

APA
MEDICAMENT NATURAL



VIRGINIA CIOCAN

Născută, Râmnicu-Sărat, Liceul „Al. Vlahuță”, licențiată în Biologie, Universitatea București, Doctor în Științe Biologice.

Activitate: cercetător științific la Centrala Delta Dunării (Tulcea, Maliuc, Sulina), CCIT-Făgăraș, IBNA- Balotești Ilfov.

Experiență: cercetare în domeniile: ecologie generală, piscicultură, entomologie, protecția plantelor, botanică sistematică, microbiologie.

Lucrări științifice: peste 500 articole în limba română, engleză și franceză în reviste de specialitate, 4 brevete de invenție, OSIM București.

Cărți publicate:

Grupa de sânge și viața individuală, 2007, Ed. Ceres, București
Sănătate și frumusețe prin aromaterapie și masaj, 2010, Ed. Ștefan, București

Plante etnobotanice din România, între adevăr și pericol, 2011, Ed. Ceres, București

Grupa de sânge O,A,B,AB și viața individuală, Vol. I-IV, 2012, Ed. Universitară, București

Previne și învinge boala cu plante medicinale imunitare și adaptogene, 2012, Ed. Universitară, București

Grupa de sânge O,A,B și viața individuală, ediția II-a, Vol. I-III, 2014, Ed. Universitară, București

Prețuiește-ți inima - Plante medicinale cardiovasculare, 2014, Ed. Editgraph, Buzău

Previne și învinge boala cu plante medicinale imunitare și adaptogene, Ediția II-a, revăzută și adăugită, 2015, Ed. Universitară, București

Aromaterapie prin masaj, 2015, Ed. Editgraph, Buzău

Tinerete fără bătrânețe - Plante medicinale anti-îmbătrânire, 2016, Ed. Universitară, București

Pe urmele Cleopatrei-călătorie în Egipt, 2017, Ed. Editgraph, Buzău

VIRGINIA CIOCAN

**APA
MEDICAMENT NATURAL**



**EDITURA UNIVERSITARĂ
București, 2018**

CUPRINS

CUVÂNT ÎNAINTE	7
INTRODUCERE	9
CAPITOLUL I – APA – MIRACOLUL VIETII....	15
1.1. Considerații generale și istoricul terapiilor cu apă.....	15
1.2. Apa – leac universal în medicina tradițională.....	19
1.3. Proprietățile și funcțiile apei	25
1.4. Calitățile apei pentru sănătatea omului.....	29
1.5. Categori de apă	32
CAPITOLUL II – APA ȘI SĂNĂTATEA	51
2.1. Apa – component principal în nutriție	51
2.2. Apa – și grupa de sânge	56
2.3. Apa și pH-ul	60
2.4. Apa și stilul de viață	69
CAPITOLUL III – TERAPII ALTERNATIVE CU APĂ ALCALINĂ	80
3.1. Noțiuni generale	80
3.2. Terapie internă cu apă-varianta americană..	83
3.3. Terapie internă cu apă - varianta chineză	85
3.4. Terapie cu apă și Microhydrină	86
3.5. Terapie cu apă și Coral Alka-Mine.....	89

3.6. Terapie prin hidratare celulară	91
3.7. Terapii exterioare cu apă.....	96
3.8. Afecțiuni ce se tratează cu apă alcalină	115
 EPILOG.....	 119
 ANEXĂ - Termeni științifici folosiți în text	 122
 BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ	 133

CUVÂNT ÎNAINTE

Doamna dr. biolog Virginia Ciocan recidivează în activitatea sa intensă de cercetare și creație, prezentându-ne o nouă lucrare cu un titlu simplu dar deosebit de incitant – „APA-MEDICAMENT NATURAL”. Lecturând cuprinsul cărții, precum și analiza teoretică și practică realizate în conținutul acesteia de autoare, aflăm cu adevărat cât este de importantă și utilă. Pentru că APA este descrisă ca miracol al vieții, drept leac universal în medicina tradițională. Sunt descrise, pe larg, proprietățile și rolul apei în sănătatea omului, necesitatea tratării apei și rolul ei.

În redactarea cărții, autoarea s-a bazat pe cercetările oamenilor de știință de-a lungul veacurilor, cât și pe practica și experiența personală acumulate în peste 30 de ani. Mai mult, autoarea însăși consumă apă alcalină preparată după o rețetă personală.

De fapt, în toate lucrările sale, publicate în ultimii ani pe teme naturiste, doamna dr. biolog Virginia Ciocan a inserat zeci de rețete personale ale căror efecte au un rol tămăduitor în sănătatea omului.

De aceea, autoarea precizează că: **Hidratarea corectă este atunci când organismul păstrează, din apa băută zilnic, cantitatea necesară, calculată pentru fiecare, conform greutății corporale.**

În final, apreciem că, dacă se lecturează cu atenție lucrarea, se va constata că avem în față un îndrumar instructiv-educativ care ne arată ce să luăm din natură, cum

să preparăm ceea ce alegem și cum să le consumăm. Se recomandă, în același timp, cum să ne dozăm activitatea de zi cu zi, necesitatea de a face mișcare, cum să ne petrecem timpul liber și, în tot ceea ce facem, **să avem în atenție apa ca miracol al vieții** și nu numai.

Conf. univ. dr. Gheorghe Iovan

INTRODUCERE

Am gândit această carte ce se referă la apă, cel mai vechi și eficient medicament, pornind de la convingerile mele actuale, socotind că boala și suferințele omului se datorează, în primul rând, acumulării de reziduuri nemetabolizate și neeliminate din corp pe parcursul vieții, substanțe toxice ce în timp acidifică corpul, cu consecințe neplăcute, uneori traumatizante sau mortale.

În al doilea rând, dar la fel de importantă cauză de boală este un șoc emoțional, trăit în mod dramatic, intens și copleșitor, apărut de cele mai multe ori pe neașteptate, surprinzând organismul complet nepregătit, precum un fulger, mai ales trăit în solitudine, fără a fi împărtășit altor persoane, nici măcar medicului curant.

Sunt convinsă că românii au ajuns la un nivel de conștiință care să le permită să înțeleagă că nu este bine să asculte orbește sfaturile medicilor și să se lase necondiționat pe mâna instituțiilor medicale și farmaceutice care fac din oameni un sac plin de formule chimice. De aceea consider remarcabilă noua paradigmă pe care se bazează medicina alternativă, conform căreia hidratarea celulelor face diferența dintre sănătate și boală.

Medicina alopatică tratează setea cu substanțe chimice, făcând o greșeală fundamentală atunci când

consideră că o boală se poate vindeca cu fel de fel de substanțe chimice dizolvate în apă, presupunând în mod eronat că apa are numai roluri de solvent și de transport. Deși se știa de mult că organismul uman conține în medie 70% apă, medicina alopată consideră sau lasă să se înțeleagă că ceva atât de ușor de găsit și care nici măcar nu costă, fiind aproape pe gratis, nu are cum influența starea de sănătate a organismului.

Personal, cred că cea mai mare descoperire a oamenilor de știință în medicină este cea care dovedește că apa reprezintă *un medicament natural* pentru o sumedenie de probleme de sănătate. **Când medicii, dar mai ales oamenii simpli vor conștientiza că boala apare când organismul nu este suficient hidratat, sau când își vor da seama că au la dispoziție oricând și oriunde un medicament oferit de Dumnezeu aproape pe gratis, atunci vor putea preveni și mai ales vindeca majoritatea bolilor, numai bând apă pe săturate.**

Nimeni nu poate nega certitudinea că omul zilelor noastre trăiește mai mult ca în trecut, dar nu se poate spune că este mai viguros, mai sănătos, sau că îmbătrânește mai târziu, fără chinul unor afecțiuni invalidante. Modul nostru de viață este complet altul decât cel al strămoșilor noștri chiar apropiați, bunici sau străbunici. Majoritatea dintre noi trăiește în spații închise, se mișcă mai puțin și atunci cu un mijloc de transport, merge pe jos foarte puțin și preferă să urce scările cu liftul. La lipsa de mișcare se adaugă o alimentație complet diferită de cea tradițională, fiind de regulă semipreparată și chiar dacă este pregătită

acasă, diferă alimentele, de cele mai multe ori nu din grădina, livada sau grajdul propriu.

Agricultura și industria modernă satisfac prin cantitate, deși se cunoaște efectul produselor tratate cu pesticide, fertilizatori, hormoni de creștere și alți aditivi cu care sunt procesate alimentele.

Medicina clasică pare că înlătură suferința, dar de fapt aceasta doar alină simptomele asociate cu boala, nu și vindecă. Toate medicamentele și procedurile medicale produc efecte secundare nedorite, de cele mai multe ori mai periculoase decât boala ce se tratează și se ajunge la situația paradoxală de a lua alte medicamente împotriva efectelor secundare.

În acest sens se știe că medicamentele ce tratează osteoporoza conduc spre risc crescut de cancer mamar, că medicamentele care tratează diabetul și bolile cardiovasculare, duc la impotență, frigiditate și depresii, că medicamentele analgezice cresc riscul de infarct. De altfel, efectele secundare ale medicamentelor de sinteză sunt trecute pe instrucțiunile de folosire ocupând mai multe pagini decât efectele benefice și acest lucru ar trebui să dea de gândit.

În ultimele secole, medicina s-a transformat într-o știință complexă și complicată, greu de înțeles, cu limbaj specific și practici indescifrabile de către oamenii simpli, fără pregătire medicală. Nu întotdeauna medicina clasică s-a orientat spre sănătatea pacienților și mai degrabă s-a orientat către boală, a elaborat proceduri și tehnici de tratament complicate și scumpe, dincolo de înțelegerea

oamenilor și orientate mai degrabă către profit financiar. În mod deliberat nu s-au promovat tehnologii simple, naturale, cu tradiție și probate incontestabil de mii de ani de folosire și asta numai pentru că erau prea ieftine și nu aduceau profituri financiare.

Dacă ar fi să ne luăm după rezultatele științifice recente, din ce în ce mai sofisticate și îndrăznețe, ar trebui să avem tot mai puțini bolnavi în lume, dar din păcate, adevărul este cu totul altul. Sunt mult mai mulți oameni bolnavi în lume, dar și în România, unde în ultimii ani bolile și bolnavii s-au înmulțit de zeci de ori, nu numai ca număr, dar și ca procent din totalul populației.

Cele afirmate mai sus nu discreditează medicii și furnizorii de servicii medicale, ci mai degrabă un sistem medical inefficient, orientat mai mult spre boală decât spre sănătate, sistem ce promovează medicamentele și procedurile medicale scumpe, multe periculoase, invazive și chiar mortale, neglijând terapiile simple, naturale și mai ales ieftine, ușor de procurat și asta pentru că nu aduc profituri financiare^{1, 2, 3}.

De aceea găsesc concludent și bine de știut cele scrise de medicul american *Madison Cavanaugh* în cartea sa „Cura de 1 minut: secretul de a vindeca orice boală”, unde descrie situația din SUA, după

¹ Anton S. *Incursiune în medicina naturistă*, Ed. Polirom, Iași, 2001.

² Ciocan V - *Prețuiește-ți inima. Plante medicinale cardiovasculare*, Ed. Editgraph, Buzău, 2014.

³ Chirilă Pavel, *Alimentația echilibrată a omului sănătos*, Ed. Național, București, 2008.

introducerea mamografiilor pentru diagnosticarea cancerului mamar. Acesta afirmă că a crescut incidența carcinomului ductal in situ (DCIS), un tip de cancer de sân, cu 328%, fenomenul fiind atribuit în proporție de 200% radiațiilor nocive. Se crede că și presiunea considerabilă exercitată pe sân, contribuie la răspândirea celulelor canceroase în corp.

Cele scrise de subsemnata în această lucrare se bazează atât pe aprecierea noii paradigme, conform căreia *hidratarea celulelor face diferența dintre sănătate și boală*, dar mai ales pe experiența personală acumulată în ultimii 15 ani în care am aplicat pe propriul organism toate terapiile legate de apă, reușind să elimin aproape toate medicamentele recomandate de medicul meu curant pentru afecțiunile de stenoză mitrală și cardiopatie de care sufăr.

CAPITOLUL I

APA - MIRACOLUL VIETII

1.1. Considerații generale și istoricul terapiilor cu apă

Despre apă s-a scris mult și se va mai scrie încă, pentru că apa are taine greu descoperite, unele încă păstrate, cu toată strădania specialiștilor chimiști, fizicieni, biochimiști, medici, biologi și farmaciști din toate timpurile și de pe toate meridianele lumii.

Legenda despre *apa vie* este sigur mai mult decât o poveste și poate că cineva, când adevărul era prea greu de înțeles atunci, în zorii omenirii, a preferat să țeasă povești și basme minunate ce fascinează și în zilele noastre.

Pentru români și strămoșii lor geto-daci, apa , a fost și este unul din cele patru elemente din care s-a clădit lumea. În miturile cosmogonice stră-române, la fel ca în mitologia altor popoare vechi, se vorbește despre apă că este materia primară fundamentală din care a apărut universul, lumea și implicit, viața. **Nu întâmplător toate teoriile științifice actuale susțin că viața pe Terra a apărut în apă, acum sute de milioane de ani.**

Indiferent de locul și perioada istorică în care au trăit, românii au cinstit apa ca pe un simbol al curățeniei și purității, ca pe un izvor al vieții, mentalitate din care s-au născut numeroase legende și basme ce au străbătut veacurile până la noi.

Cultul apei are rădăcini adânci în spiritualitatea geto-dacică și în mare parte s-a transmis și în creștinism. Anumite fântâni, izvoare sau cursuri de apă erauenerate și lângă acestea se organizau ceremonii religioase, iar apa ce era colectată în diverse vase, era considerată „apă neîncepută” și era folosită în toate ritualurile de purificare, de vindecare a bolilor și de izgonire a duhurilor rele. Dacii făceau înainte de a porni la luptă, ritualuri prin care se împărtășeau și beau din apa Istrului (Dunărea), pe care îl considerau un zeu-strămoș.

Geții venerau și apa râului Ialomița, care în antichitate se numea *Naparis* sau *Helivakia*. Și romanii, după cucerirea Daciei, venerau apa lui *Danubius*, zeul-fluviu căruia îi aduceau ofrande^{4, 5}.

Dacii aveau și tradiția ascunsă de a ghici în apă, practică numită *hidromancie* și foarte puțini șamani știau să citească viitorul în apa neîncepută. Peste aceste ritualuri și credințe s-a grefat și folosirea apei sfințite - agheasma, cu putere miraculoasă în izgonirea spiritelor rele, în prevenirea și vindecarea afecțiunilor omului. Proprietăți magice avea și apa din râuri sau

⁴ Ciocan V, *Tinerețe fără bătrânețe. Plante medicinale anti-îmbătrânire*, Ed. Universitară, București, 2016.

⁵ David Nicolae, *Hidroterapia - Metodă de vindecare a bolilor*, Ed. Bolta Rece, Iași, 1996.

fântâni în anumite zile de sărbătoare, de Bobotează, Paști, Sânziene sau Sângiorz.

În mitologia românilor mai găsim în două locuri apă numită magică și anume: *Apa Sâmbetei*, ce dă ocol Pământului, poartă obiectele pierdute și se scurge în *Tărâmul Celălalt* și *Apa Duminicii*, care izvorăște din Rai, ocolește cerurile și coboară pe Pământ ca o apă curată și sfântă, câteodată sub formă de rouă.

Din metafora cunoscută de toți „*S-a dus pe Apa Sâmbetei*”, în sensul că s-a risipit sau s-a pierdut, înțelegem că această apă poartă numele ultimei zile din săptămână, zi nu întâmplător consacrată sufletelor celor plecați în veșnicie. În credința populară, Apa Sâmbetei este un râu fabulos care izvorăște de sub rădăcinile *Arborelui Lumii*, ca apă curată, înconjoară Pământul de 3, 7, sau 9 ori, ca un șarpe și se îndreaptă spre Iad. Dar în drumul său trece pe lângă niște insule locuite de oameni cuvioși, foarte blânzi și drepti, dar care sunt mici și nu pot termina nici un lucru pe care îl încep. Dumnezeu s-a înduioșat privind la ei și a permis să fie luați de Apa Sâmbetei și duși pe Tărâmul Celălalt, de sub Pământ.

Simbolic, această apă face legătura între cei vii și cei plecați și când se sărbătorește *Paștele Blajinilor*, românii trimit coji de ouă roșii sfințite la biserică, pe toate apele curgătoare.

Apa la români are un adevărat Panteon populat cu o serie de entități ale apelor ce o patronează. Multe au un caracter malefic, negativ, ce simbolizează frica veche a omului de apă, dar și respectul pentru puterea

și însemnătatea ei în viața omului. Astfel, apele periculoase erau populate de *știme ale apei*, reprezentate de femei frumoase ce se unduiesc lasciv și atrag mai ales bărbați, pentru a-i îneca sau pentru a le ține sufletele captive în adâncuri.

Alt personaj mai puțin cunoscut este *Muma Apelor* sau *Muma Ploii*, o entitate feminină ce provoacă ploi abundente și care este invocată doar când ploaia nu se oprește și inundă gospodăriile și recolte. Atunci se îngropau două păpuși, una simbolizând pe *Tatăl Soarelui* și una pe *Muma Ploii* pentru oprirea ploilor. Pe timp de secetă, oamenii invocau alte personaje, mai importante fiind *Caloianul* și *Paparudele*. În Munții Carpați există multe locuri cu ape magice, denumite *Cumpăne ale Apelor*, locuri tainice, unde ar coborî însuși *Curcubeul să se adape*.

După apariția creștinismului, românii au sărbători în care respectă și slăvesc apa, precum *Izvorul Tămăduirii* sau *Boboteaza* și au credința că multe izvoare au apă cu puteri miraculoase, precum Izvorul Mănăstirii Dervent, aflat pe locul unde Sfântul Andrei a făcut o minune, sau Izvorul de la Mănăstirea Ghighiu, din județul Prahova. De fapt Biserica Ortodoxă Română a identificat pe teritoriul României 33 de izvoare tămăduitoare, toate cu apă alcalină.

Astăzi, respectul pentru apă al românilor aproape că a dispărut, altfel nu se poate explica faptul că toate râurile și lacurile României sunt pline de gunoaie, recipiente de plastic, dejecții, cadavre de

animale, care poate doar *Apa Sâmbetei* le va mai curăța vreodată.

1.2. Apa - leac universal în medicina tradițională

Omul a folosit apa ca remediu terapeutic încă de la începuturile sale, cele mai vechi mituri de folosire a ei fiind găsite în Biblie. Astfel, în Levitic, cap.14 găsim o referire la faptul că Domnul îi vorbește lui Moise și-i spune cum să îi vindece de lepră pe cei bolnavi, spălându-se prin cufundare în apă de șapte ori, după ce aceștia și-au curățat și hainele.

Tot despre o vindecare miraculoasă folosind ca remediu doar apă o face și proorocul Elisei în capitolul 5 din Biblie, referindu-se la vindecarea lui Naaman, căpetenia oștirii împăratului Siriei tot de lepră, prin scăldare de șapte ori în râul Iordan.

În psalmul 50, se spune „...stropi-mă-vei cu isop și mă voi curăți, spăla-mă-vei și mai vârtos decât zăpada mă voi albi” Isopul este o plantă aromată de origine mediteraneeană, folosită de pe vremea Împăratului David în baie pentru vindecarea diverselor afecțiuni reumatice.

În Ierusalim există o scăldătoare numită Vitezda în care se spune în Biblie că o dată pe an un înger coboară și tulbură apa și cine intra primul în apă, se vindeca de orice boală, deci se vorbește din nou despre vindecări miraculoase cu apă.

În antichitate, apa a fost folosită în scopuri curative sub formă de baie, hidroterapia fiind foarte apreciată la romani. Ei construiau clădiri speciale ce se numeau *Terme*, întrucât se folosea apă caldă. Urmele acestor terme se află și pe teritoriul țării noastre la Băile Herculane, de exemplu. În Evul Mediu, dar și în perioada Renașterii, obiceiul băilor se rărește și abia în secolul al XVIII-lea, hidroterapia este repusă în drepturi de unii medici germani ce au reconsiderat multe practici hipocratice, printre care stropirile, jeturile de apă, băile și altele.

În secolul XVIII, dar și în secolul XIX, hidroterapia era în mare vogă în centrul Europei, printre specialiști remarcându-se preotul *Sebastian Kneipp*. Bazele științifice ale hidroterapiei au fost puse de *W. Winternitz* de la Facultatea de Medicină din Viena. Importantă este și contribuția germanului *Louis Kuhne* care a întemeiat în octombrie 1883 primul stabiliment internațional de vindecare a bolilor fără medicamente și operații, sanatoriu unde toți bogații lumii veneau să se vindece fără medicamente și fără operații.

Pe această temă *Louis Kuhne* a scris și o carte, care de la apariția ei în 1883, a cunoscut numai în limba germană 98 de ediții și a fost tradusă în 23 de limbi. La noi în țară, doctorul *Toma Simionescu* a tradus cartea în limba română și aplicând cele scrise în carte, întemeiază la București, în anul 1903 primul sanatoriu internațional din România. Aici se practica noua terapie a lui *Kuhne* de tratare fără medicamente și fără operații, numai cu apă prin tot felul de băi cu apă rece,