



Publicações AP

Fotografias e texto Língzhi/Tradução, adaptação, montagem e foto da capa João Palmela ©



amélia palmela-decorações em plantas ornamentais

centro de jardinagem-av mariano de carvalho, 27 2900-487 setúbal
tel/fax 265239058

correio electrónico – ameliapalmela@sapo.pt

Web site - <http://ameliapalmela.webnode.com>

Língzhi



História

Descubra esta beleza mística e a sua rica história:

Língzhi é o nome de um tipo de cogumelo o *Ganoderma lucidum*. Goza de veneração especial na Ásia, onde tem sido utilizado na medicina tradicional chinesa, como um remédio natural à mais de 4000 anos, tornando-o um dos mais antigos e conhecidos cogumelos a terem sido usados na medicina.

O nome é derivado do grego: ganos "brilho, brilhando" e dérmico "pele", lucidum em latim significa "brilhante".

A palavra língzhi, em chinês, significa "erva de potência espirituais" e também tem sido descrito como "cogumelo da imortalidade". Devido aos benefícios que se presume trazer à saúde e a aparente ausência de efeitos colaterais, tem atingido uma reputação no Oriente como uma derradeira substância herbária.

De acordo com o Manual Chinês "Herbal Materia Medica" (本草綱目), os Língzhi podem ser classificados em seis categorias, de acordo com as suas formas e cores, cada um dos quais acredita-se que alimentam uma parte diferente do corpo.

1. Vermelho - coração
2. Púrpura - articulações
3. Verde - fígado
4. Branco - pulmões e pele
5. Amarelo - baço
6. Preto - rins e cérebro

O Língzhi é tradicionalmente preparado por ferver em água. Cortado finamente ou em pó (fresco ou seco) é colocado numa panela com água a

ferver, devendo cozer em fogo lento, tapado, por cerca de duas horas.

O líquido resultante deve ser bastante amargo ao paladar.



Atenção: este Língzhi é apenas para uso decorativo.

Aproveite este Língzhi pela sua beleza mística e rica história.

Como é Cultivado

Como o Língzhi é cultivado:

Na Ásia e na natureza, o Língzhi cresce como saprófita na base e em tocos de árvores de folha caduca, especialmente os Acer. Apenas dois ou três em 10.000 Acer tem idade suficiente para que os Língzhi se possam desenvolver, o que os torna portanto, geralmente raros na sua forma selvagem.

Após um longo período de experimentação, é agora possível criar Língzhi como uma planta cultivada. Em ambiente especialmente protegido e com todas as condições necessárias, são produzidos com êxito os Língzhi.

Os esporos especialmente preparados são inoculados num tronco de madeira de Tília especialmente preparada para tal. Estes troncos são colocados em camas de um substrato especial. De acordo com as condições adequadas, os esporos produzem micélios e após alguns meses, os "frutos" ou folhas irão aparecer. No início, o fruto é macio e descolorido. Mais tarde, e à medida que o Língzhi vai crescendo, as folhas mais



velhas vão lenhificando e ficam duras e escuras. É neste estágio que está preparado, para ser transportado para a Europa. Após o Língzhi lenhificar, já não vai crescer mais, ficando neste estado por largos anos. Existem algumas probabilidades de que os micélios no tronco venham a produzir novos rebentos.

Existem diversas variedades, sendo todas diferentes tanto no crescimento, como na forma e cor. Também as aplicações medicinais são diferente consoante as cores e variedades.

O valor de uma composição de Língzhi é determinado em relação ao tronco e à quantidade de folhas que apresenta, quanto maior for o seu numero e tamanho, maior o seu valor.

Aproveite este Língzhi pela sua beleza mística e rica história.

Manutenção

O Língzhi é uma exceção única no mundo dos cogumelos. Normalmente são muito delicados e não é possível conserva-los de forma agradável, por um longo período de tempo.

O Língzhi enquanto jovem é uma planta frágil. Depois de alguns meses lenhifica e fica com as folhas duras e escuras.

Esta Composição está na sua fase final, apenas necessitando de pulverização, nas folhas e tronco, uma vez por semana e mantendo-a afastada da luz solar directa. **Por conseguinte, este Lingzhi é fácil de cuidar e vai continuar bonito, durante muitos anos.**