. Por ejemplo, en el libro transcribo la receta del “ungüento maravilloso para alivio de muchos males” que fue muy popular en los estamentos populares y conventos de toda España.

**¿De dónde proceden las hierbas que se utilizan?**

La mayoría debe buscarse en el monte, pero algunas de las hierbas, tradicionalmente, se cultivan en las huertas conventuales, en un espacio llamado *La huerta de Jericó* y eran para uso de los enfermeros y cocineros. Hay re-



Fray Valentí Serra de Manresa, en la huerta de los capuchinos de Sarriá.

cetas con mejorana, salvia, ajedrea... Las hierbas que presento en *Pócimas de capuchino* son todas de fácil identificación y localización. No son raras. Ése fue el éxito de los capuchinos: darlas a conocer y generalizar su aplicación. Por eso han sido llamadas tesoro de pobres.

**¿Qué tipo de pócimas recopila?**

Son, sobre todo, para afecciones de carácter leve y que ayudan a mejorar la calidad de vida. Hay algunas muy curiosas como el elixir de larga vida y la tisana de

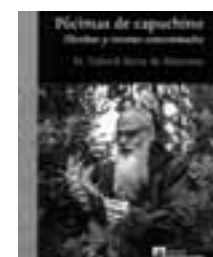
San Antonio para las obstrucciones.

**¿Es usted partidario de la medicina natural?**

Creo que ante un abuso de los fármacos de origen químico, que además tienen muchas contraindicaciones y a veces efectos novicios por su abuso repetido, el retorno a antiguas tradiciones médicas puede ayudar a mejorar la calidad de vida y a tener un talante más ecológico. Ese espíritu está muy acorde con la propia tradición franciscano-capuchina que se remonta a San Francisco de Asís. Él consideraba que las plantas son criaturas dadas por Dios para que las identifiquemos y las apliquemos convenientemente para nuestras dolencias.

**Supongo que, como todo, con medida ¿no?**

Las hierbas no son un “curalotodo” y no evitan tener que acudir a los médicos. Pero, si se toman adecuadamente para las pequeñas dolencias y afecciones cotidianas, evitaremos indigestarnos con fármacos. Algunas hierbas se usan de manera ininterrumpida desde antiguo, por egipcios, griegos, romanos y también por el hombre medieval y postmoderno.



## PÓCIMAS DE CAPUCHINO, HIERBAS Y RECETAS CONVENTUALES

Autor: Fray Valentí Serra de Manresa  
Editorial: Editorial Mediterrània  
Pág: 120 páginas.  
Precio: 18 euros.

## EXPOSICIÓN: FIESTA, HUMOR Y COLOR

PANCARTAS Y CARTELES DE PEDRO-MARTÍN BALDA



PALACIO DEL CONDESTABLE. 31 DE MAYO/29 DE JUNIO 2013  
Horario: lunes a sábados, de 12 a 14 y de 18.30 a 21 horas.

## 27 Muestra internacional de cine y mujeres

Del 4 al 13 de junio de 2013ko ekainaren 4tik 13ra  
Zinea eta emakumeen 27. erakustaldi internazionala

GOLEM Baiona. SESIONES 11 Y 20 HORAS

www.muestracineymujeres.org



## Après les camps, la vie / Después de los campos, la vida

de Virginie Linhart (Francia, 2013)

Invitada: Virginie Linhart. Directora de la película.  
Presenta: Luisa Etxenike. Escritora.

Con la colaboración del  
INSTITUT FRANÇAIS



15 años y un día  
de Gracia Querejeta (España, 2012)  
Biznaga de Oro Mejor Película Festival de Málaga 2013  
Invitada: Gracia Querejeta. Directora de la película.

Organizan:

golem

IPES  
EL KARTEA

Colaboran:

INAAC

Instituto Navarro de las Artes  
Audiovisuales y de Cine y Televisión

Gobierno  
de Navarra

Ayuntamiento de  
Pamplona

francés Udaia

## Mañana acaba el plazo del concurso sobre fotografía urbana para no arquitectos

La convocatoria de la IX edición del *Concurso de Fotografía Urbana para no arquitectos* concluye mañana a las 14.00 horas. La exposición con las obras presentadas a concurso estarán expuestas a partir del próximo martes, 11 de junio, en el Palacio del Condestable, en Pamplona. Asimismo, el acto de la entrega de premios tendrá lugar el 20 de junio en el mismo recinto, en un acto que incluirá una conferencia en torno a la vinculación entre fotografía y arquitectura, a cargo de diversos expertos en el tema. Las fotografías que se presenten al concurso deben estar relacionadas con la arquitectura, el urbanismo, el diseño urbano, la ciudad, y obtenidas en el ámbito de Navarra. Podrán participar todas aquellas personas que quieran expresar su visión sobre el tema. DN





**Salvia.** *Salvia officinalis*

Digestiva, tónica y cicatrizante, se le atribuyen muchas virtudes medicinales: regular la sudoración, favorecer la digestión, curar heridas, para hacer gargarismos...

estar al completo. Al margen de estas salidas guiadas por determinadas zonas del parque natural, también se ha organizado una muestra producida por la Obra Social Unnim sobre las *Plantas medicinales de Catalunya*.

El guía de estos itinerarios es Esteve Padullés, un perito agrónomo que ha centrado su vida profesional en el mundo de las plantas medicinales. Los grupos, formados por una cincuentena de personas, conocen de la mano de Padullés las hierbas medicina-

les que se encuentran más cerca de casa y también sus beneficios. “Ciertamente existe un creciente interés por los usos ancestrales de las plantas, sobre todo en las áreas urbanas”, explica.

Con todo, Padullés advierte que en Collserola sólo se permite recoger frutos del bosque, espárragos y setas para uso doméstico o consumo propio, sin finalidades comerciales. En el parque natural se pueden encontrar tres especies protegidas, como el tejo, la estepa ladanífera y el acebo. De hecho, están totalmente protegidas las plantas que se encuentran en las áreas clasificadas como áreas de vegetación singular y zonas de protección especial (Font Gropa y Rierada).

“Afortunadamente, cada día hay más viveros que apuestan por estas hierbas y facilitan que las podamos tener en casa. Las plantas, además de aportarnos colores y perfume en la cocina, nos cuidan sutilmente”. Así, pone como ejemplo las tradicionales habas a la catalana, que incorporan un digestivo inmejorable como la menta, que permite digerir con mayor facilidad esta hortaliza.

En este sentido, Padullés explica que Collserola es muy rica en este tipo de planta. El tomillo, por ejemplo, es uno de los mejores antibióticos, o la caléndula, una hierba omnipresente, ayuda en todo tipo de problemas dermatológicos. “La lista es interminable”, dice Padullés, divertido. En

#### UN ÁREA ESPECIALIZADA

**En Gombren existe un jardín botánico gratuito con más de 300 plantas**

#### PARQUE NATURAL

**En Collserola sólo se permite recoger espárragos, setas y frutos del bosque**

#### EN TARRAGONA

**El Museu Nacional Arqueològic ha albergado este verano una exposición**

este sentido, recomienda tener un pequeño herbolario en casa que suministre hierbas que son imprescindibles tanto en la cocina como para solventar algunos problemas de salud.

Las hierbas medicinales han ganado también espacio expositivo y escolar. Así, el Museu Nacional Arqueològic de Tarragona ha albergado hasta el pasado domingo la muestra *Paradisus. Jardins i plantes medicinals de Tàrraco a Orleans*, de la que proceden las ilustraciones antiguas de estas páginas. La muestra se ha debido a un programa europeo de cooperación e intercambio de experiencias educativas entre ciudades de Europa, en este caso Tarragona y Orleans. La muestra ha insistido en que “el buen uso de las plantas medicinales requiere una serie de condiciones previas: la primera, la calidad de la planta y su correcta identificación; después, es preciso que sea recogida en su madurez, secada, transportada y guardada correctamente”.

**El capuchino Valentí Serra defiende en un libro las hierbas medicinales usadas por la orden**

# Pócimas de fraile



JORDI PLAY

**Fray Valentí Serra de Manresa preparando un cocimiento en la librería Excellence de Barcelona**

**MARÍA-PAZ LÓPEZ**  
Barcelona

**F**a un olor molt agradable, té un gust dolç y aromàtic. És útil en l'atonía del sistema digestiu (...) y en els còlics nerviosos de les criatures (...) Les fulles s'empren a l'exterior per a fondre humors, les arrels per a fer orinar y la pell per a fer agafar gana (...) Las arrels menjadas ab mel, cura de las mossegadas de gossos rabiosos”. Así, en la lengua catalana del siglo XVIII, describía fray Jacint de Sarrià las virtudes del hinojo, en renglones recoge-

los difundían humildes métodos de curación casera.

“En este momento de crisis económica, y de regreso a la austeridad, las plantas medicinales son un patrimonio muy potente que Dios nos ha dado, que está en la naturaleza”, arguye fray Valentí, que ve ahí una razón para la buena acogida que está teniendo el libro. Lleva 1.200 ejemplares de tirada y la editorial ha lanzado una tercera edición, todo un logro para un volumen de estas características. “Esta colección es nuestro *atrio de los gentiles*”, sostiene fray Valentí, en alusión al certamen de diálogo entre creyentes y no creyentes que

albergó Barcelona a mediados de mayo. Un caso: la Fundació Alícia –dedicada a la investigación sobre alimentación y capitaneada por Ferran Adrià y Valentí Fuster– quedó prendada de su primer libro, *Cuina caputxina. Les pitances dels frares*, y lo ha utilizado en sus clases.

Para el dolor de barriga, “va bé prendre licor de menta, o bé aigua de menta, de marialluïsa, o ratafia feta d'aiguarent de nous, canyella picada, sucre, o bé aiguarent d'ametlla de sucre y canyella, o bé aiguarent, codony, canyella y sucre”. Y qué decir del valor de la borraja, que “fortifica la virtut vital y alegra

#### LA RECETA

**El bálsamo del buen samaritano**

**■ En algunos conventos capuchinos existía el llamado huerto de Jericó, con plantas inspiradas en la parábola bíblica del buen samaritano, el que, al ver al hombre apaleado, “le curó las heridas con aceite y vino, y se las vendió”. Así reza la receta del bálsamo del buen samaritano recuperada por fray Valentí (en catalán prenormativo): “Fes bollir igual quantitat d'oli y de vi ab un grapat de romanill i d'espígol, farigola, ruda. Colat y llest, s'hi mescla una quantitat d'esperit de vi per fer fregues a la part dolorida que guariràs, y s'hi posa al damunt draps calents”.**

**‘Els caputxins i les herbes remeieres’ va por la tercera edición y sigue a otro libro de pitanzas frailunas**

lo ánimo; és molt cordial y fresca de qualitat, y que per això se'n posan a las begudas frescas”. Atención al trébol brillante, del cual es bueno “un decuit per a l'estòmac perquè el tonifica y li excita la gana; combat les fatulències i els empàtxos causats perls menjars indigestos”.

Ahora, en un ordenador vetusto se fragua un tercer libro de fray Valentí sobre las llamadas hierbas santas, “esas que por sus especiales cualidades curativas eran calificadas, entre comillas, de santas”, aclara. Ejemplo: el erísimo, llamado hierba de san Alberto, buena contra tos, catarros y ronquera, que se emplea en forma de gargarismos de decocciones concentradas. “También la llaman hierba de los predicadores, porque la usaban para cuidarse la voz”, evoca fray Valentí. Para tenerla presente.●



**Por Collserola.** Padullés explica durante una excursión las plantas del parque natural

GEMMA MIRALDA



# VALENTÍ SERRA DE MANRESA

ARCHIVERO Y ESCRITOR

## El capuchino mediático

POR LLUÍS MUÑOZ PANDIELLA FOTO ALICIA GARCÍA

Los avances en medicina han permitido mejorar notablemente nuestra calidad de vida. Sin embargo, hubo un tiempo en el que la ciencia estaba apartada de la vida pública y la principal medicina brotaba de la naturaleza. Pese a que hoy este tipo de medicina parece haber quedado en el olvido, se trata de una tradición que aún conservan los pueblos indígenas y en Occidente va ganando adeptos con una intención: sustituir la química por remedios naturales. Este interés por recuperar las costumbres explica el éxito del libro *Els caputxins i les herbes remeieres*, que ya va por la cuarta edición. En él se recoge el saber de nuestros antepasados conservado en el archivo del convento. Su autor es el archivero Fra Valentí Serra de Manresa, quien me recibe en el célebre convento de Sarrià donde tuvo lugar la mítica 'Capuchinada' en 1966.

Antes de la entrevista, paseamos por el huerto del convento mientras me enseña diversas plantas. Una vez en el archivo, Fra Valentí no cesa en su voluntad de que conozca donde trabaja, así que continúa mostrándome todo tipo de objetos: desde arcaicos libros hasta un cocodrilo disecado que estuvo expuesto en la Expo del 1929. Fra Valentí no para, quiere ser un buen anfitrión, se nota, y te hace sentir como en casa con la humildad que tan bien queda evidenciada en su túnica... y en su carácter.

**¿De dónde procede su conocimiento por las hierbas medicinales?** Soy de origen rural, y en mi familia ya existía la tradición de usar las plantas medicinales. Además, al ingresar en la vida religiosa me encontré con esa misma tradición, por lo que ha habido una convergencia de tradiciones que han hecho que publique una selección de antiguas recetas conservadas en manuscritos antiguos. Son recetas para vivir una vida sana en comunión con lo natural, o como digo mucho, se trata de un elixir para la larga vida. La tradición franciscana, desde hace ocho siglos, enseña el respeto por la naturaleza, ya

que los monjes y frailes en época pretérita enseñaban a estamentos sencillos y populares a conocer e identificar hierbas que les eran cercanas. Por eso los frailes le llamaban el tesoro de los pobres. Por mi parte, soy un usuario diario de hierbas como el saúco.

**Y estas hierbas también se utilizaban para la cocina.** La cocina capuchina se basa en una gran austeridad que sabe utilizar los productos de temporada, para aprovechar al máximo lo que las huertas nos dan en cada momento y para conservar alimentos en épocas de escasez. Es una cocina que sabe potenciar al máximo la riqueza vitamínica de los alimentos, por ejemplo, con ensaladas remineralizantes aderezadas con agraz (un vinagre suave hecho con la uva verde) o la argamasa, que consistía en pasar por el mortero queso curado con la yema de los huevos duros y con garbanzos hervidos.

**¿Por qué capuchino?** Yo me hice fraile con veinte años. Desde bastante pequeño había querido serlo. Siempre he creído en las vocaciones infantiles. Dios nos llama desde pequeños y nos acompaña. Lo que nos diferencia a los capuchinos del resto de Órdenes es el origen familiar, porque provenimos de orígenes sencillos y esto hace que estemos en conexión con los estamentos populares. En la vida capuchina ha habido pocas vocaciones que vengán de la nobleza o la burguesía.

**¿Se podrán llegar a evitar las guerras de religión?** Desde la perspectiva de algunas religiones como la cristiana, o desde el franciscanismo, se reclama un entendimiento. Sin embargo, la criatura humana está marcada por actitudes que hacen difícil la convivencia, como los egoísmos o los odios. Esto va con la conducta humana, y si no hay una conversión mundial, costará. No es imposible pero es una convicción a la que se ha de llegar.

**¿Hay falta de fe en nuestra sociedad?** Hay una crisis de fe, de valores y de identidad. El porqué es

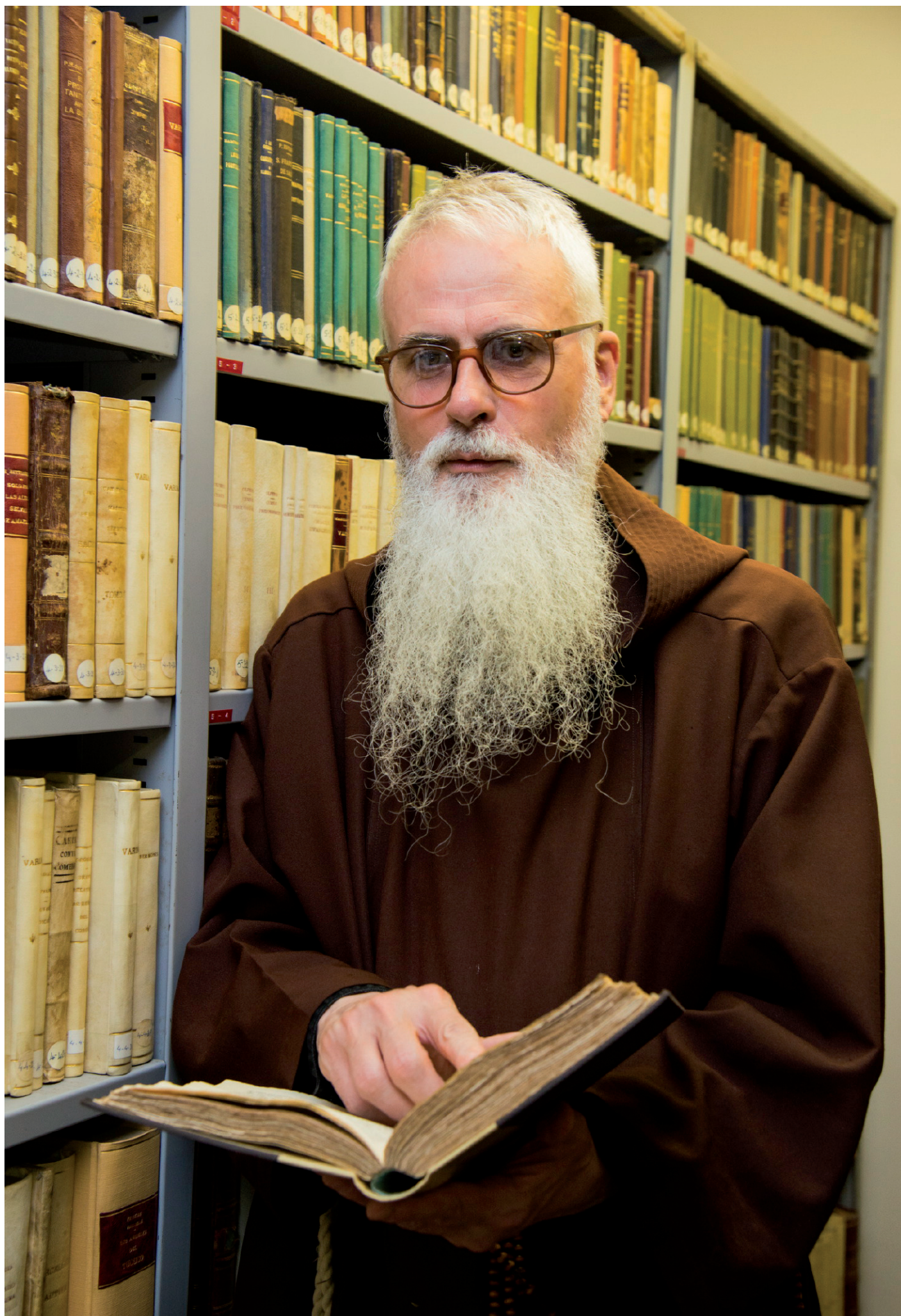
difícil, pero una de las causas es la secularización: se ha intentado secularizar la fe, la mentalidad, y esto ha hecho que se debiliten una serie de prácticas y de tradiciones religiosas, y en estos momentos, coincidiendo con otras crisis, se evidencia la crisis de fe y de identidad.

**¿Pasea por Barcelona?** Muchas veces. Cada día atravieso a pie la ciudad para conocerla, y también indirectamente para que la gente diga: "¡Ah, un religioso, un fraile!" Una forma indirecta de hacer propaganda vocacional (risas). Conozco la ciudad, podría ser un buen guía de Barcelona. Barcelona me gusta globalmente. Me gusta mucho la visión que hay desde el cementerio de Montjuïc a la ciudad. Y del lugar tengo una visión que me encanta. Toda aquella organización del espacio sagrado dedicado al descanso eterno. También me gusta mucho la vista de la ciudad desde el Tibidabo durante el atardecer. Los contrastes. Contrastar la visión de Montjuïc, o la visión desde el Tibidabo. Son dos espacios muy sugerentes para mí.

**Lo que nos diferencia a los capuchinos del resto de Órdenes es el origen sencillo, lo que hace que estemos en conexión con los estamentos populares.**

Tras la visita al convento, imagino cómo sería una visita guiada a Barcelona con Fra Valentí. Con su energía, puedo vislumbrar un cansado paseo, pero, sin duda, una interesante oportunidad de descubrir los secretos de la ciudad que en su condición de archivero tiene el privilegio de conocer.







## SEMINARIO

**Estreno de nueva página web y difusión de la campaña «¿Sales?»**

ABC SEVILLA

«¿Sales?» es el título de la campaña vocacional con la que el Seminario Metropolitano de Sevilla estrena nueva página web. Según informa, «sumergidos en el lenguaje del pontificado del papa Francisco, y a raíz de la carta encíclica Evangelii Gaudium, el Seminario ha diseñado un nuevo sitio en internet con lo que ofrecer a sus visitantes un contenido fuertemente vocacional».

Para este nuevo escaparate de la labor que se realiza en la institución eclesial, se ha tenido muy en cuenta «la llamada del Papa Francisco a que todos los cristianos se pongan en salida» y precisamente en esta línea el Seminario Metropolitano «ofrece en su nueva página web a través de la campaña «¿Sales?» un perfecto camino para salir de la comodidad y ponerse en marcha. A través de contenidos audiovisuales y una estética cuidada, se invita a salir de la soledad en la que nos sumerge la sociedad, a escuchar la voz de Dios que nos llama a vivir la vida plenamente a través de la entrega personal como futuros sacerdotes», afirman.

En el sitio [seminariodesevilla.com](http://seminariodesevilla.com), además, podrán encontrar el contenido clásico de cualquier página web de este tipo de instituciones: la historia del Seminario en Sevilla, el edificio, un recorrido por las personas que integran el seminario, noticias, una sección que hace referencia al Seminario Menor, así como a la Delegación Diocesana de la Pastoral Vocacional y un apartado de preguntas frecuentes donde se responden a muchas de las dudas que cualquier persona se pueda plantear respecto al Seminario.

## COFRADÍAS

**Alfonso Medina, nuevo hermano mayor de San Roque por ajustado margen**

M. J. RODRÍGUEZ RECHI SEVILLA

Alfonso Medina de la Vega ha ganado las elecciones a hermano mayor de la hermandad de San Roque celebradas este lunes, frente a la otra lista, encabezada por Diego Ramos Román, por un margen de 48 votos. En total ejercieron el derecho al voto 503 hermanos, 267 votaron a favor de la candidatura de Alfonso Medina y 219 apoyaron a la de Diego Ramos. 11 sufragios fueron nulos y 6 se emitieron en blanco.

*Hoy se presenta en la capillita de San José un libro de fray Valentí Serra sobre hierbas y recetas conventuales***Pócimas capuchinas contra los males**AURORA FLÓREZ  
SEVILLA

**M**ales menores, achaques puntuales y afecciones y dolencias leves tienen desde la Edad de Piedra remedio en el uso de las hierbas medicinales, «asequibles, de fácil localización e identificación y gratuitas». Así tilda lo que se conoce como el «tesoro de los pobres» fray Valentí Serra de Manresa, religioso capuchino «con denominación de origen», que ha recopilado recetas de este ancestral saber en su libro «Pócimas de capuchino. Hierbas y recetas conventuales» (Editorial Mediterània), que será presentado esta tarde, a las 18.15 horas, en la capillita de San José de la calle Jovellanos.

El fraile, que gasta lenguas barbas al modo de fray Leopoldo de Alpandeire, del que siempre lleva estampas en su cartera para repartir, ofrece en esta un herbario y una selección de antiguos remedios y recetas de la tradición franciscano-capuchina, encontradas y recopiladas en sus investigaciones en el convento de Sarriá, donde

lleva más de veinticinco años, y en otros archivos eclesiales a donde fueron a parar los documentos tras la Desamortización de Mendizábal.

**Terapéutica popular**

En su labor como archivero «encontré textos muy vivos y actuales y los transcribí. Son recetas que despiertan gran interés y muchas de ellas provienen de la tradición terapéutica popular. Llegaron a los ámbitos conventuales, donde convergieron los saberes del campo con los monásticos, y desde donde se instruía a los estamentos populares en las virtudes y potencial

**La base asequible**

**«Las hierbas medicinales son accesibles, de fácil identificación, y gratuitas»**

**Hierbas santas**

**Al término del acto se regalará a los asistentes un manojo de hierbas santas**

de las plantas» Todo ello en el concepto y el espíritu franciscano-capuchino de San Francisco de Asís, que veía en las plantas la fuerza de Dios para la salud.

El interés por hierbas de fray Valentí, que le viene implícito desde su nacimiento en el seno de una familia de payeses de Manresa, ha sido cultivado e incrementado desde su espíritu de estudioso en el convento, donde los capuchinos llegaron en 1578, cuando aquello era llamado «Desierto de Sarriá» convertido hoy en zona residencial de Barcelona.

En el jardín del que se ocupa y en «La huerta de Jericó» conventual se cultivan esas hierbas medicinales y gastronómicas tradicionales, con propiedades que también poseen otras especies fácilmente localizables en el monte, y que sirven de base para el recetario curativo que el capuchino, prolífico autor y estudioso de la historia de la orden en Cataluña.

Hoy, fray Valentí hablará de remedios e historias de pócimas que recoge en su libro, como la tisana de San Antonio, con zarza y cebada, para las obstrucciones; de jarabes pectorales; del bálsamo del buen samaritano, que desinfecta y cicatriza heridas, con plantas antibióticas como el tomillo y la ruda; de licores estomacales y purificadores de agua; del elixir de la larga vida, a base de genciana, ruibarbo, azafrán y orujo, que se ponía al sereno una novena o 21 días antes de ser destilado, de tónicos y depurativos y de hierbas santas, asociadas a figuras del santoral y considerados potentes curativos. De alguna de estas, «es una sorpresa», dice, se regalará un manojo a los asistentes a la presentación de esta tarde en la capillita de San José.



El fraile capuchino Valentí Serra de Manresa, autor de la obra sobre hierbas medicinales

AGUSTI CODINACH



# De la felicidad, el dolor y otras hierbas

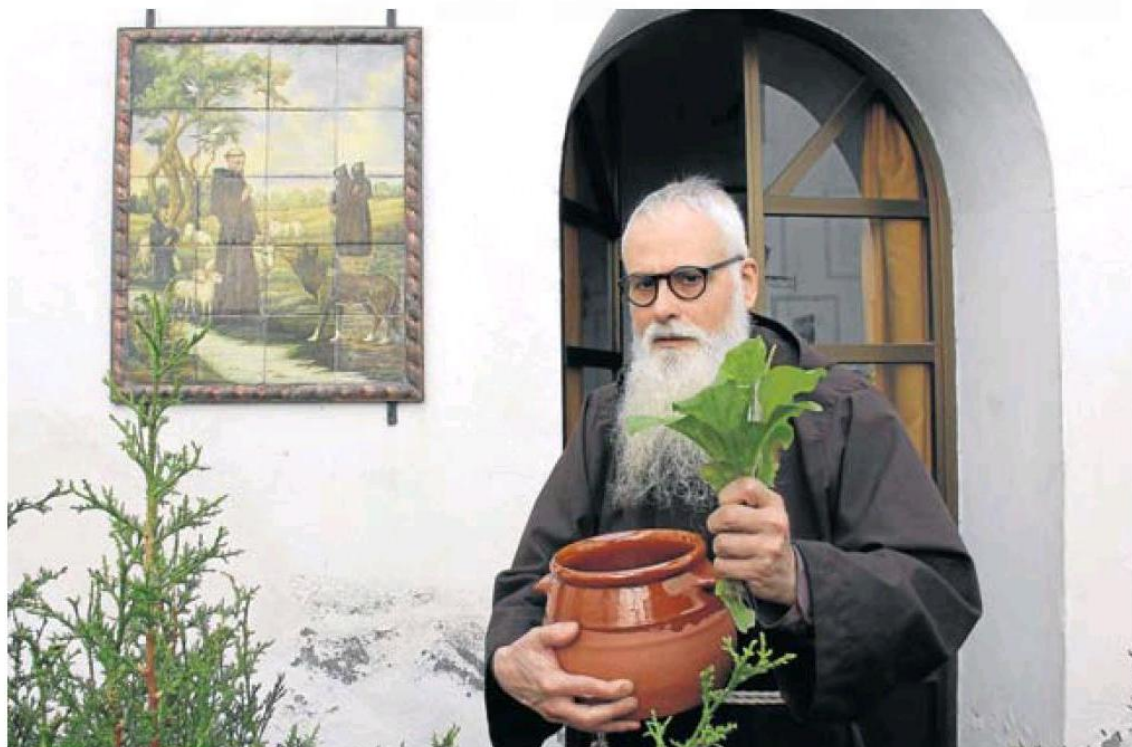
Fray Valentí Serra rescata la farmacopea tradicional con sus 'Pócimas de capuchino'

César Rufino  
SEVILLA

►El mundo ha despreciado la importancia del dolor. En este, o al menos en cierto dolor, encuentra uno a veces remedio a otros males mayores. Estas reflexiones no forman parte de ningún manual de masoquismo, sino, muy al contrario, de la conciencia de estar vivos que transmite con rotunda sencillez el fraile manresano Valentí Serra, quien ayer presentaba en Sevilla sus impagables *Pócimas de capuchino* (Editorial Mediterránea), la antigua farmacopea con la que aquellos religiosos daban consuelo a los enfermos desde la Edad Media y que tiene sus raíces -no en vano, hablamos de herboristería- en la Edad de Piedra. «Encontramos remedios eficaces en la realidad más inmediata y auténtica, en el entorno natural que nos envuelve y en los huertos cercanos, con los que además podemos establecer una relación de espiritualidad», comentó el fraile ayer.

Porque no se trata solo del aspecto estrictamente medicinal de la planta que sea, que también, sino además la gracia de este recetario está en la aproximación -con un puntito de sana rebeldía- a todo lo que la globalización está arrasando en su política de tierra quemada. Cuando fray Valentí Serra habla de «las hierbas santas», o cuando explica los beneficios de hojas o flores que crecen a nuestros pies y de las que hemos olvidado el nombre, en esas palabras hay también un posicionamiento crítico ante la forma actual de entender y gestionar la vida. Al señalar las varias utilidades del arrayán o al señalar cómo los cocimientos de hierbabuena son mano de santo para las lombrices, el dolor de muelas y el zumbido de oídos, el reverendo escritor está hablando de otra medida del tiempo, de otras prioridades en la vida, de la importancia de saber quién se es, frente al actual fárrago despersonalizado de la existencia urgente.

La gente ya solo sabe decir pastilla o pomada; en el vocabulario de este libro de recetas conventuales aparecen las palabras ungüento, bálsamo, cataplasma, sinapismo, emplasto, cocimiento, tisana, gargarismo, pócima... En esa enfermedad de un mundo loco se han



El autor del recetario, fray Valentí Serra, ayer, en el convento sevillano de los capuchinos. / José Luis Montero

perdido también palabras que eran medicinales.

En efecto, lo dice él con otras palabras: el mundo ha despreciado la importancia del dolor. «La vida está marcada por el dolor, y este forma parte de la vida. Nos hemos vuelto más intolerantes al dolor. Los creyentes sabe-

**«Nos hemos vuelto más intolerantes al dolor, cuando es parte de la vida»**

mos que estamos destinados a la vida eterna y que estamos de paso aquí. El Hijo de Dios no rechazó el dolor cuando se hizo hombre. Pero nosotros, en este mundo que busca lo inmediato, lo efectivo, intentamos disfrazar esta realidad y ocultarla. A la menor molestia, una aspirina. Los tanatorios han sacado la muerte de las casas y se la han llevado a las afueras. Esos dolores de la vida que hemos rechazado y negado forman parte, sin embargo, de nuestra realidad humana».

No quiere decir fray Valentí que haya que pasarlo mal por pura reivindicación humana; de hecho, su obra



El romero, una de las 'reinas' de la medicina tradicional andaluza. / El Correo

## El apunte

### MACETAS QUE TODOS DEBEN TENER EN CASA

Fray Valentí Serra recomienda, en Andalucía, tener en casa macetas de orégano, por sus cualidades digestivas y expectorantes, así como de mirto o arrayán, cuyos vapores alivian la jaqueca. «La salvia también, que es un

antibiótico natural, desinfectando y digestivo. Y el tomillo, la planta reina de los griegos, una de las más usadas, que a sus cualidades como antibiótico natural une la de protector bronquial. Y una maceta de romero, la planta reina del Mediterráneo, con poder analgésico y antiinflamatorio. En estas *Pócimas de capuchino* se explican todas las propiedades y las recetas para conseguir tales remedios.

es un muestrario de remedios que él califica de muy efectivos, y que en la actualidad han sido mejorados con la incorporación a la herboristería moderna de las aportaciones asiáticas y americanas, que antaño no se conocían. De este modo, la col era el remedio universal, y una hoja de encina colocada sobre la lengua calma el ardor de estómago. La lechuga es un excelente diurético -como sabrá por sus paseos nocturnos al baño todo el que cene ensalada- y, si a las espinacas les sienta bien el aceite, a la hipertensión le va de maravilla una buena infusión de muérdago. El azahar calma la jaqueca y las afecciones histéricas, el anís no tiene rival para eliminar los gases y hasta el huevo duro es bueno contra las mordeduras de culebra. «Olvidar esto sería una pérdida tremenda de nuestro patrimonio».

Bueno, tal vez alguna de esas fórmulas podrían perderse (o al menos, modificarse en algo), como tapar la redoma del bálsamo de romero con un montón de estiércol durante un mes para que no pierda sus vahos. Tal vez ahí sí que sea preferible tirar de Vics Vaporub. O ponerle un taponcito al bote. ■



gironencs i gironencs agafats a Catalunya durant un període de cinc anys. La campanya electoral per a aquesta comarca tindrà una durada de quinze dies naturals. Començarà el dissabte 13 de febrer a les 00:00 hores i finalitzarà el dia 27 de febrer a les 23:00 hores. L'endemà, dia 28 de febrer, es faran les votacions.

La votació s'iniciarà a les 1.000 hores i continuarà intermitentment

en alguns dels 108 mesos repartits pel territori. Dels 26.031 electors catalans, 1.529 corresponen a la demarcació de l'Alt Pirineu i Aran; 2.638, a la de Barcelona; 3.528, a la Catalunya Central; 9.216, a la demarcació de Lleida; 2.333, a la demarcació de Tarragona; i 2.995, a la demarcació de les Illes de l'Ebre. La demarcació de Barcelona comptarà amb 75 me-

ses, la demarcació de Tarragona comptarà amb 64 mesos electorals, la demarcació de les Terres de l'Ebre, amb 49 mesos i, finalment, l'Alt Pirineu i Aran comptarà amb 39 mesos. En aquestes eleccions es presenten tres candidatures: Unió de Pagesos (UP), Joves Agricultors i Ramaders de Catalunya (JARC) i Associació Agrària Joves Agricultors (ASAJA). Són les primeres en les quals no es vota a

tercers votants que s'han celebrat, i que estaven regulats per la Llei 12/1993, derogada per la Llei 17/2004. Alguns canvis significatius són: Desapareixen les Cambres Agràries Territorials.

La representativitat s'establirà a partir del percentatge de vots obtinguts per cada candidatura, respecte del total de vots vàlids, sense cap correcció.

Es constituïran mesos electorals

per una o altra candidatura de proximitat geogràfica. A partir d'aquestes eleccions, la llei marca en cinc anys el termini entre convocatòries.

En les últimes eleccions a Cambres Agràries celebrades el febrer de 2011, hi va haver una participació del 59,48%. Unió de Pagesos va obtenir 9.615 vots (54,34%); JARC, 4.089 vots (23,23%) i ASAJA, 2.705 vots (15,33%).

## L'HORTET DEL FRARE

# LES PROPIETATS GASTRONÒMIQUES I CURATIVES DE LA CARBASSA

**L**a carbassera (lat., *Cucurbita pepo*; cast., *calabacín*) és una hortalissa que, molt possiblement, ja conegueren els pagesos a l'antiga Babilònia.

Tanmateix, el conreu es popularitzà a Occident a partir de les nombroses variants vingudes del continent americà. La duresa de la seva escorça evita la deshidratació de la polpa, de manera que les carbasses es poden conservar un temps força llarg i, per aquesta raó, esdevingueren un veritable «tresor de pobres» especialment com a recurs alimentari durant la tardor i l'hivern, que és quan les carbasses són més dolces i aptes per a guisar i fer-ne sopes. La carbassa també es pot cuinar gratinada, fregida o bé oleada, ja que és una menja força saciant.

Es pot dir que de la carbassa s'aprofita gairebé tot: la polpa, les llavors i admet fins i tot les flors que alguns mengen amanides en els «encanaments» o mineralitzants propis del temps de primavera i estiu.

Els freres caputxins introduïren la carbassa en els plats de llur cuina conventual i en solien posar trossos a Tolla destinada als pobres que servien quotidianament a la porta del tragu dels convents.

De notables propietats dietètiques i depuratives, la carbassa aporta molta fibra a l'organisme i alivoreix el transit intestinal. A més, la polpa és un bon protector de la vista i de la pell.

Les sementes, a voltes, han donat bons resultats en les malalties de la pròstata i, sobretot, actuen de poderós vermífug ja que la llavor de la carbassera promou l'expulsió de la tènua solitaria: «m-deu n'hi portaran una unça y mitja d'aquestes llavors pelades de carbassa y, després d'una hora de la primera presa, se beurà una

«La duresa de la seva escorça evita la deshidratació, de manera que es poden conservar molt temps; per aquesta raó, se les considera "un tresor de pobres"»



La carbassa té propietats depuratives.

unça d'oli de ricí, y passades dues hores ja podrà menjar alguna coseta» (APOC, Testaments Antics, s. I).

En la tradició gastronòmica de casa nostra no podem deixar d'esmentar la presència del carbassó (lat., *cucurbita oblonga*; cast., *calabacín*), una hortalissa, molt present en els guisats estiuencs de Catalunya com, sobretot, en la samfaina i en l'escudella de verdures, plats que és una veritable gemma calòrica, agraïda amb un alt contingut d'aigua, magnesi i hidrats de carboni. A l'article vinent us parlarem, si Déu vol, sobre el conreu i les nombroses propietats vitaminiques del pesol.



Fra Valentí Serra

RELIGIOS CAPUTXÍ I ILLUMINADOR DEL CALENDARI DE L'ORTA DELS PIRINEUS.  
www.llibreriafraternal.com



## el Periódico BARCELONA SARRIÀ-SANT GERVASI

Buscar...

Iniciar sesión | Regístrate

PORTADA | INTERNACIONAL | POLÍTICA | ECONOMÍA | SOCIEDAD | BARCELONA | DEPORTES | OCIO Y CULTURA | GENTE Y TV | OPINIÓN | ENTRE TODOS |

### «Los capuchinos somos los vecinos más antiguos»

f 15 t g+ 0 +

COMENTARIOS 0

El fraile Valentí Serra es experto en plantas medicinales, saber popular al que, asegura, la población está volviendo. Su pertenencia a la orden capuchina y sus orígenes payeses contribuyeron a su especialización.

Enviar por correo

A\* A\* Cuerpo de letra

Imprimir noticia

ENVÍA UNA CARTA DEL LECTOR

BEATRIZ PÉREZ / BARCELONA

MIÉRCOLES, 27 DE MAYO DEL 2015

Hijo de campesinos, Valentí Serra Fornell (Manresa, 1959) ha trabajado la tierra desde niño. Más conocido como **Fra Valentí Serra** de Manresa, este fraile doctorado en Historia ha publicado varios libros sobre plantas medicinales. El último, *Hortalisses i flors remeieres* (Mediterrània, 2014). En el **Convent dels Caputxins de Sarrià** (Cardenal Vives i Tutó, 2) cuida una parcela del jardín.



Huerto del convento 8 Valentí Serra posa con la flor del granado. RICARD CUGAT

**-¿Cómo surgió su interés por las plantas medicinales?**

-Mis orígenes rurales me han dado un conocimiento muy directo de estas plantas y de sus aplicaciones. Al hacerme religioso, este convergió con toda la tradición y la sabiduría conventual y monástica. Ambos se han enriquecido mutuamente.

**-La medicina popular ha estado presente en la Orden de los Capuchinos.**

-Sí, desde muy antiguo. En los siglos XVII y XVIII hubo frailes capuchinos que destacaron en el conocimiento de las plantas medicinales. Yo, como archivero del convento de Sarrià, recuperé algunos textos antiguos que podrían ser útiles en nuestros días.

**-¿Por qué funcionan sus libros?**

-Porque a causa de la crisis vivimos un momento favorable a la medicina natural y tradicional.

**-El saber de las plantas es milenario.**

-Pues muchos de estos remedios vienen de la Edad de Piedra. A lo largo de la historia los frailes de las plantas han instruido a los estamentos populares. Y el prestigio de estos religiosos fue tan grande que en los siglos XVII y XVIII eran conocidos como el tesoro de los pobres.

**-¿Qué recomienda usted para la alergia primaveral, tan fuerte este año?**

**BUSCA PISO EN EL PERIODICO.COM**  
Esta oportunidad, de 323m2 en Sarrià Sant Gervasi Barcelona  
323m2 - 5 habitaciones  
1.375.000 €  
Alquiler Apartamento oportunidad, de 80m2 en Sarrià Sant Gervasi Barcelona  
80m2 - 3 habitaciones  
2.800 €  
Powered by **habitatia** Ver más ofertas

Publicidad

**¿Tú necesitas esto? Nosotros creemos que no**  
nationale nederlanden Tú importas

**Lo + Visto** Comentado

- El espectro de un atentado planea sobre la desaparición del avión de EgyptAir en el mar Egeo
- Concepción Dancausa, de familia falangista y del ala dura del PP
- Muere el reportero Miguel de la Quadra-Salcedo
- Empar Moliner rasga ahora una 'estelada'
- Llegan los tatuajes efímeros (para 'dermoindécisos')



-Hacer vahos de la flor del saúco. Ayuda a limpiar lacrimales, nariz y cuerpo. En Catalunya, al saúco se le llama *el bon arbre* y tiene muchas aplicaciones. Su nombre es muy arcaico, viene de *sambuque* en griego y *sambucus nigra* en latín. El sambuque era un instrumento antíguísimo de hace miles de años y se refería a la madera de este árbol.

**-¿La medicina natural cura las enfermedades más graves?**

-Las cosas más graves difícilmente se pueden curar con hierbas. Pero si uno es mesurado, perseverante y equilibrado en la aplicación de hierbas en su organismo, puede llegar a tener una salud óptima. Hay hierbas que son depurativas, otras que son remineralizantes, etcétera.

**-Mencione algunas plantas medicinales de fácil localización.**

-El romero, hierba reina del Mediterráneo; el tomillo, de los griegos; la salvia, de los romanos... Y luego hay otras al servicio de la gastronomía, como la mejorana o la matricaria, que tiene muchas propiedades.

**-Ustedes, los frailes capuchinos, llegaron a Sarrià en 1578.**

-Sí. Y yo estoy aquí desde hace 28 años. Para mí Sarrià todavía conserva la atmósfera de un pequeño pueblo que se ha resistido a ser asimilado por Barcelona, lo que le ha dado una personalidad propia. Además, Sarrià está muy cerca de la naturaleza: Collserola, Vallvidrera...

**-¿Podemos decir que los capuchinos son los vecinos más antiguos?**

-Sí, de los más antiguos. En el siglo XVI, nos instalamos en un lugar llamado desierto, muy próximo a Vallvidrera. Allí se construyó un convento, que prácticamente estaba en medio de un bosque. En 1887, se levantó el actual gracias a unos terrenos cedidos por el señor Ponsich.

**-¿Cómo es un día cualquiera de Fra Valentí Serra de Manresa?**

-Me levanto a las 6.30 para rezar la plegaria. A las 8.00 empiezo a trabajar en el convento. A las 13.30 rezo. Después como. De 16 a 20.30 vuelvo al trabajo y a continuación ceno y rezo. La jornada acaba a las 22.30.



¿Quieres seguir toda la actualidad desde tu dispositivo móvil?

Suscríbete al nuevo servicio de **Whatsapp** o **Telegram** para conocer las noticias más relevantes del día

Publicidad



Publicidad

SUSCRÍBETE a El Periódico y te regalamos esta

**bici plegable**

Suscripción 18 meses a El Periódico + Carnet Club del Suscriptor TR3SC + Bici plegable Megamo de regalo

**el Periódico**

**SPORT**



**Globoesporte: Neymar negocia con el Real Madrid y el PSG**

Neymar, que está negociando su renovación con el FC Barcelona, también está hablando con el PSG y el Real Madrid, según 'globoesporte.com'

**Luis Suárez: "En el tridente hay**





està sonant...  
**CANT DE LA SALVE**  
13:10 FÓRMULA ESTEL  
16:30 TEMPS DE BODES  
17:00 ESTEM AMB TU  
18:00 UN GRAN SONRIURE  
18:30 L'EVANGELI

**RÀDIO ONLINE**  
Escolta'ns en directe

**RÀDIO A LA CARTA**  
QUI SOM | PUBLICITAT

<a href="#">Inici</a>	<a href="#">Programes</a>	<a href="#">Graella</a>	<a href="#">Freqüències</a>	<b>Dilluns, 11 Abril 2016 Sant Estanislau, bisbe</b>	
<a href="#">Actualitat Ràdio Estel</a>	<a href="#">Diari del Papa</a>	<a href="#">Notícies</a>	<a href="#">Promocions</a>		



Pau de foto: Fra Valentí Serra reflecteix la feina dels hortolans en un interessant treball sobre la natura

**RÀDIO ESTEL**

## Fra Valentí presenta 'La huerta de San Francisco', llibre sobre les tradicions agràries dels convents caputxins

Redacció

08/04/2016

L'Editorial Mediterrània ha presentat el llibre *La huerta de San Francisco*, de Fra Valentí Serra de Manresa. Es tracta d'una publicació que ofereix una aproximació a les principals tradicions agràries desenvolupades pels hortolans en els convents caputxins que van ser, segons l'autor, els primers horts urbans.

Segons ha explicat Fra Valentí a Ràdio Estel, l'encíclica *Laudato Si* del Papa Francesc ens ha donat un toc d'atenció. "La terra ens dona molt i l'hem de tractar bé, perquè de la terra n'hem de treure els millors fruits. La tradició agrícola caputxina consisteix en treure sense forçar", ha dit l'historiador i arxiver caputxi.

Les persones que decideixin comprar el llibre descobriran, per exemple, que la pastanaga és resolutiva en cataplasmes calents, que l'herba dels canonges s'acomoda a tots els terrenys i que el creixen té propietats depuratives i fortificants, entre molts altres secrets de l'horticultura practicada pels caputxins. Valentí Serra ha extret totes aquestes eines de manuscrits inèdits i de tractats antics molt poc coneguts.

Més notícies sobre **RÀDIO ESTEL**



Share 0

Tweet



Recomendar esto en Google



Available on the  
**App Store**

Android app on  
**Google play**

La teva fidelitat te premi!  
Participa a les nostres **PROMOCIONS** i guanya

Et regalem una cistella  
**caprabo**

### ENQUESTA

Cal adaptar els horaris a les necessitats de les diverses confessions que conviuen a Catalunya?

- ☐ Sí  
☐ No  
☐ No ho se

**Enviar** Veure resultats

[més enquestes](#)

### ENVI'NS UN COMENTARI

- ☒ Ràdio Estel  
☐ Catalunya Cristiana  
☐ Fórmula Estel

Nom

Email

Comentari

**Envia**



# Diari de Girona

Girona  
14 / 9ºFigueres  
15 / 11ºBlanes  
18 / 10º

Local

Més Notícies

Esports

Economia

Opinió

Oci

Tendències

Comunitat

Multimèdia

Serveis

Girona **Comarques** L'Alt Empordà La Selva El Baix Empordà L'Última del dia Agenda Girona FC +UDG**FORD C-MAX** POR 250€/MESEntrada de 1.000€ / Cuota Final: 7.070€  
49 MESES / TAE: 9,02%

DESCÚBRELO



Diari de Girona » Comarques

0 f 20 t g in

## Les tisanes de fra Valentí Serra

Aquest expert en herbes remeieres torna a la província per aportar coneixements sobre beuratges religiosos

29.04.2016 | 07:25

GIRONA | F.B.F. N'hi ha de concebudes per depurar l'intestí; per regular l'organisme; per tonificar el cos; per ajudar a fer la digestió... Les tisanes caputxines són un gran patrimoni de la tradició remeiera de l'ésser humà que es remunta a l'edat de pedra. I no hi ha abanderat més erudit en aquests beuratges que el religiós fra Valentí Serra.

Fra Valentí durant la Fira del Monestir de Berga. **diari de girona**

Aquest frare caputxí establert a Manresa i col·laborador del Calendari de l'Ermità i de Diari de Girona ja va demostrar els seus coneixements en una xerrada celebrada fa uns dies a Breda en el marc de la Fira del Monestir. I aquest dissabte, 30 d'abril, fra Valentí torna a les comarques gironines per compartir els seus coneixements amb el públic de Torroella de Montgrí, en un acte que se celebrarà a les 12.45 hores a la plaça Quintana i Combis.

Ho farà a través d'una mena de show cooking en el qual no només elaborarà les tisanes sinó que n'explicarà el seu origen, contingut i propietats.

«Madono que la gent vol tornar als remeis naturals. Les tisanes parlen el mateix llenguatge que l'organisme», comenta fra Valentí. Tisanes com el «Bàlsam del Bon Samarità», una beguda amb poderosos principis actius. O l'«Elixir de la llarga vida» (Elixir Salutis), una recepta de la qual es té constància des del 1739 i que, pel títol, no cal explicar-ne les propietats.

El religiós explica que la base de les seves tisanes no és l'alcohol (algunes en porten, d'altres no), sinó les herbes remeieres que s'utilitzen. «Són el tresor dels pobres. Déu ens les ha regalat i no costen res. Ara bé, s'han de tractar sense abusar».

**cuponísimo**

ABANS 139€  
36%  
**89€**

Prixton

**SmartWatch sw14**

Més ofertes a [cuponismo.diaridegirona.cat](http://cuponismo.diaridegirona.cat)

## Comarques



### Sibina i Luengo, possibles caps de llista d'En Comú Podem a Girona

Comentar

Es preveu que un dels dos lideri la candidatura al Congrés per al 26-J, en substitució de...



L'Oncolliga forma 370 escolars amb el programa «Tu