

LOREDANA-MARIA ILIN-GROZOIU¹, ROMÂNIA

Cuvinte cheie: oțet, terapeut popular, practici tradiționale, prevenirea și tratarea bolilor, Oltenia.

Terapeutici arhaice și actuale legate de întrebuințarea oțetului. O cercetare expresă din spațiul etnografic oltenesc

Rezumat

Studiul de față bazat pe informațiile furnizate de performerii din Oltenia, rezultate din cercetările personale de teren, își propune să pună în valoare metodele de tratament popular menite a evidenția eficiența oțetului în profilaxia și tratarea diverselor boli.

Partea introductivă am rezervat-o legislației românești referitoare la oțet, precum și datelor de ordin etnografic, punând accent pe importanța deosebită în viața omului a oțetului din cele mai vechi timpuri. Oțetul a avut un rol important în medicina naturistă, fiind folosit pe scară largă ca leac în vindecarea multor afecțiuni.

În partea de investigație am descris și recomandat oțetul (fie că este vorba despre oțetul de vin în care se macerează diverse ierburi aromatice, fructe sau condimente ori oțetul de mere) pentru tratarea diverselor boli așa cum rezultă din informațiile de teren.

¹ Cercet. șt. III, dr., Institutul de Cercetări Socio-Umane „C. S. Nicolăescu-Plopșor” al Academiei Române, din Craiova.

Keywords: vinegar, traditional therapist, traditional practices, the prevention and the treatment of the illnesses in Oltenia.

Archaic and Actual Therapeutics Related to the Use of the Vinegar. Specific Research in the Ethnographic Space from Oltenia

Summary

The present study, based on the information provided by the performers from Oltenia, which resulted from the personal field research, is to enhance the traditional treatment methods that have been evidencing the efficiency of the vinegar use in the prophylaxis and the treatment of different illnesses.

The introductory part is approaching the Romanian legislation that refer to the vinegar, along with the ethnographic data, accentuating the special importance that the vinegar has carried out in the life of the man, since ancient times. The vinegar has had a significant role in the naturist medicine, being widely used as remedy for many affections.

In the investigation part of the study, we describe and recommend (either the vinegar made of wine, in which there are macerated different aromatic herbs, fruit and spices, or the apple made vinegar) for the treatment of the different diseases, as it results from the field information.

Terapeutici arhaice și actuale legate de întrebuințarea oțetului. O cercetare expresă din spațiul etnografic oltenesc

În studiul de față ne propunem să abordăm metodele empirice de tratament și practicile rituale de însănătoșire efectuate cu ajutorul oțetului, încercând să surprindem experiența medicală populară a locuitorilor din Oltenia în alungarea bolii.

Oțetul este un lichid acru, obținut prin fermentarea acetică a vinului, a berii, a altor substanțe de origine agricolă sau prin diluarea cu apă a acidului acetic pur. Potrivit legislației din țara noastră, oțetul poate fi fabricat din următoarele ingrediente: vin, fructe sau fructe de pădure, cidru, alcool etilic rafinat, cereale, malt, zer și alte produse de origine agricolă care conțin amidon, zaharuri, miere, aditivi alimentari, sare, arome².

Din cele mai vechi timpuri, oțetul a avut o importanță deosebită în nutriție, precum și în ritualurile de profilaxie și terapie, importanță dovedită de urmele lăsate de vestigiile arheologice și mărturiile transmise prin cultura orală. Primele însemnări istorice referitoare la consumul în gospodărie al oțetului provin de la babilonieni din anul 5000 î.H., care preparau oțetul din curmale și îl utilizau pentru a conserva legumele și fructele. Acest lichid a fost prezent și în alimentația egiptenilor și a sclavilor care construiau piramidele. Medicul Greciei Antice, Hippocrate, a cărui abordare terapeutică se baza pe puterea vindecătoare a naturii, recomanda oțetul împotriva bolilor aparatului respirator.

Potrivit *Iliadei* lui Homer, Elena din Troia adăuga oțetul în apa de baie, aceasta cunoscându-i efectul natural de tonifiere și optimizare a funcțiilor organismului.

Conform legendei, Cleopatra a folosit oțetul ca dizolvant al unei perle care valora un milion de sesterti, câștigând astfel pariul cu Marc Antoniu, potrivit căruia poate consuma la masă o avere considerabilă.

Beneficiile oțetului pentru sistemul digestiv erau cunoscute și de romani, care preparau o băutură (*posca*) din părți egale de apă și oțet și o utilizau după fiecare fel de mâncare.

În Evul Mediu, oțetul era întrebuințat frecvent în alimentație, în preparate cu salate și legume, dar și în scop profilactic. Într-un manuscris miscelaneu slavo-român din secolul al XVI-lea, în care sunt inserate recomandări de plante pentru menținerea sănătății și alungarea bolii, oțetul era utilizat împreună cu sămânța de pătlagină în ameliorarea durerilor menstruale: „Femeia care suferă lunar de multă scurgere de sânge să strângă sămânță de pătlagină, s-o fiarbă în vin sau în oțet să bea dimineața și seara și se va vindeca durerea”³. De asemenea, în același manuscris, oțetul era recomandat ca remediu natural

² Norma cu privire la definirea, descrierea și prezentarea oțetului din 26.03.2003, text în vigoare de la 11 februarie 2004.

³ Lucia Djamo-Diaconiță, *Un text slavon de farmacoterapie populară din secolul al XVI-lea*, în „Romanoslavica”, nr. 14/1967, p. 380.

împreună cu traista-ciobanului în durerile de gât sau de cap: „Traista-ciobanului este o plantă bună. (...). Cine va bea această plantă sau o va folosi atunci când îl doare în gât sau (când îl doare capul), să o fiarbă în oțet”⁴.

Pe bază de oțet sunt și unele leacuri recomandate într-un manuscris de la începutul secolului al XVIII-lea: „De durerile de cap: când te doare capu caută pelin alb și ia o frunză și o opărește cu oțăt undezat și caută postav roșu nou și-l arde de-l fă scrum, și miere și albuș de ou, și le amestecă toate la un loc și leagă la cap”⁵; „De junghi: rădăcină de urzică să pisăzi cu puțintică sare și să o speli în puțântel oțăt de vin bun și să bea oțătul”⁶; „Pentru șarpele ce intră în om: să plămădești în oțăt tare sare de pușcă și sticlă galbenă să pizezi, să pui tot în oțăt și să bea diminiața pe nemâncate, Vinerea și Sâmbăta”⁷; „Cine are venin la inimă: să fiarbă cimbru cu oțăt și cu miere, să le fierbi tot într-un vas și să bea pe nemâncate, că să va tămădui”⁸.

Într-o condică ce a aparținut unui membru al familiei de boieri moldoveni Donici, care datează din cea de-a doua jumătate a secolului al XVIII-lea, oțetului îi erau atribuite calități terapeutice, fiind folosit pentru tratarea unei răni: „Săcara să se rășnească îndărăpt și aluatul ei să-l frământa pe pragul ușii, muindu-l cu oțăt tare de vin și nu cu apă și făcând turta mare cât să-i cuprindă tot pânțele, apoi chisind sacâz bun și tămâie albă și momia și să preseri turta și să înfeși și apoi să șadă înfășet trei zile în pat neclintit și după împlinirea șiderei acestor trei zili la pat, apoi să tragă pe tot pânțele și pe picior cu untdelemn și iar să mai șadă trei zili în casă la căldură și chisind iarba lui Tatin”⁹.

Potrivit unei legende din Evul Mediu, o bandă de patru hoți jefuia casele oamenilor bolnavi de ciumă. În schimbul eliberării, li s-a cerut dezvăluirea secretului imunității lor: se îmbăiau înainte și după ce intrau în casele oamenilor în oțet concentrat făcut din: „iuniper pisat, din jales, din ismă din rută, din mătăcină, din flori de trandafir, din salcâm și din cimbru”. „Oțetul celor patru hoți” era un remediu naturist recomandat în caz de „smreduială a epidemiilor”¹⁰.

Potrivit lui James O. Noyes, primul călător american care a publicat un volum despre spațiul românesc din secolul al XIX-lea, alimentația vlahilor era destul de săracă și de o calitate discutabilă. Vinul pe care l-a consumat în localitatea Călugăreni, de o calitate inferioară, era comparat cu oțetul: „Ne-am oprit un ceas în satul Călugăreni, ca să luăm masa. Hanul era plin de valahi cu căciuli frigiene din blană de oaie și de țigani zdrențaroși. Am cerut să fim tratați cu tot ce era mai bun în casă, dar masa mea a fost alcătuită dintr-o

⁴ *Ibidem*, p. 383.

⁵ Pompei Gh. Samarian, *Medicina și farmacia în trecutul românesc*. vol. I 1382-1775, București, 1938, p. 188.

⁶ *Ibidem*, p. 189.

⁷ *Ibidem*, p. 193.

⁸ *Ibidem*, p. 194.

⁹ N. Simache, V. Stănică, *Un izvor etnografic interesant*, în „Revista de etnografie și folclor” nr. 3/1966, p. 299.

¹⁰ Gavril Vinețchi, *Învățătură pentru multe meșteșuguri*, București, 1826, p. 52.

omletă tare și o coajă de pâine neagră, însoțite de un lichid respingător care, ar fi trecut drept oțet în orice altă parte a lumii”, dar pe care l-am plătit drept vin valah”¹¹.

Oțetul a fost utilizat ca dezinfectant și în timpul epidemiei de ciumă din anul 1813 care a făcut nenumărate victime. Referitor la măsurile luate, Ion Ghica, în *Scrisori către Vasile Alecsandri*, nota: „La fiecare poartă era câte o șandrama, un fel de gheretă, în care se adăpostea câte un servitor pus acolo pazarghidan (comisionar pentru târguierile de pâine, de carne și de zarzavaturi). Nimic nu intra în curte decât după ce se purifica la fum și trecea prin hărdăul cu apă sau prin strachina cu oțet”¹².

Informații despre rolul dezinfectant al oțetului se regăsesc și în memoriile de călătorie ale grecului Kosmeli, din anul 1819, în care era descrisă starea grea a Principatului Moldova. La Iași, „în curți, care-și deschideau porțile numai pentru călești, ardeau grămezile de gunoi; prăvăliile stăteau închise; vânzarea se făcea după gratii, și banii se puneau în oțet. Oamenii cu basmaua la nas se feresc pe străzi de a se atinge și-și vorbesc numai de departe”¹³.

Oțetul face parte dintre materiile alimentare consumate zilnic de populația rurală din prima jumătate a secolului al XX-lea. Regimul alimentar sărac, aproape exclusiv vegetal al țăranilor, este remarcat de către Mihai Eminescu: „Populația rurală în marea ei majoritate, mai ales cea mai depărtată de târguri, n-are drept hrană zilnică decât mămăligă cu oțet și cu zarzavaturi, drept băutură spirt amestecat cu apă; foarte rar, la zile mari, și nici chiar atunci în multe cazuri, se învrednicește să mănânce carne și să bea vin; trăind sub un regim alimentar așa de mizerabil, țăranul a ajuns la un grad de anemie și de slăbiciune morală destul de întristătoare”¹⁴.

Oțetul de calitate se regăsea printre alimentele la care se făcea reclamă în ziarul *Dreptatea Brăilei*, din anul 1915: „Magazinul avea la vânzare de la uleiuri deosebite, conserve indigene, diferite brânzeturi, pește afumat și sărat, mezeluri, ghiudemuri, ape minerale, oțet natural «Dr. Urbeanu» până la ciocolată, bomboane, biscuiți, pișcoturi, cacao, ceaiuri, mandarine, dar și văpsele, uleiuri, lacuri, terpentine, bidinele, pensule și spirt denaturat”¹⁵.

În Oltenia, oțetul face parte din rețetarul etnoiatriei, fiind întrebuințat frecvent, alături de plante medicinale, rachiu, vin și miere în scop profilactic și terapeutic.

Oțetul de vin se obține prin fermentarea vinului alb sau roșu: „1 kg struguri albi se zdrobesc și se pun într-un borcan de sticlă cu 250 g miere, 1 plic drojdie uscată și 1 l apă fiartă. Se leagă cu un tifon. Se lasă până fermentează. Se strecoară lichidul și se pune la

¹¹ James O. Noyes, *România țară de hotar între creștini și turci cu aventuri din călătoria prin Europa răsăriteană și Asia apuseană*, traducere din engleză și note de Eugen Popa, București, Editura Humanitas, 2016, p. 96.

¹² Ion Ghica, *Scrisori către Vasile Alecsandri*, București, Editura Albatros, 1973.

¹³ N. Iorga, *Istoria Românilor prin călători*, București, Editura Eminescu, 1981, p. 464.

¹⁴ Mihai Eminescu, *Cu cât trec una după alta zilele*, în *Opere*, vol. X, 23 iunie 1879, p. 337.

¹⁵ Teodora Soare, *Publicitatea și strategiile publicitare în ziarele vechi brăilene*, în „Ex Libris”, nr. 5/2016, serie nouă, Brăila, p. 25.

căldură. E gata când lichidul este transparent. Se păstrează în sticle cu capac¹⁶; sau „La 1 kg pulpă de struguri se pune 1 l apă. Strugurii să nu fie tratați. Se pun într-un borcan de sticlă cu 100 g zahăr. Deasupra borcanului se pune un tifon și îl lăsăm într-un loc cald și întunecos cam două săptămâni. Mai amestecăm cu o lingură de lemn o dată pe zi. După fermentare, stoarcem conținutul cu un tifon. Sucul îl punem într-un vas de sticlă. Adăugăm 50 g zahăr și mestecăm până se dizolvă. Se pune tot un tifon deasupra borcanului și se lasă într-un loc călduros. Se mai lasă cam două luni până când lichidul se limpezește. Este filtrat și păstrat în sticle închise¹⁷; sau „Într-un vas de sticlă se toarnă o cană de vin roșu sau alb natural, făcut de noi și cinci linguri cu oțet cumpărat. Se acoperă și se lasă trei săptămâni să fermenteze într-un loc călduros și întunecat. Se strecoară printr-un tifon dat în trei și se pune în sticle cu capac¹⁸. Oțetul de vin normalizează digestia și ajută la menținerea greutății corporale normale sau la accelerarea procesului de pierdere în greutate, iar conținutul ridicat de antioxidanți ajută la neutralizarea radicalilor liberi, previne bolile cardiovasculare, ajută la scăderea nivelului de colesterol la valorile normale: „Se face o cură de o lună cu un pahar cu apă în care se pune o linguriță oțet de vin și o linguriță de miere și se bea pe nemâncate când te trezești. Se poate bea încă un pahar seara¹⁹.

În oțetul de vin se macerează diverse ierburi aromatice, fructe sau condimente. Oțetul de levănțică are proprietăți antiseptice, curative, antidepresive și este un remediu natural împotriva reflexelor vomitative: „Se lasă la macerat două săptămâni 250 g levănțică cu 1 l oțet vin alb făcut în casă la loc întunecos și să nu bată soarele în borcanul de sticlă. Se strecoară printr-un tifon și se pune în sticle cu capac. Când ai grețuri se bea cu înghițituri mici câte 250 g²⁰; ameliorează problemele dermatologice: „Coșurile de pe față dispar dacă iei un tifon, îl înmoi în oțet de levănțică și dai pe coșuri. După câteva minute clătești fața cu apă caldă²¹; crește imunitatea și ameliorează simptomele răcelii: „Când ești răcit, să pui o compresă cu oțet de levănțică pe frunte²², combate artrita și reumatismul: „Care are reumatism face frecții cu oțet de levănțică mai ales seara²³.

Oțetul de salvie are proprietăți antibacteriene, antifungice și calmante: „Două săptămâni de zile se lasă la macerat 250 g salvie uscată, tocată mărunt cu o jumătate litru oțet de vin. Se filtrează și se păstrează în sticle²⁴. Combate hipotensiunea, reglează activitatea tiroidei și se recomandă la tratarea artritei reumatoide, a durerii abdominale, indigestiei și a balonării. Este util și în cazul transpirațiilor nocturne: „Să nu transpiri noaptea, trebuie să bei un pahar cu oțet de salvie înainte de culcare²⁵.

¹⁶ Inf. Emilia Pătrână, 62 de ani, localitatea Gângiova, jud. Dolj, 2020.

¹⁷ Inf. Maria Rădulescu, 71 de ani, localitatea Bălcești, jud. Vâlcea, 2020.

¹⁸ Inf. Eugenia Raicea, 84 de ani, localitatea Drănic, jud. Dolj, 2020.

¹⁹ Inf. Gheorghiuța Cochintu, 55 de ani, localitatea Chilii, jud. Olt, 2020.

²⁰ Inf. Maria Vodă, 70 de ani, localitatea Gârlești, jud. Dolj, 2020.

²¹ Inf. Paraschiva Nisipașu, 76 de ani, Maglavit, jud. Dolj, 2020.

²² Inf. Elena Nițu, 68 de ani, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

²³ Inf. Violeta Popescu, 63 de ani, localitatea Apele Vii, jud. Dolj, 2020.

²⁴ Inf. Elisabeta Dumitrașcu, 82 de ani, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

Oțetul de ienupăr are acțiune stomahică, antiseptică și diuretică: „Se pun la macerat 150 g fructe ienupăr zdrobite în 200 ml alcool pentru 14 zile, apoi se adaugă 1 litru oțet de vin făcut de noi. Se mai lasă la macerat 10 zile și se strecoară și se pune în sticle. Bei din el la nevoie înghițitură cu înghițitură”²⁶. Tratează diabetul, afecțiunile aparatului digestiv, scade riscul apariției bolilor de inimă, renale și pulmonare.

Oțetul de cătină are efect antioxidant, anticancerigen, antigripal, depurativ, cicatrizant, vitaminizant: „La 250 ml oțet de vin făcut în casă de noi se pun 2 kg fructe de cătină, 5 l de apă și 750 g miere. Se lasă la căldură și întuneric patru zile și se amestecă cu o lingură de lemn de câteva ori pe zi. Se strecoară prin presare și se lasă la rece trei zile să se limpezească”²⁷. Este un bun energizant și contribuie la ameliorarea stărilor gripale: „Se ia câte o linguriță înainte de fiecare masă”²⁸; menține sănătatea cardiovasculară, regenerarea celulelor hepatice, tratează ulcerul și combate cancerul, adjuvant în tratarea gripei, combate depresia și stresul, scade glicemia: „Într-un pahar cu apă sau cu ceai se pun 50 ml oțet de cătină și se bea înghițitură cu înghițitură înainte de masă. Se face o cură de trei săptămâni”²⁹.

Oțetul de afine are proprietăți antioxidante: „La două căni de oțet de vin alb de-al nostru din butoi se pune o cană de afine zdrobite și se lasă la macerat timp de trei zile într-un borcan de sticlă. Se filtrează și se pune în sticle”³⁰. Tratează infecțiile tractului urinar, sparge pietrele la rinichi și îmbunătățește circulația sângelui.

Oțetul de trandafiri are proprietăți antimicotice, cicatrizante, astringente, dezinfectante, tonice, mineralizante: „Se lasă la macerat o lună 250 g petale trandafiri dulceață, 1 l oțet alb de vin făcut din struguri de la noi din vie și 150 ml alcool. Se filtrează și se păstrează în locuri răcoroase și întunecoase în sticle închise bine”³¹. Se folosește în terapii împotriva oboselii cronice, a răcelii, a durerilor reumatice și a arsurilor solare. Oțetul de trandafiri are proprietăți febrifuge, combate grețurile și durerile de cap, echilibrează ph-ul corpului și are un efect de curățare. Este util în îngrijirea zilnică a corpului dacă se fac frecții după baie.

Oțetul de mere: „1 kg mere din grădina noastră se dă pe răzătoare și se pune într-un borcan de sticlă de 10 litri. Se încălzește 1 l jumate de apă și se pune peste mere cu 150 g zahăr și 15 g drojdie. Se lasă la întuneric și căldură două săptămâni. Se amestecă în el dimineața și seara cu o lingură de lemn. Se ia o bucată de tifon, se dă în patru și se strecoară oțetul. Se pune iar într-un borcan de sticlă pentru două săptămâni. Se păstrează în sticle astupate la rece și întuneric. Se folosește în multe boli. Se face o cură de trei săptămâni sau o lună”³².

²⁵ Inf. Anastasia Antonie, 82 de ani, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

²⁶ Inf. Rozica Ristea, 81 de ani, localitatea Bechet, jud. Dolj, 2020.

²⁷ Inf. Elena Vintilă, 80 de ani, localitatea Bocșa, jud. Vâlcea, 2020.

²⁸ Inf. Viorica Moise, 69 de ani, localitatea Ciocănești, jud. Vâlcea, 2020.

²⁹ Inf. Maria Luță, 89 de ani, localitatea Stoicești, jud. Dolj, 2020.

³⁰ Inf. Alexandra Matei, 88 de ani, localitatea Cârna, jud. Dolj, 2020.

³¹ Inf. Marina Ilina, 83 de ani, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

³² Inf. Teodora Pescaru, 56 de ani, localitatea Cioroiu, jud. Olt, 2020.

Oțetul de mere tratează și previne un număr suficient de mare de boli interne: hipertensiune arterială: „Dacă ai probleme cu inima și tensiunea mare se înmoaie în oțet de mere o cârpă și se învelește laba piciorului și glezna cu ea. Se mai pune ceva gros peste”³³ sau „Se bea oțet de mere fiert cu miere de albine și usturoi înainte de fiecare masă”³⁴; sau „Se bea de trei ori pe zi înainte de masă un pahar cu apă amestecat cu două lingurițe oțet de mere”³⁵; amigdalită: „Când te doare gâtul sau ai roșu în gât se face gargară de mai multe ori pe zi cu patru lingurițe de oțet de mere puse într-un pahar cu apă caldă. Se ia o bucată de țesătură de lână și se înmoaie într-un amestec de oțet de mere, ulei și apă. Se pune și se lasă noaptea pe piept. Dacă ai febră mare se fac frecții cu apă și oțet”³⁶; sau „Contra febrei se pune într-un pahar cu apă o lingură oțet de mere și una de miere și se bea”³⁷; tuse: „Se amestecă trei linguri oțet de mere cu o jumătate pahar de miere de albine și o linguriță de suc aloe. Se ia câte o lingură de trei ori pe zi”³⁸; sau „Se pun într-un pahar cu apă trei lingurițe de oțet de mere și cinci picături de propolis. Se face gargară de trei ori pe zi”³⁹; sau „Oțet de mere și miere înainte de masă sau atunci când tușește”; sau „Se pune într-un vas o cantitate egală de apă și oțet de mere, se dă în clocot și se fac inhalații mai ales seara”⁴⁰; răceală: „Șosete înmuiate în oțet de mere diluat cu apă și frecții cu oțet de mere”⁴¹; astm, sinuzită: „Se adaugă o lingură de oțet de mere într-un pahar cu apă și se bea cu înghițituri mici într-o jumătate de oră. După o oră se bea iar”⁴²; dureri de cap de la răceală: „Se dau trei cartofi pe răzătoare și se amestecă cu o lingură oțet de mere. Amestecul se pune pe un tifon și se pune pe frunte. Se lasă câteva ore și se pune iar. Se fierbe o jumătate de cană oțet de mere și o jumătate cană apă. Se inhalează vaporii câteva minute”⁴³; afecțiuni respiratorii: „În 100 g apă se pun 100 g oțet de mere, trei linguri de miere, suc de lămâie și 3 căței de usturoi. Într-o sticlă se pune usturoiul pisat, oțetul, mierea și apa. După ce se amestecă toate, se lasă 12 ore. Se strecoară și se dă la rece. Se iau 3 lingurițe pe zi înainte de masă”⁴⁴; glanda tiroidă: „Se pun două lingurițe oțet de mere într-un pahar cu apă caldă și se adaugă o linguriță miere albine și două picături de iod. Se bea timp de o lună de trei ori pe săptămână în timpul mesei de prânz. Se face pauză trei săptămâni și se repetă”⁴⁵; arsuri la stomac: „Într-un pahar cu apă se pun două lingurițe de miere și două lingurițe oțet

³³ Inf. Maria Vodă, localitatea Gârlești, jud. Dolj, 2020.

³⁴ Inf. Violeta Popescu, 63 de ani, localitatea Apele Vii, jud. Vâlcea, 2020.

³⁵ Inf. Maria Rădulescu, localitatea Bălcești, jud. Vâlcea, 2020.

³⁶ Inf. Porumbița Popescu, 92 de ani, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

³⁷ Inf. Gheorghe Diaconu, 82 de ani, localitatea Bocșa, jud. Vâlcea, 2020.

³⁸ Inf. Moșoiu Elena, 80 de ani, localitatea Măceșu de Sus, jud. Dolj, 2020.

³⁹ Inf. Elisabeta Dumitrașcu, 82 de ani, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

⁴⁰ Inf. Elena Barnea, 80 de ani, localitatea Gârlești, jud. Dolj, 2020.

⁴¹ Inf. Elena Vintilă, localitatea Bocșa, jud. Vâlcea, 2020.

⁴² Inf. Maria Luță, localitatea Stoicești, jud. Dolj, 2020.

⁴³ Inf. Gheorghita Cochintu, localitatea Chilizii, jud. Olt, 2020.

⁴⁴ Inf. Polina Grădinaru, 80 de ani, localitatea Argetoaia, jud. Dolj, 2020.

⁴⁵ Inf. Eugenia Mitrică, 84 de ani, localitatea Drănic, jud. Dolj, 2020.

de mere și se bea înainte de fiecare masă⁴⁶; respirație urât mirositoare: „Se pune într-un pahar jumătate oțet de mere și jumătate apă. Se face gargară după ce te speli pe dinți⁴⁷ sau „Ca să nu miroși a ceapă și usturoi după ce mănânci, poți să clătești gura cu două linguri de oțet de mere, una de sare și un pahar cu apă caldă⁴⁸; transpirație abundentă: „Se șterge tot corpul înainte de culcare cu o batistă înmuiată în oțet de mere⁴⁹; hemoragia nazală: „Se bea oțet de mere amestecat cu apă⁵⁰; sughițul: „Se înmoaie o bucată de zahăr în oțet de mere⁵¹ sau „Se beau două lingurițe cu oțet de mere⁵²; stimularea digestiei: „Înainte cu o jumătate oră de masă se bea un pahar de apă caldă în care se pun două lingurițe oțet de mere și două lingurițe de miere⁵³; anemie: „Într-un pahar cu suc de fructe se pune o linguriță oțet de mere și se bea o lună de trei ori pe zi⁵⁴; afecțiuni renale: „Se pun două lingurițe de oțet de mere într-un pahar cu apă și se bea de șase ori pe zi⁵⁵ sau „Într-un pahar cu apă se pune o linguriță oțet de mere și o picătură iod și se bea înainte de fiecare masă⁵⁶; durerile de cap de la oboseală și stres: „Se amestecă zece grame oțet de mere cu zece grame miere. Se unge cu el pe frunte și pe la tâmpile⁵⁷ sau „Într-un pahar cu apă se pun două lingurițe de miere și două lingurițe oțet de mere și se bea înainte de fiecare masă” sau „Se fac inhalatii cu abur cu oțet de mere și apă⁵⁸; paraziții: „Se fierb într-un pahar de oțet de mere câteva frunze de urzică. Se pune și puțină sare⁵⁹; oboseală: „Amesteci patru lingurițe oțet de mere cu o linguriță de miere de albine. Se ia după masa de prânz câte o linguriță⁶⁰ sau „Se fac frecții pe tot corpul în fiecare seară cu oțet de mere⁶¹ sau „La o ceașcă cu miere naturală de la albinele noastre se pun trei linguri de oțet. Se iau câte două lingurițe înainte de culcare⁶²; pierderea în greutate: „Într-un pahar cu apă se pun două linguri cu oțet de mere. Se bea cu înghițituri mici toată ziua, nu tot o dată⁶³ sau „Într-un pahar cu apă caldă se pun două linguri oțet de mere și se bea de trei ori pe zi, cu o jumătate de oră înaintea

⁴⁶ Inf. Dumitru Moise, 67 de ani, localitatea Ciocănești, jud. Vâlcea, 2020.

⁴⁷ Inf. Violeta Popescu, localitatea Apele Vii, jud. Dolj, 2020.

⁴⁸ Inf. Gheorghe Nițu, 72 de ani, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

⁴⁹ Inf. Oprica Linca, 86 de ani, localitatea Dăbuleni, jud. Dolj, 2020.

⁵⁰ Inf. Teodora Pescaru, 56 de ani, localitatea Cioroiu, jud. Olt, 2020.

⁵¹ Inf. Eugenia Raicea, localitatea Drănic, jud. Dolj, 2020.

⁵² Inf. Anastasia Antonie, 82 de ani, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

⁵³ Inf. Ioana Duculescu, 83 de ani, localitatea Călărași, jud. Dolj, 2020.

⁵⁴ Inf. Emilia Pătrână, localitatea Gângiova, jud. Dolj, 2020.

⁵⁵ Inf. Gheorghita Cochintu, localitatea Chilizii, jud. Olt, 2020.

⁵⁶ Inf. Rozica Ristea, 81 de ani, localitatea Bechet, jud. Dolj, 2020.

⁵⁷ Inf. Ana Groapă, 76 de ani, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

⁵⁸ Inf. Evghenia Antonie, 85 de ani, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

⁵⁹ Inf. Elisabeta Dumitrașcu, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

⁶⁰ Inf. Paraschiva Nisipașu, localitatea Maglavit, jud. Dolj, 2020.

⁶¹ Inf. Elena Vintilă, localitatea Bocșa, jud. Vâlcea, 2020.

⁶² Inf. Gheorghita Cochintu, localitatea Chilizii, jud. Olt, 2020.

⁶³ Inf. Elena Nițu, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

mesei. Se bea o lună, se face pauză zece zile și iar se bea⁶⁴; constipația: „Într-un pahar cu apă se pun două lingurițe de oțet de mere și se bea de trei ori pe zi după mesele principale⁶⁵; diabetul: „Un păhărel cu oțet de mere băut înainte de masă⁶⁶ sau „Într-un pahar cu apă se pun două linguri cu oțet de mere și puțină sare și se bea înainte de fiecare masă⁶⁷; colesterolul: „Într-un pahar cu apă se pune o lingură cu oțet de mere și se bea înainte de masă⁶⁸; criza de fiere: „Într-un pahar cu apă se pun trei linguri oțet de mere și sucul de la o lămâie. Se bea cu înghițituri mici⁶⁹; coagularea sângelui: „Într-un pahar cu apă se pun două lingurițe oțet de mere. Se beau câte trei pahare pe zi înainte de masă⁷⁰; amețeli: „Se bea dimineața pe nemâncate un pahar de oțet de mere cu miere⁷¹; dureri menstruale: „Într-un pahar cu apă se pun trei linguri oțet de mere și se bea din oră în oră⁷²; insomnie: „Înainte de somn cu o jumătate de oră se bea un pahar cu apă caldă în care punem o linguriță oțet de mere și o linguriță de miere⁷³; obezitate: „Pe stomacul gol se bea un pahar cu apă în care au fost puse două lingurițe oțet de mere și una de miere⁷⁴ sau „Se pisează trei căței de usturoi și se amestecă cu o lingură de apă și una de oțet de mere și se consumă șapte zile. Se face pauză și iar se consumă șapte zile⁷⁵.

Boli externe: arsuri: „Se amestecă o lingură de oțet de mere cu două linguri de apă și se spală unde este arsura pe piele⁷⁶ sau „Se pun comprese cu oțet de mere peste locul unde este arsura⁷⁷; bătăături: „Într-un pahar de oțet de mere se pun cojile de la trei cepe mari și se lasă două săptămâni. Se scot cojile și se pun pe bătăături și se acoperă cu o bucată de tifon. Se face așa cinci nopți⁷⁸; vânătăi: „Se înmoaie în apă fiartă amestecată cu oțet de mere o bucată de țesătură. Se pune țesătura peste vânătaie, iar peste țesătură se pune un celofan și un tifon⁷⁹ sau „Comprese cu sare și oțet de mere sau pâine îmbibată în oțet sau vin⁸⁰; dureri lombare: „Se amestecă un pahar oțet de mere, două lingurițe de bicarbonat de sodiu și un pahar cu apă. După cinci zile se fac frecții seara⁸¹; poliartrită: „Se amestecă

64 Inf. Maria Isac, 76 de ani, localitatea Gângiova, jud. Dolj, 2020.

65 Inf. Eugenia Mitrică, localitatea Drănic, jud. Dolj, 2020.

66 Inf. Paraschiva Nisipașu, Maglavit, jud. Dolj, 2020.

67 Inf. Dumitru Moise, localitatea Ciocănești, jud. Vâlcea, 2020.

68 Inf. Oprica Linca, localitatea Dăbuleni, jud. Dolj, 2020.

69 Inf. Marina Ilina, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

70 Inf. Maria Rădulescu, localitatea Bălcești, jud. Vâlcea, 2020.

71 Inf. Elena Mihai, 75 de ani, localitatea Nedeia, jud. Dolj, 2020.

72 Inf. Inf. Elena Barnea, 80 de ani, localitatea Gârlești, jud. Dolj, 2020.

73 Inf. Teodora Pescaru, localitatea Cioroiu, jud. Olt, 2020.

74 Inf. Elena Toma, 87 de ani, localitatea Silea, jud. Vâlcea, 2020.

75 Inf. Maria Bică, 65 de ani, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

76 Inf. Ana Groapă, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

77 Inf. Moșoiu Elena, localitatea Măceșu de Sus, jud. Doj, 2020.

78 Inf. Gheorghiu Cochințu, localitatea Chilizii, jud. Olt, 2020.

79 Inf. Anastasia Antonie, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

80 Inf. Alexandra Matei, localitatea Cârna, jud. Dolj, 2020.

81 Inf. Ioana Duculescu, localitatea Călărași, jud. Dolj, 2020.

un pahar de oțet de mere, 100 g slănină nesărată, tăiată mărunt și un ou crud. După 10 zile se tamponează locul dureros⁸² sau „Se amestecă un pahar cu apă cu o linguriță de oțet de mere. Se bea de trei ori pe zi. După două săptămâni se face pauză o săptămână⁸³; boli de piele: „Se pune într-un pahar jumate de apă și jumate de oțet de mere. Se pune pe piele unde trebuie și după 10 minute se spală locul cu apă caldă. Se folosește de trei ori pe zi⁸⁴; petele maronii de bătrânețe: „Sucul de la o ceapă se amestecă cu patru linguri de oțet de mere. Se pune pe pete și după o oră se clătește cu apă caldă⁸⁵; reumatism: „Trei luni se ia în fiecare zi o lingură de oțet de mere amestecat cu o linguriță de miere⁸⁶ sau „Se pun pe locul dureros o oră comprese cu oțet de mere⁸⁷ sau „În apa în care faci baie se pun două căni cu oțet de mere și sare grunjoasă⁸⁸; micoze apărute pe unghii: „Se ține degetul afectat în oțet de mere⁸⁹; dureri de mușchi: „Se adaugă în cadă două pahare cu oțet de mere⁹⁰; picioare umflate: „Băi de apă caldă amestecată cu câteva pahare de oțet de mere sau se învelesc picioarele în comprese cu oțet⁹¹; artrita: „Se pun comprese calde cu oțet de mere amestecat cu apă pe locul dureros. Peste pânza înmuiată se pune o cârpă uscată⁹²; eczeme: „Oțet de mere cu miere, de 3 ori pe zi o linguriță de oțet la jumătate de cană apă⁹³; resuscitare în caz de leșin: „Se freacă pe la tâmpile și se pune la nas oțet alb de vin⁹⁴; entorsă: „Masaj ușor cu oțet de mere⁹⁵.

Oțetul de mere cu miere de albine are proprietăți antioxidante, antiinflamatoare, antiseptice renale, diuretice: „Merele de la noi din livadă le dăm pe răzătoarea mare cu tot cu cotoare și le punem într-un borcan de sticlă. Peste turnăm apă caldă, miere cam 100 g la un litru cu apă, 10 g drojdie de bere și 20 g pâine uscată. Borcanul se lasă 10 zile descoperit și se amestecă de câteva ori pe zi cu o lingură de lemn. Se strecoară printr-un tifon împăturit. Se pun 50 g miere la fiecare litru de oțet și se amestecă bine. Se leagă borcanul la gură cu un tifon și se lasă până când lichidul se limpezește. Se filtrează iar printr-un tifon. Se pune dop la sticle și se păstrează într-un loc răcoros⁹⁶. Combate anemia și ajută la scăderea poftei de mâncare: „La început, șapte zile, se ia câte o linguriță pe zi de oțet de mere cu miere de albine pusă într-o ceașcă cu apă, apoi se iau două lingurițe pe zi

⁸² Inf. Elena Vintilă, 80 de ani, localitatea Bocșa, jud. Vâlcea, 2020.

⁸³ Inf. Gheorghe Diaconu, localitatea Bocșa, jud. Vâlcea, 2020.

⁸⁴ Inf. Rozica Ristea, localitatea Bechet, jud. Dolj, 2020.

⁸⁵ Inf. Teodora Pescaru, localitatea Cioroiu, jud. Olt, 2020.

⁸⁶ Inf. Paraschiva Nisipașu, Maglavit, jud. Dolj, 2020.

⁸⁷ Inf. Marina Ilina, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

⁸⁸ Inf. Oprița Miscoci, 65 de ani, Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

⁸⁹ Inf. Ștefana Vâlcă, 60 de ani, localitatea Perișor, jud. Dolj, 2020.

⁹⁰ Inf. Elena Toma, localitatea Silea, jud. Vâlcea, 2020.

⁹¹ Inf. Moșoiu Elena, localitatea Măceșu de Sus, jud. Dolj, 2020.

⁹² Inf. Viorica Moise, localitatea Ciocănești, jud. Vâlcea, 2020.

⁹³ Inf. Violeta Popescu, localitatea Apele Vii, jud. Dolj, 2020.

⁹⁴ Inf. Verginia Coteș, 82 de ani, localitatea Bechet, jud. Dolj, 2020.

⁹⁵ Inf. Gheorghita Cochintu, localitatea Chilizii, jud. Olt, 2020.

⁹⁶ Inf. Elena Barnea, 80 de ani, localitatea Gârlești, jud. Dolj, 2020.

în următoarele șapte zile, și trei luni se iau trei lingurițe pe zi⁹⁷; revitalizează organismul și redă echilibrul sistemului imunitar, combate anemia și oboseala: „Ca să fii sănătos tot anul se face o cură de două sau trei luni: se bea în fiecare dimineață pe stomacul gol câte un pahar de oțet de mere cu miere⁹⁸; previne infecțiile renale și urinare, ține sub control tensiunea arterială ridicată.

Oțetul de măceșe are efect remineralizant, antiinflamator, cicatrizant: „Într-un borcan de sticlă se pun fructe de măceșe peste oțet de mere. Se închide borcanul și se lasă la un loc înșorit timp de o lună. Se strecoară și se păstrează oțetul de măceșe în sticle închise bine⁹⁹. Bolile respiratorii pot fi combătute dacă „bei o cană cu apă fiartă în care se pune o lingură oțet de măceșe și una de miere¹⁰⁰ sau „când te doare în gât se face gargară cu oțet de măceșe amestecat cu apă¹⁰¹; este indicat în afecțiunile cardiovasculare și genitale, ajută în tratarea colecistitei.

Oțetul de zmeură are proprietăți antiseptice: „La o cană de oțet de mere se pune o jumătate cană zmeură zdrobită culeasă de noi. După două săptămâni se strecoară și se pune în sticle închise¹⁰². Combate tusea: „Se face gargară de trei ori pe zi cu o linguriță oțet de zmeură la un pahar apă caldă¹⁰³ sau „În caz de febră se pun comprese cu oțet de zmeură sau se fac frecții¹⁰⁴; este eficace în tratarea infecțiilor, a inflamațiilor și a afecțiunilor cardiovasculare.

Oțetul de pere are proprietăți antioxidante: „Într-un borcan de sticlă se pun 250 g oțet de mere și 150 g pere zdrobite de la noi din pom. La zece zile se strecoară și se pune în sticle astupate¹⁰⁵. Stimulează pofta de mâncare, elimină petele de pe piele și unghiile, combate oboseala și depresia, previne artrita, tratează răceala.

În spațiul etnografic oltenesc, oțetul, alături de alte „tării”, a avut o importanță deosebită în păstrarea sau restabilirea sănătății individului, efectul profilactic și calitățile terapeutice ale acestuia fiind binecunoscute din cele mai vechi timpuri. Căile de tratare a majorității bolilor prin leacuri și tratamente bazate pe preparate din oțet sunt și în prezent întrebuintate, deoarece se are în vedere vechimea acestor remedii de etnoiatrie și acțiunea lor complexă și eficientă.

⁹⁷ Inf. Gheorghe Diaconu, localitatea Bocșa, jud. Vâlcea, 2020.

⁹⁸ Inf. Alexandra Matei, localitatea Cârna, jud. Dolj, 2020.

⁹⁹ Inf. Emilia Pătrână, localitatea Gângiova, jud. Dolj, 2020.

¹⁰⁰ Inf. Gheorghita Cochințu, localitatea Chiliz, jud. Olt, 2020.

¹⁰¹ Inf. Anastasia Antonie, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

¹⁰² Inf. Eugenia Mitrică, localitatea Drănic, jud. Dolj, 2020.

¹⁰³ Inf. Oprica Linca, localitatea Dăbuleni, jud. Dolj, 2020.

¹⁰⁴ Inf. Gheorghe Nițu, localitatea Prundeni, jud. Vâlcea, 2020.

¹⁰⁵ Inf. Marina Ilina, localitatea Bulzești, jud. Dolj, 2020.

BIBLIOGRAFIE:

Djamo-Diaconiță, Lucia, *Un text slavon de farmacoterapie populară din secolul al XVI-lea*, în „Romanoslavica”, nr. 14/1967.

Eminescu, Mihai, *Cu cât trec una după alta zilele*, în *Opere*, 23 iunie 1879, vol. X.

Ghica, Ion, *Scrisori către Vasile Alecsandri*, București, Editura Albatros, 1973.

Iorga, N., *Istoria Românilor prin călători*, București, Editura Eminescu, 1981.

Noyes, James O., *România țară de hotar între creștini și turc cu aventuri din călătoria prin Europa răsăriteană și Asia apuseană*, traducere din engleză și note de Eugen Popa, București, Editura Humanitas, 2016.

Samaritan, Pompei Gh., *Medicina și farmacia în trecutul românesc*. vol. I 1382-1775, București, 1938.

Simache, N., Stănică, V., *Un izvor etnografic interesant*, în „Revista de etnografie și folclor” nr. 3/1966, tomul 11, București.

Soare, Teodora, *Publicitatea și strategiile publicitare în ziarele vechi brăilene*, în „Ex Libris”, nr. 5/ 2016, serie nouă, Brăila.

Vinețchi, Gavril, *Învățătură pentru multe meșteșuguri*, București, 1826.



Budană din 1859 aflată la fabrica de oțet "Seineana" din Seini, jud. Maramureș; foto: Florin AVRAM

Performerii și localitățile cercetate

Gângiova, jud. Dolj: Pătrână Emilia, 62 de ani.
Bălcești, jud. Vâlcea: Rădulescu Maria, 71 de ani.
Drănic, jud. Dolj: Raicea Eugenia, 84 de ani.
Chilii, jud. Olt: Cochințu Gheorghita, 55 de ani.
Gârlești, jud. Dolj: Vodă Maria, 70 de ani.
Maglavit, jud. Dolj: Nisipașu Paraschiva, 76 de ani.
Prundeni, jud. Vâlcea: Nițu Elena, 68 de ani.
Apele Vii, jud. Dolj: Popescu Violeta, 63 de ani.
Bulzești, jud. Dolj: Elisabeta Dumitrașcu, 82 de ani.
Prundeni, jud. Vâlcea: Anastasia Antonie, 82 de ani.
Bechet, jud. Dolj: Ristea Rozica, 81 de ani.
Bocșa, jud. Vâlcea: Vintilă Elena, 80 de ani.
Ciocănești, jud. Vâlcea: Moise Viorica, 69 de ani.
Stoicesti, jud. Dolj: Luță Maria, 89 de ani.
Cârna, jud. Dolj: Matei Alexandra, 88 de ani.
Bulzești, jud. Dolj: Iliana Marina, 83 de ani.
Apele Vii, jud. Dolj: Popescu Violeta, 63 de ani.
Bulzești, jud. Dolj: Popescu Porumbița, 92 de ani.
Bocșa, jud. Vâlcea: Diaconu, Gheorghe, 82 de ani.
Măceșu de Sus, jud. Dolj: Moșoiu Elena, 80 de ani.
Gârlești, jud. Dolj: Barnea, Elena, 80 de ani.
Argetoaia, jud. Dolj: Grădinaru Polina, 80 de ani.
Drănic, jud. Dolj: Mitrică Eugenia, 84 de ani.
Ciocănești, jud. Vâlcea: Moise Dumitru, 67 de ani.
Prundeni, jud. Vâlcea: Nițu Gheorghe, 72 de ani.
Dăbuleni, jud. Dolj: Linca Oprica, 86 de ani.
Cioroiu, jud. Olt: Pescaru Teodora, 56 de ani.
Prundeni, jud. Vâlcea: Antonie Anastasia, 82 de ani.
Călărași, jud. Dolj: Duculescu Ioana, 83 de ani.
Bechet, jud. Dolj: Ristea Rozica, 81 de ani.
Bulzești, jud. Dolj: Groapă Ana, 76 de ani.
Prundeni, jud. Vâlcea: Antonie Evghenia, 85 de ani.
Gângiova, jud. Dolj: Isac Maria, 76 de ani.
Nedeia, jud. Dolj: Mihai Elena, 75 de ani.
Gârlești, jud. Dolj: Barnea Elena, 80 de ani.
Silea, jud. Vâlcea: Toma Elena, 87 de ani.
Bulzești, jud. Dolj: Bică Maria, 65 de ani.
Bocșa, jud. Vâlcea: Vintilă Elena, 80 de ani.
Prundeni, jud. Vâlcea: Miscoci Opreța, 65 de ani.
Perișor, jud. Dolj: Vâlcă Ștefana, 60 de ani.
Bechet, jud. Dolj: Coteț Verginia, 82 de ani.
Gârlești, jud. Dolj: Barnea Elena, 80 de ani.