

Libris

Respect pentru oameni și cărți

LIDIA BORA
**INIȚIATIVA
PLĂNTELOR
MEDICINALE**

Libris
EDITORIAL
Respect pentru oameni și cărți

Cartea are la bază informații din
„Universul Plantelor - Mică enciclopedie”
de *Constantin Părvu*.

Director editorial: Dana Anghelescu
Design: Irinel Merlușcă

© Libris Editorial, 2017

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
BORA, LIDIA
Inițiativa plantelor medicinale / Lidia Bora.-Brașov:
Libris Editorial, 2017
ISBN 978-606-8814-80-3
821.135.1

O.R.D.A. – nr. 3410 – 31.05.2017 / 15.06.2017

Libris Editorial

Str. Mureșenilor, Nr. 14, Brașov, România
Tel: 0268 477 799
E-mail: editura@libris.ro

Libris Distribuție-Librăria Șt. O. Iosif

Tel: 0268 477 799
E-mail: office@libris.ro

CUVÂNT ÎNAINTE

Cartea INIȚIATIVA PLANTELOR MEDICINALE, invită într-o manieră inedită, la cunoașterea florei, aducând un suflu nou prin aceea că autoarea este atât de empatică, încât, precum un veritabil actor, pur și simplu intră în rolul personajelor-plantele-eroinele și le dă glas... Ele efectiv nu mai pot să tacă, să nu se implice, oferind-ne tot ce au mai bun și mai frumos, uneori mergând până la dăruirea totală-neconștient. În puritatea lor, plantele chiar ne mulțumesc că le-am permis să se sacrifice. Satisfacția e de partea lor: VOI SĂ FIȚI SĂNĂTOȘII!

Unicitatea lucrării constă în înzestrarea versificată a plantelor cu acel ANIMA caracteristic speței umane.

Astfel, fiecare vedetă își face publicitate, detaliind remedii pentru diverse afecțiuni somatice sau psihosomatice într-un mod original: câteodată autoironic, persiflant, alteori automăgulitor, demonstrând că au simțul umorului.

Stilul hazliu-jucăuș al cărții, în mod cert este o variantă atrăgătoare pentru orice vârstă, de a face cunoștință cu fermecătoarea floră aflată încă din belșug în patrie.

Maniera în care se prezintă personajele reflectă de fapt personalitatea creativă, debordând de generozitate și solitudine, totdeauna primitoare și culantă a autoarei.

INIȚIATIVA PLANTELOR MEDICINALE este o ispititoare chemare la iarbă-verde ca antidot la dependența de internet-izolați-împreună-în spațiul virtual-surogat de socializare.

E ca o pastilă antisedentarism care ne readuce la adevărata comunicare și ne armonizează cu mediul.

V-o recomand cu toată naturalețea!

SANA CETERAȘ



AFINUL

(*Vaccinium myrtillus*) Fam. Ericaceae

Sunt un arbust micuț,	O tufă de la care
Cu ramuri anguloase,	la multe frunzulițe
Frunze ovate, verzi,	Și-și face ceai să vadă
De-o parte și cealaltă.	Mai bine ale lui oițe...
Mă-mbracă primăvara	
Cu florile-i frumoase,	Mai auzise dânsul
Verzui-roșcate...	Că frunza de afin
Iar fructul meu e-o bacă	Te scapă de la multe:
Albastră-brumărie	Te scapă de la chin,
Cu suc violaceu	De la dureri de gută,
Ce se culege toamna.	Colită, diabet,
	De diaree cruntă...
Și-acuma insist eu	De tensiune mare,
Să te invit la mine,	Reumatism, de răni,
În zonele de munte,	Tulburări vasculare,
Între păduri de cetini,	Hemoroizi, infecții,
Pe stânci și-acolo unde	De eczeme, de viermi.
Se duce să-și hrănească	
Frumoasele oițe,	Și doamna ciobăniță
Ciobanul nostru neaș,	Face gemuri, magiun,
Acolo-n poenițe...	Compoturi și dulceață,
	Marmeladă și suc,
Întreabă-l despre mine:	Să aibă toată iarna,
– Știi unde e AFIN?	Cu pită și cu unt.
Sigur mă va cunoaște	
Și va privi zâmbind	



ALBĂSTRELE

(*Centaurea cyanus*) Fam. Asteraceae

Sunt anuală, erbacee, Uneori bianuală. Sub un metru de înaltă Și iubesc zona rurală. Mă mai așez câteodată Pe marginea drumurilor, Culturi de in, zonă pietroasă, În arealul grânelor Și cel al cerealelor. Da-mi place și cultivată Ca plantă ornamentală, Să-mi admire lumea toată Eleganța-mi specială.	Corole asimetrice Și cinci lobi frumoși albaștri Semănând cu o pâlnie, Parcă-ar coborî din aștri. Și mai am un androceu Compus din șase stamine.
Am tulpini ramificate, Acoperite cu peri pârloși, Ce au frunze lineare, Alterne, verzi la culoare Și cu perii mătăsoși.	Și-acuma te invit eu: Fă-ți timp și vino la mine Din mai, în septembrie, Când sunt înflorită bine!
Florile-mi sunt pantemere, Grupate-n capitule, Globuloase, terminale. Tubuloasele-s centrale Ș-au corole regulate, Iar cele periferice	Capitule florale ofer Și florile marginale Pentru un trai mai prosper Și-a sufletului delectare. Nu cred că aș exista De n-aș fi frumoasă Și dacă nu aș avea Doza valoroasă. Sunt bună-n anorexii, Exces de apă, diaree, Gastrice hiposecreții, Conjunctivite, blefarite. În iritații oculare,



Afecțiuni grele renale,
În boli hepatice, biliare.

Completez lipsa de fier,
De potasiu și magneziu,
Ți-aduc optimism și-ofer
Armonie, echilibru.
Te fac să ai discernământ,
Stabilitate, veselie,
Să poți comunica oricând

Fără blocaje, părtinire.
Te fac să scapi de răutate,
Să savurezi clipa prezentă
Ș-originala puritate.

Tu, fă-mă ceaiuri și infuzii,
Pulbere și cataplasme
Și-o să simți că nu-s iluzii
Și nu te-amăgesc cu basme.





ALOE

(*Aloe arborescens*) Fam. Liliaceae

Numele meu e Aloe.
Sunt perenă, cultivată.
DOFTOR e al meu renume
Și sunt foarte apreciată.

Din Africa-s originară,
Adusă de-ai voștri bunici,
Drept plantă ornamentală.
Și mă bucur că-s aici.

Până-n trei metri îmi este
Tulpina dreaptă și-naltă,
Cu internodii palide, dense,
Fără a fi ramificată.

Frunze-am dispuse-n spirală,
Cam jumate metru lungi,
Cărnoase, fără de fibre,
Și pe margini cu moi spini.

Flori cilindrice și drepte
Am în scurt tub concrescute,
Dispuse-n dese raceme,
În perigon, pe lungime.
Și mai am un androceu
Compus din șase stamine.
Capsulă e fructul meu

Cu foarte multe semințe.
Și-acuma, te invit eu
Pentru-a-ți împlini dorințe.
Fă-mă pulberi, macerat,
Injectii și cataplasme,
Unguent, tincturi, extract
Și-o să simți că nu-ți vând basme.

Te-ajut în anorexie,
Constipații, dermatite,
Mastoidită, astenie,
Astm, trombangeite,
În alcoolism și anghină,
Plăgi, dureri de dinți,
Reumatism dar și în gripă,
Scleroză grea, indigestii,
În grele dureri de cap,
Arsuri dar și în ulcer.

UN SEMNAL DE-ALARMĂ TRAG
Și vreau neaparat să îți cer:
NU CONSUMA OUĂ și LAPTE
Când faci tratament cu mine,
Efectele-mi pot fi anulate
Și-ți fac rău în loc de bine!!!



ALUNUL

(*Corylus avellana*) Fam. *Betulaceae*

Sunt un arbust foios, Unisexuat-monoice
 Până-n cinci metri înalt. Sunt floricelele mele:
 Iubesc solul calcaros, Amenți cilindrici sunt florile masculine,
 Fertil, pe cel afânat. Din anul precedent formați,
 Iar în muguri închise
 Sau de gorun și cea de fag, Sunt florile femele.
 Din zone de câmpii și deal;
 Și luminișurile-mi plac. Fructele îmi sunt achene,
 Ce au forma globuloasă,
 Am rădăcină pivotantă, Coaja lemnoasă, subțire,
 Tulpină ramificată, Sămânța bună, gustoasă.
 Scoarța-i cenușiu-gălbuie, Netedă, puțin lucie.
 Valoarea nutritivă mi-e mare,
 Sunt un bun energizant,
 Lujerii-s geniculați, Mă poți consuma ca atare,
 Cenușii gălbui În creștere sunt important.
 Și cu perișori roșcați. Ajut mămicile în sarcini,
 Mugurii îmi sunt solzoși, Copiii ce-au debilitate,
 Glanduloși-păroși, Persoanele înaintate-n etate.
 Ovoizi, alteori sferici.
 Sunt bun cu miere amestecat,
 Frunze dispuse-n distih, Creme, nuga, cozonac,
 Cu un limb ovat, Uleiuri, torturi și șerbet.
 Lungi de zece centimetri, Deseori sunt pus în ruladă
 Păroase pe dos. Și-n râvnita ciocolată.



Îți dau scoarța primăvara,
Dar și toamna-i bună,
În iunie-iulie frunza.
După muguri vino toamna.

Fă-mă ceaiuri și uleiuri,
Pulberi, extract și infuzii
Și te-ajut în ulcerații,
Astm bronșic, hemoragii,
Colici renale, litiază,
Hepatită cronică, varice,

Silicoză pulmonară,
Bube dulci, pecingine,
Insuficiență hepatică,
Emfizem pulmonar, edeme,
Hepatită epidemică.
Elimin toxine și tenii,
Te scap de tuberculoză,
De diabet și anemii.

Ce zici, merită Alunul
Până aicea să vii?





VIȘINUL

(*Cerasus vulgaris*) Fam. Rosaceae

Sunt arbore fructifer
 Și îmi place cultivat,
 În grădini, livezi prefer,
 De la câmpie la deal

Consumă-le ca atare,
 Fă-le compot și dulceață,
 Gem, băuturi răcoritoare,
 Mult plăcuta vișinată.

Prin Ardeal și prin Moldova,
 Bihor și prin Prahova,
 Pe aicea-i viața mea.
 Aici îmi înfig rădăcina,
 Până-n cincizeci centimetri,
 Luptând să susțin tulpina
 Ce-ajunge la zece metri;
 Ce are o coroană rotundă,
 Cu lujeri glabri-cenușii,
 Uneori brun-roșietici.

la-mi pedunculi – ziși codițe –
 Fă-i pulbere și decoct,
 la-mi și miezul sâmburilor,
 Fă uleiuri, vezi ce pot!

Alungit – obovate am frunze,
 Câteodată eliptice, glabre, acute,
 Pe margini dublu – crenat – serate.

Te ajut în anemie,
 Combat inflamații, gripă,
 Stări febrile, diaree,
 Reumatism, artrită, gută,
 Pericardită, ascită.

Flori albe, dispuse-n fascicule,
 Ce la bază au frunzulițe,
 Apar prin aprilie.
 Vișinele îmi sunt fructele,
 Roșu-închis, aproape negre,
 Acrișoare, globuloase,
 Cu-n globulos sâmbure.

Din umori elimin toxine,
 Favorizez transpirația,
 Te ajut în afecțiuni urinare,
 Elimin surplus de urină,
 Normalizez digestia,
 Te ajut și în pielită.

MĂ OPUN ÎMBĂTRÂNIRII ,
 REDAU ELASTICITATEA PIELII!!!!



VÂRNAȚUL

(*Ruta graveolens*) Făm. Rutaceae

Sunt plantă semilemnoasă,
Meliferă, perenă, aromată,
Rădăcina mea preferă
Să stea unde-i cultivată.

Sub un metru-s de înalte
Tulpinile mele,
Destul de ramificate.
Frunzele îmi sunt sesile,
Compuse și aripate.

Mici și galbene am flori,
În corimb dispuse,
În vârful rămurelelor
Și am capsule fructe.

Infloresc prin iunie,
În al doilea an de cultură.

Ia-mi tulpina, frunzele,
Ca să mă faci cataplasme
În grele cazuri de gută,
În sciatică, artroză.
Înlătur spasme musculare,
Te scap de isterie
Parazitoze intestinale,

Reumatism, epilepsie,
Înțepături de insecte.

FOLOSEȘTE-MĂ PRUDENT!
Ia doar două căni pe zi
De infuzii. Fii atent:
Pune doar o linguriță
La un sfert de litru apă,
Infuzează-o două minute
Și e gata preparată!

Ia-mă cu multă prudență
Pentru că sunt toxică
Și fii foarte vigilentă,
C-altfel te intoxică!

Provoc avortul spontan,
Menstre violente, poliurie,
Congestii, inflamații de uter,
Excitație urmată de hipotermie,
Puls lent, gastroenterite,
Urmări grave, chiar și moartea!!!



VOLBURA

(*Convolvulus arvensis*) Fam. *Convolvulaceae*

Erbacee sunt, perenă.	Solitare, lung pedunculate.
Mi se spune-n multe feluri:	Caliciu din cinci sepale
Bună dimineața, Holbură,	Alungite și ovate,
Cămașa Domnului, Zorele,	Corola gamopetală
Fusta Doamnei, Bolbură,	În formă de pâlnie.
Poala Maicii Domnului,	Și mai am un androceu
Sunt Buruiană problemă...	Care are cinci stamine
Spune-mi cum vrei să îmi spui.	Și-un bifidat ginoceu.

Mă găsești în multe locuri:	Fructele îmi sunt capsule
Printre culturi, în grădini,	Cu două loje sferice
În zone necultivate	Și fiecare lojă are
De la câmpie, pe dealuri	Două semințe elipsoidale.
Până-n zonele de munte.	

Am rizom subțire, lung	Îți ofer întreaga plantă
Cu rădăcini albe, ramificate,	Din mai în septembrie,
Încolăcesc tot ce-ajung	Făr-a-mi folosi sămânța,
Cu ale mele tulpini pubescente,	Și-o să simți cum te ajută
Glabre și în cinci muchiate.	Și-ți dăruie binele.

Am frunze pețiolate,	Fă-mă ceaiuri, pulbere,
Ce sunt glabre și alterne.	Mă poți face și tinctură,
Florile mele sunt prinse	Să îți vindec rănile,
La subțioară de frunze,	Furunculi dar și arsură.
Roz- pal, albe colorate,	Te-ajut în dischinezii biliare,
	Stimulând secreția,



Rezolv a intestinului evacuare
Cu-n scaun unic, abundent,
Fără colici și vomismente.

Ți-oi fi ajutor permanent
Cu ale mele principii stimulente.

Deși-s Buruiană-problemă
Pentru producțiile agrare,
Tu, omule, nu sta-n dilemă,
VINO SĂ-ȚI DAU VINDECARE!!!



CUPRINS

CUVÂNT ÎNAINTE	5	CĂTINA ALBĂ	42
AFINUL.....	7	CERENȚELUL	44
ALBĂSTRELELE	8	CHIMENUL	45
ALOE	10	CICOAREA	47
ALUNUL	11	CINCI DEGETE	49
AMĂREALA	13	CIMBRIȘORUL	50
ANASONUL.....	14	CIMBRU DE GRĂDINĂ	52
ANGELICA	16	CIREȘUL	54
ANGHINAREA.....	17	CIUBOȚICA-CUCULUI	56
ARAHIDELE	19	COACĂZUL NEGRU	57
ARDEIUL	21	COADA-CALULUI	58
ARNICA	23	COADA-RACULUI	60
ARMURARIU	24	COADA ȘORICELULUI	61
BOZUL	26	CORIANDRU	63
BRADUL	28	CREȚIȘOARA	65
BRÂNDUȘA DE TOAMNĂ	30	CUSCRIȘORUL	67
BRUSTURUL	32	CRUȘINUL	68
BUSUIOCUL	33	DAFINUL	70
CAPTALANUL	35	DEGETELUL ROȘU	71
CASTANUL SĂLBATIC	37	DUDUL ALB	73
CĂLINUL	39	FASOLEA	75
CĂPȘUNUL	41	FENICULUL	77

FERIGA	78	PEDICUȚA	129
FRASINUL	80	PELINUL ALB	130
FUMĂRIȚA	81	PIRUL	132
GĂLBENELE	83	PORUMBUL	134
GHINȚURA GALBENĂ	85	PODBALUL	136
HAMEIUL	87	PUFULIȚA	138
HREANUL	89	REVENTUL	140
IENUPĂRUL	90	RIDICHEA	141
ISOPUL	91	ROINIȚA	143
LĂMÂIUL	92	ROSTOPASCA	145
LEVĂNȚICA	94	SALCIA	147
LICHEN DE PIATRĂ	96	SALCÂMUL	148
LUMÂNĂRICĂ	97	SALVIE	150
MĂCEȘUL	98	SILNICUL	151
MĂCRIȘUL IEPURELUI	100	SILURUL	152
MĂGHIRANUL	102	SÂNZIENELE GALBENE	153
MERIȘORUL DE MUNTE	103	SOCUL	154
MESTEACĂNUL	105	SPÂNZUL	155
MORCOVUL	107	ȘTEVIA	157
MURUL	109	STÂNJENELUL	159
MUȘEȚELUL	111	STRUGURII URSULUI	160
NALBA MARE	113	SULFINA	161
NALBA MICĂ	115	SUNĂTOAREA	163
NĂPRAZNICUL	116	ȘOVÂRFUL	165
OBLIGEANA	118	TALPA GÂȘTEI	166
ORZUL	120	TĂTĂNEASA	168
OSUL-IEPURELUI	122	ȚINTAURA	170
PĂDUCELUL	123	ȚELINA	172
PĂPĂDIA	125	TOPORAȘUL	174
PĂTLAGINA	127	TRAISTA CIOBANULUI	176

TREI FRAȚI PĂTAȚI	178	VÂSCUL	197
TRIFOIUL ROȘU	180	VENTRILICA	199
TROSCOTUL	181	VERBINA DE CÂMP	200
TURIȚA MARE	183	VINARIȚA	201
TURTA	185	VIȘINUL	203
URECHELNIȚA	186	VÂRNAȚUL	204
URZICA	188	VOLBURA	205
URZICA MOARTĂ ALBĂ	190	VALERIANA	207
URZICUȚA MOARTĂ	192	SĂNĂTATEA	
URZICA MOARTĂ GALBENĂ	193	PENTRU TOȚI	209
USTUROIUL	195		