



Mariana Borloveanu  
**Leacuri  
Mănăstirești**  
**vol. 2**  
**Prezentate pe tipuri de afecțiuni**

Cu o Prefață de  
**Prof. Univ. Dr. Pavel Chirilă**



Lunca **Credinței**  
editură  
București – 2019

Leacurile prezentate în carte au fost culese de autoare de la monahi și au fost folosite în practica monahală vreme îndelungată. Chiar și aşa, este indicat să cereți sfatul unui fitoterapeut pentru că și plantele, ca orice alt leac, pot avea efecte adverse, nementionate în această carte, nefiind în sfera ei de cuprindere.


**Concepție grafică & tehnoredactare:**

Răzvan BUCUR

**Foto copertă:**

Mariana BORLOVEANU

**Corectură:**

Mariana DINU

Fotografiile din interiorul acestui volum aparțin autorilor:

Mariana BORLOVEANU

George CRASNEAN

Maica MARINA

Maica NECTARIA

Maica SPIRIDONA

**© Lumea Credinței SRL**

pentru prezenta ediție – 2019

**Editor:** Lumea Credinței SRL

Str. Pictor Ștefan Luchian nr. 12,

sector 2, București, cod 023958

tel./fax: 021/310.71.81;

razvan.bucuroiu@lumeacredinței.com

**Director editorial:**

Răzvan BUCUROIU

**Distribuție directă:**

Mariana HANGANU

Tel. 0724.585.386

**Distribuție:**

S.C. Supergraph S.R.L.

Str. Ion Minulescu nr. 36

031216, Sector 3, București

Tel. 021/320.61.19;

021/319.10.83

Fax: 021/319.10.84

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României  
BORLOVEANU, MARIANA**

Leacuri mănăstirești / Mariana Borloveanu. - București : Lumea credinței, 2014-

vol.

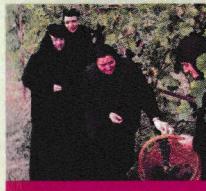
ISBN 978-606-93694-3-2

**Vol. 2 : Prezentate pe tipuri de afecțiuni.** - 2019. - ISBN 978-606-8756-54-7

I. Chirilă, Pavel (pref.)

615

# Continut

**Leacuri MĂNĂSTIREȘTI**


Afecțiuni ale săngelui



Afecțiuni hormonale



Afecțiuni ale sistemului limfatic



Afecțiuni cardiovasculare



Afecțiuni ale sistemului nervos



Afecțiuni ale oaselor



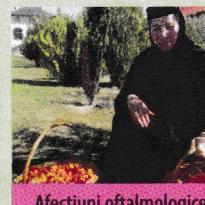
Afecțiuni dermatologice



Afecțiuni digestive



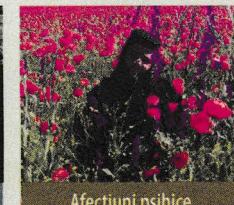
Afecțiuni hepatic



Afecțiuni oftalmologice



Afecțiuni ORL



Afecțiuni psihice



Afecțiuni renale



Afecțiuni respiratorii



Afecțiuni reumatische



Afecțiuni tumorale



Remedii antioxidantă



Remedii detoxifiante



Remedii pentru diabet



Remedii pentru imunitate



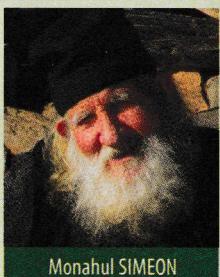
Monahul IUSTIN



Monahul PAHOMIE



Monahul FILOTHEOS



Monahul SIMEON

#### ► Cuvânt înainte (Prof. Univ. Dr. Pavel Chirilă)

#### ► AFECȚIUNI ALE SÂNGELUI

- Sângelul poate fi fluidizat cu ajutorul bromelinei din ANANAS
- Hemoragiile pot fi oprite cu DECOCT de COADA-CALULUI
- Tulburările de coagulare pot fi reglate cu SUC de GRÂU VERDE
- Fluidizarea săngelui se poate face cu FRUNZE de LEURDĂ
- Afecțiunile hematologice se pot trata cu INFUZIE de SCORTIȘOARĂ
- Cel mai bun anticoagulant – resveratrolul din STRUGURI
- Primenirea permanentă a săngelui se poate face cu USTUROI VERDE

#### ► AFECȚIUNI HORMONALE

- Cel mai puternic stimulent hormonal – BRÂNCA-URSULUI
- Tulburările de menopauză și andropauză, calmate cu MACERAT de BUSUIOC
- Deregările hormonale pot fi echilibrate cu CEAPĂ VERDE
- Hormonii pot fi ținuți în frâu cu SUC de MÂRAR
- Un antidot al tulburărilor hormonale – PULBEREA de SALCÂM
- Tulburările neurologice se calmează cu PULBERE de SALVIE

#### ► AFECȚIUNI ALE SISTEMULUI LIMFATIC

- Sistemul limfatic poate fi reglat cu ajutorul pectinelor din COARNE
- Vasele limfatice, curătate cu PULBERE de PORUMB
- Limfa bolnavă poate fi îndepărtată cu FIERTURĂ de ROZMARIN
- Drenarea limfei se face cu ajutorul FLORILOR de SOC
- Ganglionii limfatici pot fi tratați cu FRUNZE de UNTIȘOR

#### ► AFECȚIUNI CARDIOVASCULARE

- Tulburările de ritm cardiac se normalizează cu PASTĂ de ALUNE
- Insuficiența venoasă se tratează cu TINCTURĂ de CASTAN
- Tensiunea arterială poate fi scăzută cu CENUȘĂ de STEJAR
- Valorile colesterolului scad cu pulbere din FRUNZE de NUC
- Valorile trigliceridelor pot fi scăzute consumând PEPENE VERDE
- Riscul aterosclerozei, îndepărtat prin consumul de PORTOCALE

9

11

12

12

13

14

15

16

17

19

20

21

22

23

24

25

27

28

29

30

31

32

33

34

34

35

36

36

37

- Elasticitatea vaselor de sânge se menține cu ulei din GERMENI de PORUMB
- Tromboflebita se ameliorează cu ceaiuri din FLORI de PRUN
- Ateroscleroza se oprește din evoluție cu ROȘII și USTUROI
- Riscul afectiunilor vasculare poate fi scăzut cu suc de SFECLĂ ROŞIE
- Bolile cardiovasculare, ameliorate cu ulei din sămburi de STRUGURI
- Afectiunile cardiovasculare pot fi ținute în frâu cu USTUROI

38

39

40

40

41

42

43

44

44

45

46

47

48

#### ► AFECȚIUNI ALE SISTEMULUI NERVOS

- Tonifierea sistemului nervos, cu ajutorul ALUNELOR DE PĂDURE
- Infuzia din FRUNZE DE ALUN este calmantă
- Stimularea memoriei cu ULEI DE GHIMBIR
- Bolile sistemului nervos, ținute în frâu cu TINCTURĂ DE NUCI
- Oboseala excesivă se combată cu TINCTURĂ de PĂDUCEL
- Bolile Alzheimer și Parkinson, „îmblânzite” cu MACERAT DE SÂNZIENE
- Efectele calmante ale INFUZIEI de SUNĂTOARE

43

44

44

45

46

47

48

#### ► AFECȚIUNI ALE OASELOR

- Mobilitatea oaselor poate fi tratată cu MACERAT DE COADA – CALULUI
- Densitatea osoasă se menține cu LAPTE DE CAPRĂ
- Osteoporoză, oprită din evoluție cu MAC și MIERE
- Oasele pot fi remineralizate cu ajutorul MURELOR
- Pierderile de calciu pot fi salvate prin curele cu MUST
- Cel mai vechi leac de tămăduire a oaselor – PORUMBUL
- Durerile oaselor pot fi calmate cu SPÂNZ

49

50

51

52

53

54

55

56

#### ► AFECȚIUNI DERMATOLOGICE

- Rânilor se cicatricează cu cataplasme cu ALOE VERA
- Arsurile solare se calmează cu PETALE DE GĂLBENELE
- Tratamente pentru dermatoze, cu ARDEI GRAS și ULEI DE MĂSLINE
- Protecția antialergică a consumului de CEAPĂ VERDE
- Pielea copiilor foarte mici se întreține cu SĂPUN de GĂLBENELE
- Rețeta de ULEI de LEVĂNTICĂ a soriei Lucia
- Psoriazisul poate fi calmat cu SUC de MĂSLINE CRUDE
- Celulele moarte de la nivelul pielii se pot îndepărta cu ULEI de MUȘCATĂ
- Arsurile ușoare se calmează cu ULEI de MUŞTEL
- Mâncărurile psoriazice pot fi ameliorate cu PEPENE VERDE
- Remediu împotriva eczemelor cu OSANZĂ și GĂLBENELE

57

58

58

59

60

61

62

63

64

65

66

66

#### ► AFECȚIUNI DIGESTIVE

- Calmarea spasmelor gastrice cu ESENȚĂ de BUSUIOC
- Leziunile digestive pot fi cicatrificate cu SUC de CARTOFI
- Cel mai vechi tratament digestiv este CĂRBUNELE VEGETAL
- Atonia digestivă se tratează cu TINCTURĂ de CORN

67

68

68

69

70

• Formarea calculilor biliari poate fi evitată cu ajutorul MACERATULUI de GĂLBENELE	70
• Refacerea florei intestinale cu SUC PROASPĂT de LEURDĂ	71
• Tratament terapeutic al tubului digestiv cu MIERE DE MANĂ	72
• Cel mai bine tolerat de intestine este MORCOVUL FIERT	72
• Efectele benefice ale morcovului se datorează BETA – CAROTENULUI	73
• Cancerul de colon poate fi prevenit prin consumul de PRUNE	74
• Infecțiile digestive, vindecate cu TINCTURĂ de RÄCHITAN	74
• Durerile abdominale cedează la INFUZIA de SALCÂM	75

#### ► AFECȚIUNI HEPATICE

• Regenerarea celulei hepatice cu FRUNZE de ALOE VERA	77
• Cel mai puternic antidot al toxicilor hepatici este ARMURARIUL	78
• Lichidul de ascită poate fi eliminat cu banala CENUŞĂ	79
• Regenerarea ficatului se poate face cu MIERE de DOVLEAC	80
• Cel mai eficient remediu al ascitei este RÄDACINA de DUD	81
• Un balsam pentru ficat și pancreas este CEAIUL de GUTUI	82
• Pentru tonifierea ficatului trebuie să consumăm PULBERE de PÄPÄDIE	83
• Un detoxifiant de bază al ficatului este EXTRACTUL de SOC	84
	86

#### ► AFECȚIUNI OFTALMOLOGICE

• Protejarea retinei cu suc și MACERAT de AFINE	87
• Cataracta poate fi prevenită cu SUC de AGRIȘE	88
• Glaucomul nu se vindecă, dar se ameliorează cu CRÄITE	89
• Evoluția degenerenței maculare, oprită cu MORCOVI GALBENI	90
• Bolile retinei pot fi ameliorate cu MURE PROASPETE	91
	92

#### ► AFECȚIUNI O.R.L.

• Sinusurile și bronhiile pot fi drenate cu SUC de ANANAS	93
• Durerile cauzate de sinusită se calmează cu CATAPLASME de CARTOFI	94
• Laringita și sinusurile se tratează cu INFUZIE de GHIMBER	95
• Sinuzita se tratează cu PLÄMADÄ de HREAN	96
	98

#### ► AFECȚIUNI PSIHICE

• Insomniile pot fi ameliorate cu CEAII de BANANE	99
• Migrenele și durerile cauzate de stres pot fi tratate cu BUSUIOC	100
• Confortul psihic poate fi întreținut cu o ceașcă de CAFEA	101
• Un bun echilibrant al psihicului este melatonina din CIREȘE	102
• Insomnia poate fi alungată cu INFUZIE de CIUBOTICA-CUCULUI	103
• Un somnifer natural, fără efecte secundare – MACUL CALIFORNIAN	104
• Anxietatea se tratează cu FRUNZE și FRUCTE de MÄSLIN	105
• Eliberarea stresului prin spălarea cu SÄPUN de SCORTISOARÄ	106
• Anxietatea poate fi tratată cu INFUZIE de TRANDAFIR	107
• Stările psiho-emoționale se echilibrează cu TINCTURĂ de VALERIANÄ	108
	110

#### ► AFECȚIUNI RENALE

• Activitatea rinichilor poate fi stimulată cu INFUZIE din COZI de CIREȘE	111
• Calculii renali pot fi eliberați cu SCOARTĂ de FAG	112
• Bolile rinichilor – tratate cu DECOCT de PÄPÄDIE	113
• Litiazele renale pot fi vindecate cu SUC de PÄTRUNJEL	114
• Pietrele și nisipul de la rinichi se elimină cu SUC de PORTOCALE	115
• Cistita și alte boli renale pot fi ameliorate cu INFUZIE din MÄTASE de PORUMB	116
• Calculii renali și biliari se elimină prin CURA cu TÄMAIE	117
	118

#### ► AFECȚIUNI RESPIRATORII

• Tusea se calmează cu TINCTURĂ de BRAD	119
• Stoparea crizelor de astm cu SUC de GHIMBIR	120
• Tusea convulsivă și cea tabagică se tratează cu GUTUI	121
• Un bun calmant al tusei – ULEIUL de JIR	122
• Durerile faringiene se calmează cu MACERAT de LEURDÄ	123
• Accesele bronșitice pot fi estompate cu INFUZIE de MAC	124
• Cel mai bun calmant pentru tuse, SIROPUL de PÄTLAGINÄ	125
• Tuberculoza poate fi ameliorată cu DECOCT de PÄTLAGINÄ	126
• Fluidificarea secrețiilor bronșice cu ajutorul MUGURIOR de PIN	127
• Afecțiunile respiratorii pot fi calmate cu SFECLÄ și HREAN	128
• Leziunile pulmonare pot fi ameliorate cu PLÄMÄDEALÄ de VÄSC	129
	132

#### ► AFECȚIUNI REUMATICE

• Afecțiunile reumatice se calmează cu ALIFIE de ARDEI IUTE	133
• Durerile musculare cedează după o baie cu COJI de CASTANE	134
• Ciocurile de pe coloană pot fi diminuate cu UNGUENT de DRÄGAICÄ	135
• Suferința cervicală, ameliorată cu PRIŠNIȚE cu FÄN	136
• Efectul calmant și antiinflamator al BOABELOR de IENUPÄR	137
• Reducerea edemelor reumatice cu PASTÄ de LEURDÄ	138
• Durerea cervicală, calmată cu unguent din MUGURI de MESTEACÄN	139
• Remisia umflăturilor genunchilor cu ajutorul MACERATULUI de TUIA	140
• Inflamațiile articulațiilor cedează la CATAPLASMELE cu VARZÄ	141
• Bolile reumatice, tratate cu ZÄPADÄ	142
	144

#### ► AFECȚIUNI TUMORALE

• Formațiunile tumorale incipiente pot fi stagnate prin consumul de MERE	145
• Formațiunile tumorale pot fi inhibate cu salată de PÄTRUNJEL	146
• Tumorile benigne sunt opriate din evoluție cu SUC de ROȘII	147
• LICOPINA din roșii distrug celulele canceroase	148
• Invadarea tumorală este oprită de carnosolul din ROZMARIN	149
• ANTIOXIDANȚII din STRUGURI stopesc evoluția tumorală	150
• Adenomul de prostata poate fi remis cu TESCOVINÄ	151
	152

## ► REMEDIU ANTIOXIDANTE

- Efectul puternic antioxidant din ceașca de CAFEA
- Proprietățile antioxidant ale CĂPȘUNILOR NETRATATE
- Un antioxidant și vitaminizant în anotimpul rece: CIDRUL de MĂCEŞE
- Un antioxidant al tuturor vîrstelor: MURUL
- Cură antioxidantă cu STRUGURI NEGRII
- Antibioticul și antioxidantul natural din USTUROIUL VERDE
- Sirop antioxidant, vitaminizant și energizant din ZMEURĂ

## ► REMEDIU DETOXIFIANTE

- O detoxifiere la îndemana oricui este aceea cu ANANAS
- O legumă detoxifiantă din sudul Italiei – BROCCOLI
- Detoxifiere de suport cu LEGUME și FRUCTE PROASPETE
- Cură de detoxifiere cu ULEI de DOVLEAC
- Ceai detoxifiant din FRUNZE de MORCOV
- Eliminarea toxinelor cu miez de PEPENE VERDE
- Dușuri răcoritoare și detoxifiante cu ROZMARIN
- Efectul puternic depurativ al LIMONADEI de SOC
- Cură detoxifiantă cu SALATĂ de UNTIȘOR
- Suc detoxifiant și echilibrant mineral cu URZICĂ și FAG
- Detoxifiere și remineralizare cu FIERTURĂ de URZICI

## ► REMEDIU PENTRU DIABET

- Insulina verde a diabeticilor: CEAI din FRUNZE și FRUCTE de AFIN
- Valorile glicemiei se echilibrează cu INFUZIE din FRUNZE de DAFIN
- Scăderea treptată a glicemiei cu MACERAT din FRUNZE de MĂSLIN
- Insulină naturală din INFUZIE de ȘTEVIE
- Putem ține în frâu diabetul cu PULBERE de TESCOVINĂ
- Stabilizarea glicemiei cu FRUCTE, FRUNZE și LĂSTARII de ZMEUR

## ► REMEDIU PENTRU IMUNITATE

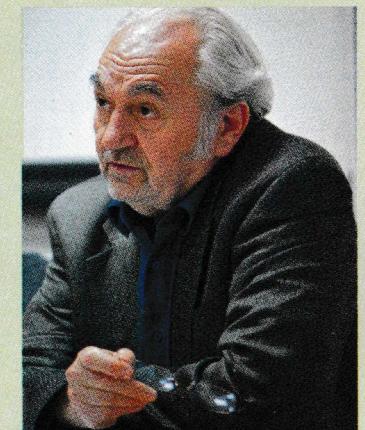
- Primăvara și toamna, sănătatea se protejează cu CEAI de ECHINACEA
- Organismul poate fi revigorat cu DECOCT de COARNE
- Un substitut natural pentru antibiotice – ECHINACEA
- Vitaminizare și mineralizare naturală cu PULBERE de GUTUI
- Organismul poate fi protejat de infecții consumând multe LĂMAI
- O imunitate perfectă se întreține cu MĂCEŞE
- Una dintre cele mai complete surse de energie – SPIRULINA
  
- Alimentația și despătimirea în vizuina Sfintilor Părinți
- Leacuri cu care monahul Pahomie a păcălit boala 92 de ani
- Leacuri neștiute, destăinuite de monahul Filotheos din Munții Carantania
- Rânduiala postului pentru cei sănătoși dar și pentru cei bolnavi

153
154
155
156
157
158
159
160
161
162
163
164
165
166
167
168
169
170
171
172
173
174
175
176
177
178
180
181
182
183
184
185
186
188
189
190
196
202
212

Păstrând valențele tămăduitoare ale leacurilor mânăstirești, autoarea acestei cărți și-a propus să ducă mai departe pledoaria pentru repunerea în valoare a celor mai vechi metode terapeutice din lume și să poposească din nou în fascinanta lume a plantelor, într-o adevărată oază aducătoare de liniște și frumos. Dar, dincolo de toate acestea, învățăm să descoperim miraculoasa putere vindecătoare a acestora, în fața unor boli care sunt doar o urmare firească a modului nostru de viață, ce implică alimentația greșită, viciile, abuzul de medicamente, stresul, tulburările emotionale și viața sedentară. Aceste leacuri, dobândite de la nenumărate generații de monahi, ne ajută să înțelegem că sănătatea este rodul armoniei dintre om și modul de viață al acestuia.

Fiind structurată pe afecțiuni, cartea vine în ajutorul fiecărui om care dorește să trăiască sănătos, ținând departe tot ceea ce generează suferință. Un om poate fi numit sănătos chiar dacă are imperfecțiuni vizibile ale trupului. Există situații dintre cele mai diverse ale vindecării trupei, care este o vindecare limitată, atâtă vreme cât nu este întregită de vindecarea sufletească. Întotdeauna vindecarea integrală are două componente: *vindecarea sufletească*, *întregită de vindecarea trupei*.

Vechiul Testament spune că „leacurile sunt din pământ și omul înțelegept nu se va scârbi de ele”. Din fericire, omul contemporan se reînțelegește și începe să caute tot mai insistent virtuile terapeutice ale plantelor. Nu întâmplător, leacurile expuse în aceste pagini au fost culese de la călugări, aceștia viețuind în locuri izolate, de cele mai multe ori în creierul munților, acolo unde poluarea nu poate ajunge. Eu personal am experimentat acest lucru, punând bazele unei clinici în care bolnavii sunt tratați doar cu remedii din plante. N-am sfătuiniciodată pe nimeni să evite citostaticele și radioterapia, dar întotdeauna recomand și terapiile alternative. Plantele, de foarte multe ori, creează surpirze de neimaginat. Nu degeaba sfaturile biblice ne îndeamnă să ne lecuim cu plante din grădina Domnului. Ca medic, tratez cu multă responsabilitate afecțiunile bolnavilor mei, dar rugăciunea și tratamentele naturiste au stat întotdeauna la baza oricăror terapii. Bolnavul credincios suportă mult mai bine decât ceilalți evoluția bolii, este mai liniștit, mult mai optimist și încrezător în vindecarea lui, are un moral foarte ridicat. Bolnavul cu adevărat credincios nu face depresie niciodată, sau numai foarte rar, când e depășit de situație. Toate aceste manifestări în viață lui psihică îl ajută în procesul vindecării. Si dacă toate acestea sunt întregite de un tratament naturist, ușor, cu ceaiuri și tincturi terapeutice, rezultatele sunt întotdeauna pe măsură.



Cartea de față nu vine să conteste meritele tratamentelor alopate, dar încearcă să trezească în conștiința noastră, și chiar a medicilor, faptul că există o alternativă în cazurile eşuate ale medicinei alopate, că există prin plante o bună protecție față de reacțiile adverse ale tratamentelor alopate și că înainte de a fi molecule chimice pe piață, pentru multe secole, fitoterapia a fost metoda terapeutică principală. Medicina alopată trebuie să-și schimbe concepția, să realizeze că medicamentele luate cu pumnul nu sunt o soluție, că există variante naturale, mai eficiente și lipsite de agresivitate. Antibioticele, de pildă, și-au pierdut efectele principale și rămânem doar cu cele secundare. Tratamentele naturiste își propun, în esență, profilaxia îmbolnăvirii, o atitudine de viață care să ne ferească de boli. Degeaba ameliorăm astăzi o infecție, să zicem, cu un medicament, pentru că mâine răvagile produse de el în organism ne provoacă afecțiuni mult mai grave. Așa se face că întotdeauna ne întoarcem la plante, cum frumos a surprins Părintele Cleopa: „*Dacă noi, privind iarba pe care pururea o călcăm cu picioarele, ne vom aduce aminte de asemănarea ce o avem împreună, după cuvântul Scripturii care zice: «Omul ca iarba, zilele lui ca floarea câmpului» (Psalm 102, 15), și iarăși: «Tot trupul este iarbă și toată slava omului ca floarea câmpului» (Isaia 40, 6), și iarăși: «Zilele mele ca umbra s-au plecat și eu ca iarba m-am uscat» (Psalm 101, 12), atunci cine poate spune cătă filosofie duhovnicească ne învață pe noi iarba și florile câmpului?*”.

Cartea *Leacuri mănăstirești* le este de folos atât oamenilor sănătoși, cât mai ales celor bolnavi, pentru că aceștia fac cunoștință cu o terapie neagresivă, despre care în cabinetele medicale de obicei nu li se vorbește. Aceasta prezintă sistematizat principalele plante medicinale utilizate în tratamentul afecțiunilor respiratorii, cardio-circulatorii, digestive, hormonale, al afecțiunilor ale aparatului locomotor, sistemului nervos, în afecțiuni dermatologice, în boli metabolice și oncologice, în afecțiuni oftalmologice sau din sfera ORL. Paleta terapeutică a cărții este întregită cu remedii antioxidantă, detoxifiante, remedii naturiste pentru creșterea imunității și ținerea sub control a bolilor diabetice.

Acest adevărat ghid terapeutic este susținut cu argumente practice de către protosinghelul Iustin Petre de la Mănăstirea Sfântul Ioan Casian din Dobrogea, monahul Pahomie de la Mănăstirea Cozia, monahul Filotheos din Pustia Carantaniei, monahul Simeon de la Mănăstirea Pătrunsa, arhimandritul Laurențiu de la Mănăstirea Stânișoara.

Nu ne putem îndepărta de acest tărâm al tămăduirii fără a reveni la Înțelegiunea lui Sirah (38, 4-6), conform căreia cea mai verosimilă cale a vindecării culminează cu temeiul științific al acesteia: „*Domnul a zidit din pământ leacurile, și omul înțelept nu le va defăima. Și El a dat oamenilor știința, ca să se măreasca întru leacurile Sale cele minunate.*”

Prof. Univ. Dr. Pavel Chirilă



LEACURI  
pentru trup  
și suflet

## AFECȚIUNI ALE SÂNGELUI

- ▶ Ananasul
- ▶ Coada-calului
- ▶ Grâul verde
- ▶ Leurda
- ▶ Scortișoara
- ▶ Strugurele
- ▶ Usturoiul



### ESTE ESENȚIAL SĂ ÎNTELEGEM CĂ BOLILE DE SÂNGE SUNT DIFERITE DE BOLILE CARE SE TRANSMIT PRIN INTERMEDIUL SÂNGELUI

Bolile hematologice afectează elementele constitutive ale săngelui: eritrocitele, trombocitele, leucocitele sau precursorii lor de la nivelul măduvei hematogene, determinând simptome specifice unui nivel prea scăzut sau prea crescut al unei anumite linii celulare. Bolile de sânge sunt congenitale, fiind rezultatul unor tulburări genetice moștenite, dar sunt diagnosticate la timp, deoarece simptomele afectează vizibil viața celui suferind.

Marea majoritate a bolnavilor solicită din proprie inițiativă ajutorul medicului, pentru că simptomatologia este mai mult decât evidentă: stări de obosale, hemoragii, dureri articulare, probleme de coagulare a săngelui, colorație roșie-violacee a mucoaselor, săngerări apărute din senin sau după

Măicuțele de la Mănăstirea Polovragi și tainele strugurilor brumați

lovituri minore, săngerări gingivale, mărirea ganglionilor limfatici din regiunea cervicală, inghinală sau axială, dureri de oase, astenie, transpirații nocturne, apariția de tromboze venoase, vulnerabilitate în fața infecțiilor. Bolile de sânge nu se pot vindeca, dar pot fi ameliorate cu remedii naturiste: ananas, coada-calului, grâu verde, leurdă, scortișoară, struguri, usturoi.

## Ananasul

### SÂNGELE POATE FI FLUIDIZAT CU AJUTORUL BROMELINEI DIN ANANAS

Ananasul este un fruct tropical dulce-acrișor, cu o aromă foarte placută, care sporește plăcerea de a-l consuma. Conținutul acestuia este variat și bogat în vitamine (A, B, B1, C) și minerale, precum magneziu, potasiu, mangan, calciu, care, împreună cu beta-carotenul și săturile minerale, contribuie la ameliorarea unor boli ce îngreunează viața persoanelor de vîrstă a treia (ateroscleroză, artrită, deminerinizare osoasă). Pe lângă vitaminele și mineralele din compoziția sa, ananasul

conține o enzimă extrem de folosită, numită bromelină, care are și proprietatea de a descompune proteinele. Datorită acestei enzime, ananasul are proprietatea de a fluidiza sângele, împiedicând formarea

cheagurilor care duc la apariția trombozelor și chiar a accidentelor vasculare. Sucul de ananas se folosește imediat ce a fost obținut, pentru că altfel își pierde proprietățile și oxidează. Ceea ce puțini dintre noi știu este faptul că, aplicat extern, sucul de ananas calmează durerile articulare și scade inflamațiile de orice natură.

Acstea acțiuni benefice sunt generate tot de bromelină, care, în asociere cu un antibiotic, ajută la cicatrizarea imediată a rănilor deschise.



## Coada-calului

### HEMORAGIILE POT FI OPRITE CU DECOCT DE COADA-CALULUI



Din scrierile vechi am aflat cu uimire despre adevaratele păduri de coada-calului, în care plantele ajungeau chiar și la 20 de metri înălțime. Astă se întâmplă cu mii de ani în urmă, când pădurile de ferigă și cele de coada-calului se întindeau pe suprafețe imense. În timp, aceste plante uriașe au suferit modificări generate de anumiți factori externi, dar proprietățile lor au rămas neschimbate. Planta care s-a aclimatizat la noi în țară nu depășește o jumătate de metru înălțime și este cunoscută sub mai multe denumiri: coada-calului, barba-ursului, bota-calului, bota-cucului,

barba-sasului, brădișor, coada-iepei, coadă-mâncatului, coada-șopărlei, iarba-de-cositor, opintici, părul-porcului, peria-ursului.

Această plantă are efecte antihemoragice puternice, permitând refacerea rapidă în urma intervențiilor chirurgicale, după sângerările abundente, fiind unul dintre cele mai bune remedii în anemia posthemoragică.

Vechii călugări, care se retrăgeau în păduri din cele mai îndepărtate locuri, neavând alte posibilități, erau obligați să-și

rezolve singuri problemele de sănătate. Pentru a opri sângerările nazale mai abundente, aceștia au folosit dintotdeauna coada-calului. Se ia o mână de plantă proaspăt culeasă, se fierbe în apă de izvor timp de 10 minute, după care se strecoară, amestecându-se cu o linguriță de sare. În momentul în care decoctul se răcește, se toarnă în mână și se trage pe nara din care curge sânge. Sângerarea se oprește imediat. Acest decoct poate fi folosit și în hemoragiile externe, cauzate de zgârieturi sau tăieturi.

## Grâul verde

### TULBURĂRILE DE COAGULARE POT FI REGULATE CU SUC DE GRÂU VERDE



Un pahar cu suc de grâu verde este mai mult decât un medicament și astă datorită conținutului mare de vitamine (A, B, C, E și K) și minerale de care avem nevoie. Sucul de grâu are similitudini cu propriul nostru sânge, având particularități comune cu hemoglobina, care are rolul de a transporta oxigenul din corp. Abundența de minerale alcătuită transformă mediul foarte acid din corpul nostru într-un mediu alcalin, în care boala nu se poate dezvolta. De asemenea, acest suc-minune reduce presiunea arterială, dilatănd în tranzitul lui căile prin care sângele circulă și, în același timp, stimulează

glanda tiroidă. Deși este indicat în tratarea bolilor de sânge, sucul de grâu se poate recomanda și diabeticilor, chiar dacă este foarte dulce. Clorofila se poate extrage din mai multe plante, însă iarba de grâu este superioară, deoarece s-a descoperit că aceasta conține peste 100 de elemente de care omul are nevoie. Pentru obținerea a 50 ml de suc, sunt necesare două mâini de iarba de grâu de 14-16 cm lungime. Sucul de grâu se obține foarte ușor, cu ajutorul storcătoarelor electrice sau chiar al unei mașini de tocata carne, doar că în această situație trebuie strecurat. Pentru a beneficia integral de proprietățile sucului, acesta trebuie să fie consumat imediat după presare. La început se administrează 5-10 picături, în lapte sau ceai, iar după o lună de tratament se poate ajunge chiar la o lingură de suc la 100 ml lichid. E bine de știut că sucul proaspăt obținut își păstrează foarte puțin timp proprietățile și nutrienții benefici, motiv pentru care nu se congelează și nu se păstrează în frigider.

## Leurdă

FLUIDIZAREA SÂNGELUI SE POATE FACE CU FRUNZE DE LEURDĂ



Leurdă se mai numește și aiurdă, usturoiță, usturoi-sălbatic, usturoi-de-pădure sau usturoiul-ursului. Această plantă erbacee perenă crește îndeosebi în pădurile mai răite de la noi (în general stejar sau pin), pentru că acestea îi conferă mai multă lumină. Primăvara, când pădurile sunt acoperite cu un covor floral proaspăt, printre alte flori de culoare albă, vom găsi și leurdă înflorită. Mai întâi, frunzele au o culoare verde crud, pentru ca mai târziu să se închidă la culoare până la verde închis. Frunzele de leurdă sunt verzi și alungite, semănând foarte bine cu cele de

mărgăritar. Particularitatea leurdei constă în miroslul fin de usturoi, tocmai de aceea este foarte puțin probabil să se confundă leurdă cu altă plantă. De la leurdă se folosesc frunzele în scop terapeutic, dar și culinar. Acestea se taie primăvara devreme (în martie sau aprilie), înainte ca planta să înflorescă, și se prepară în momentul imediat următor culegerii, ori se depozitează în locuri răcoroase pentru scurt timp, având în vedere rapiditatea cu care se depreciază. O cură cu leurdă este benefică pentru cardiaci și mai ales pentru fluidizarea sângelui.

Prezentate pe tipuri de afecțiuni

## Scortișoara

AFFECTIUNILE HEMATOLOGICE SE POT TRATA CU INFUZIE DE SCORTIȘOARĂ

Scortișoara se găsește în comerț sub formă de baghete subțiri sau pulbere, cu o aromă deosebită. Aceasta constituie o excelentă sursă de fibre și minerale. Combinarea de calciu și fier pe care scortișoara o conține ajută în procesul de secreție a bilei, regleză tranzitul intestinal și combată constipația cronică, ameliorând simptomele de colon iritabil. De asemenea, proprietățile antibacteriene și antifungice ale scortișoarei tratează până la vindecare infestarea cu fungi și bacterii localizate la nivelul stomacului. Pentru aceasta este nevoie de folosirea în mod frecvent a scortișoarei, dacă se poate zilnic, dimineața și seara.

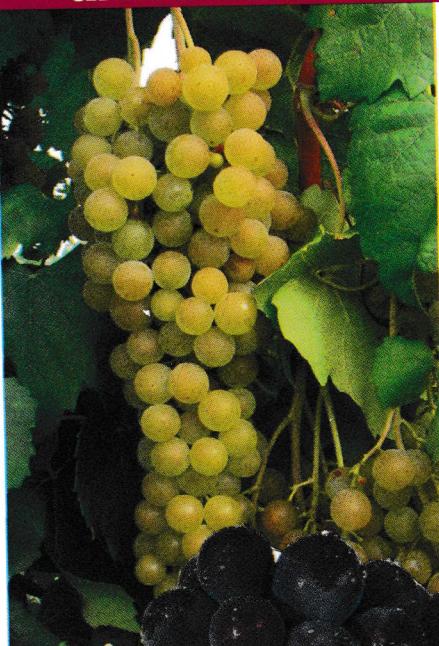
Se face o infuzie din 250 ml apă plată și 20 g ceai verde. Înainte de a se lăua de pe foc, în apa clocoțită se adaugă frunzele de ceai verde și o jumătate de lingură de scortișoară, apoi se lăsă la infuzat timp de cinci minute. Se stearcoară și se bea cu înghiituri mici. Tratamentul durează 30 de zile și se poate repeta ori de câte ori este nevoie.



Ceaiul verde cu scortișoară este beneficiul în afecțiunile hematologice, fluidizează săngele, iar prin scăderea nivelului de zahăr din sânge și creșterea producției de insulină în organism ajută la tratarea diabetului.

# Strugurele

CEL MAI BUN ANTICOAGULANT – RESVERATROLUL DIN STRUGURI



Virtuile terapeutice ale strugurilor se datorează conținutului ridicat de fibre și minerale, vitaminele B, C, E, F, dar mai ales prezenței din abundență a polifenoliilor. O cură de struguri este în primul rând detoxifiantă, protejând în același timp inima și prevenind formarea cheagurilor de sânge la nivelul vaselor. Acest fruct este foarte bine tolerat de organism, iar struguri negri, care în plus conțin resveratrol, un anticoagulant natural, sunt cei mai apreciați din punct de vedere terapeutic, cu ajutorul lor putând fi tratate aproximativ 60 de boli.

Se recomandă ca struguri să se mânânce cu tot cu coajă și sâmburi, deoarece aici se află rezervorul de enzime, minerale și fibre, de flavonoide și polifenoli, care mențin elasticitatea vaselor de sânge.

Struguri sunt ajutorul cel mai de preț al inimii, datorită resveratrolului, care acționează ca o adevarată perie la nivelul arterelor.

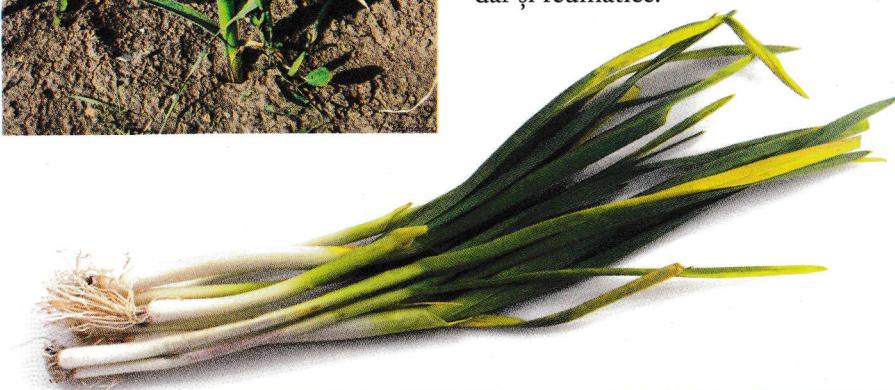
Chiar dacă toți struguri aduc beneficii organismului, este de preferat ca în curele de detoxifiere și în afecțiunile de coagulare a sângeului să folosim întotdeauna struguri cei mai închiși la culoare.

Prezentate pe tipuri de afecțiuni

# Usturoiul verde

PRIMENIREA PERMANENTĂ A SÂNGELUI SE POATE FACE CU USTUROI VERDE

Despre usturoiul verde, călugării mai bătrâni spun că „înnoiește sângele și scoate otrava din plămâni”. Dar, înainte de toate, este o trufanda foarte agreată mai ales de călugării care nu și-au modernizat modul de viață și pentru care usturoiul verde, în asociere cu



pâinea pustnicească, este un adevarat deliciu. În mănăstirile din Gorj și Mehedinți, usturoiul verde se mânâncă și cu „turtă” (un fel de mămăligă mai tare, coaptă pe vatră). Este poate unul dintre secretele vieții sănătoase a monahilor din vîrf de munte. La un schit din Parâng am mâncat chiar salată de usturoi, despre care nici măcar nu știam că ar exista. Se prepară simplu și este foarte gustoasă: se iau cam trei fire de usturoi foarte fraged pentru o porție de salată. Acestea se spălă bine, se toacă foarte fin, apoi se amestecă și cu câteva frunze de salată verde sau spanac. Se adaugă un strop de sare, puțin suc de lămâie și o linguriță de ulei de măslini, apoi se asezonează totul cu mărar și pătrunjel proaspăt tocata. Dacă ingredientele sunt netratate și proaspete, o astfel de salată este un deliciu, dar și un incontestabil leac. Afecțiunile care pot fi tratate cu această minunătie sunt în primul rând cele hematologice, respiratorii, cardiace, dar și reumatice.