

VINAGRE DE MAÇÃ NATURAL

O legado do Vermont-USA

A MARAVILHOSA MEDICINA POPULAR DO VERMONT- USA

A extraordinária medicina popular do Vermont, estado americano situado no extremo nordeste dos Estados Unidos da América, vem se formando desde os tempos primitivos. Ela adapta às condições do ambiente de vida no Vermont antiqüíssimas leis fisiológicas e bioquímicas, visando a manutenção da saúde e do vigor físico. Mas essas leis não têm limites geográficos: suas aplicações serão eficazes em outros ambientes também. Assim, algum instinto profundo faz com que, os vermonteses procurem os alimentos necessários à formação do organismo, isto é, uma dieta rica em carboidratos e baixo teor de proteínas, e muitos vegetais ácidos. Eles observaram, por exemplo, que quando aumentavam a porcentagem de proteína na ração da marta (animal do qual se retira a pele para o comércio), elas apresentavam suas artérias e órgãos obstruídos, contraíam doenças e morriam prematuramente. Dessa forma, o bom senso dos vermonteses faz com que observem o comportamento dos animais de criação e silvestres, as variações de climas, e a boa higiene. Sabiam escolher uma dieta de frutas, frutinhas várias, óleo puro do milho, folhas comestíveis ácidas, alimentos integrais, raízes e principalmente o sublime alimento: o mel de abelha. Sempre mantinham o seu estoque de vinagre de maçã natural que eles mesmos fabricavam para os mais diversos usos. Assim, os naturais do Vermont - EUA, tem durante gerações, conservado a saúde, a jovialidade e a longevidade ativa e produtiva.

O Doutor DC JARVIS, famoso médico naturalista norte-americano, e suas descobertas maravilhosas sobre o vinagre de maçã natural e a medicina popular do Vermont-USA.

O doutor D.C. Jarvis, que se tornou querido pelo esforço de ir ao encontro das necessidades do povo, escrevendo livros de medicina popular, afirma em seu famoso livro, best seller, "Folk Medicine – A Vermont Doctor's Guide to good Health" , que as enfermidades como: artrite, osteoporose, reumatismo, pressão

alta, gota, bursite, arteriosclerose, enfartos, derrames, fadiga crônica, dores de cabeça crônica, diabetes, rinites, e outras doenças degenerativas, etc, têm a mesma origem: acúmulo de cálcio no sangue.

O doutor Jarvis pesquisou durante muitos anos o modo de vida e dieta dos vermonteses, onde o vinagre de maçã natural é parte integrante da sua tradição. Os costumes dos vermonteses têm sido transmitidos de pai para filho durante gerações. Nascido no Vermont, estado do nordeste americano, depois de formado em medicina clássica, retornou ao seu antigo habitat no convívio com os velhos camponeses vermonteses a fim de aprender, como ele mesmo afirma, a medicina dos seus antepassados, que alinha um conhecimento de leis naturais antiqüíssimas aos fatos reais da vida. O estilo de vida dos Vermonteses chamou a atenção de muitas outras pessoas interessadas em aprender na prática como lidar com as mais diversas doenças apelando para os recursos da própria natureza.

Em suas observações e experiências chegou a conclusões seguras e revolucionárias: começou verificando que as chaleiras onde se fervem água, formam com o tempo, dura camada no fundo – resultado da precipitação de sais, cloretos, etc., e que, essa crosta, sob o efeito de vinagre de maçã, se dissolve, deixando a chaleira como nova. Igualmente comprovou que, mergulhando cascas de ovos em líquido de vinagre de maçã, estas se dissolvem lentamente. Investigou ademais, na localidade de Vermont-EUA, que pessoas que usavam o vinagre de maçã, eram muito mais saudáveis que as demais, e pareciam imunes as enfermidades e apresentavam uma extraordinária resistência física. Observou, nessa mesma localidade do Vermont, pessoas com mais de noventa anos, algumas com mais de cem anos de idade, trabalhando nas roças horas a fio sem apresentar grandes esforços, demonstravam vigor, bom ânimo, uma bela postura e excelente formação óssea, e diziam não adoecer. Inteirou-se também, que esses camponeses costumavam dar às vacas o vinagre de maçã misturado na água, fato que o levou a efetuar estudos e investigações, chegando a conclusões surpreendentes: vacas envelhecidas prematuramente, tomando porções de

vinagre de maçã, rejuvenesciam; outras de mais de dez anos, que já não davam mais leite, voltaram a produzi-lo depois de três meses de tratamento. Verificou também, que os pintinhos tratados com líquido de vinagre de maçã misturado à água, tornavam-se resistentes às doenças e tinham altura e peso quase uma vez e meia que o normal e apresentavam uma bela e resistente pelugem. Por outro lado, inteirou-se também que os cavalos e cães de caça dessa região, tratados com o vinagre de maçã, eram muitos mais fortes e resistentes que outros não tratados com o vinagre, não demonstrando cansaço nas corridas, tinham uma vida mais longa que o normal e apresentavam um brilhante e sedoso pêlo.

Observou igualmente, que animais levados ao corte, os quais estavam recebendo tratamento idêntico, demonstrou uma perfeita consistência óssea e a medula de uma bela cor vermelha, indício de abundância de glóbulos vermelhos. Desse modo, e por outras vias, o doutor Jarvis chegou à conclusão de que o mesmo sucede com o corpo humano quando se toma o vinagre de maçã natural com água e mel, já que ele possui a faculdade de dissolver o cálcio excedente acumulado no organismo, permitindo que, ao absorvê-lo, os ossos se tornem mais fortes, menos expostos às fraturas e, sobretudo, em condições de ajudar na formação de tecidos mais elásticos, flexíveis, em favor do rejuvenescimento.

Assim, o mencionado médico fundamentou sua teoria no seguinte: nosso sangue pode ser de formação ligeiramente ácida ou alcalina. Isso depende em grande parte, da alimentação que habitualmente ingerimos. Aponta ele outros motivos: diz, por exemplo, que o clima frio, favorece o aumento de alcalinidade do sangue; que as preocupações, o medo, a ira, bem como toda a atitude e comportamento emocional negativo têm o mesmo efeito. Desse modo, contribuimos para o aumento da alcalinidade sanguínea, desregulando o pH do sangue. Além de essa alcalinidade excessiva provocar depósitos de cristais endurecedores. Dependendo da região do corpo onde estes cristais se alojarem provocarão no decorrer do tempo doenças ou disfunções correspondentes, se

depositam nas juntas ou articulações, provocam a artrite, bursite, entupimento das artérias, veias, etc.

O consumo abundante de farinha de trigo refinada, açúcar refinado, carnes, enlatados, cremes, refrigerantes, doces, etc, são prejudiciais à saúde porque contribui para o aumento da alcalinidade; torna o sangue mais espesso e dificulta a circulação pelo sistema, aumentando a pressão arterial das veias e vasos, os quais com o tempo vão se obstruindo e endurecendo, porque a alcalinidade favorece os depósitos de cálcio e de outras substâncias terrosas danosas ao sistema.

Afirma o doutor Jarvis que a grande maioria das doenças tem como veículo o próprio sangue impuro, que distribui e deposita constantemente substâncias mortais pelo sistema ao longo dos anos. A purificação do sangue é de fundamental importância para reverter esse processo de endurecimento e envelhecimento precoce das várias estruturas moles do corpo, a pele, o secamento ou calcificação das articulações. Da mesma forma, se não trocarmos o óleo que lubrifica as várias partes do motor de um carro com o tempo a sujeira desse óleo acaba por danificar o motor, assim sucede com nossa saúde porque é bem mais sábio prevenir do que remediar.

Modo de usar o vinagre de maçã natural:

Em um copo, coloque uma colher das de sopa de vinagre de maçã, adicione uma colher das de sopa de mel de abelha, complete com água destilada ou filtrada. Bata bem, até misturar. Tome antes das principais refeições. O vinagre de maçã também pode ser tomado apenas com água.

E qual é a dose necessária? VEJAMOS: diariamente às refeições, ou entre elas, bater bem uma colher das de sopa de vinagre de maçã, com uma colher das de chá de mel de abelha, ou apenas água tomando em seguida. Afirma o doutor

D.C. Jarvis que, após três meses desse tratamento, o sangue volta a adquirir a natural acidez dissolvendo o cálcio excedente aderido nas articulações e desobstruindo as artérias e vasos sanguíneos. Paralelamente, a pessoa experimenta uma sensação de bem estar; a digestão é favorecida, produz um sono reparador e o aumento da vitalidade física, combatendo a fadiga crônica. Desaparecem os gases intestinais, o amargor da boca e restabelece-se a energia vital em todo o organismo. Pessoas que sofrem de hemorróidas podem sentir depois de algumas semanas, tomando o vinagre de maçã, o mal regredir até desaparecer. A vista melhora consideravelmente devido ao processo purificador do sangue. Os sintomas de tonturas também desaparecem com a dieta ácida do vinagre de maçã. Ademais, verifica-se um vigoroso crescimento e fortalecimento dos cabelos, como consequência também, observa-se um emagrecimento natural, a pele volta a adquirir sua jovialidade e beleza. Os dentes se fortalecem e desaparece o mau hálito. Por outro lado, as pessoas sujeitas a freqüentes dores de cabeça (cefaléias), vêm cessar esses incômodos, tomando duas vezes ao dia, três colheres das de sopa de vinagre de maçã com água e mel, pois isso assegura resultados magníficos, afirma o doutor D.C. Jarvis.

Segundo pesquisas feitas há no vinagre de maçã natural mais de trinta elementos nutritivos fundamentais, mais de uma dúzia de sais minerais e enzimas essenciais e complexos vitamínicos. Igualmente, encontra-se ferro, vitaminas B12, ácido fólico (bom no combate a anemia) e elementos antioxidante, combatem os radicais livres que produzem a decrepitude do corpo. Possui qualidades anti-sépticas (mata os micróbios infecciosos) e antibióticas (contêm bactérias inimigas dos microorganismos deletérios). O vinagre de maçã natural extrai todos os minerais da maçã.

O vinagre de maçã natural é rico em sais de primeira importância para os processos bioquímicos do corpo; entre os quais o ácido málico, que entre outras funções, faz parte do chamado “ciclo de Krebs”, que sintetiza um conjunto de reações bioquímicas responsáveis pela produção de energia no interior das

células. Ele ajuda também na absorção dos nutrientes e, ao mesmo tempo, combate bactérias do aparelho digestivo; evita a obstipação, apontada como a principal causa de muitas doenças, pois o vinagre de maçã natural ajuda na eliminação de substâncias tóxicas, produto da má alimentação e poluição ambiental, que se alojam no intestino e fígado. Temos também a pectina que auxilia nos processos digestivos, reduzindo extraordinariamente o colesterol e outras gorduras densas.

O vinagre de maçã natural é altamente diurético, ajuda na eliminação do excesso de líquidos. Possui qualidade antioxidante, antiinflamatória e antibiótica excelentes. O vinagre de maçã natural controla o equilíbrio do pH do sangue e da pele.

O vinagre de maçã natural tem propriedade muito parecida com a química do suco gástrico secretado pelo estômago, e por isso, capaz de matar bactérias nocivas à saúde, facilitando a digestão. Médicos naturalistas recomendam que se faça uso de duas colheres das de sopa de vinagre de maçã natural misturado à água antes ou após as refeições regularmente, para evitar intoxicações alimentares, ou deter um processo de intoxicação em andamento.

Um das razões da vitalidade do vinagre de maçã, é que ele associa minerais ao potássio: fósforo, cloro, sódio, magnésio, cálcio, enxofre, ferro, flúor, silício e traços de diversos outros. Alguns cientistas como o médico Pires Van Koek atribuem ao vinagre de maçã natural qualidades medicinais miraculosas para a saúde e o recomenda para pessoas que desejam voltar ao seu antigo peso de uma forma natural, e também para a regularização de todas as funções orgânicas deficientes, principalmente devido a uma dieta antinatural. Então, não é novidade que o vinagre de maçã natural tenha conquistado a fama de ser um excelente nutriente, fortificante, depurador do sangue, rejuvenescedor do organismo e excelente emagrecedor. Atualmente há pesquisas sobre a ação do vinagre de maçã natural em doenças mais graves ainda, com resultados

surpreendentes e positivos. O vinagre de maçã é benéfico em todas as idades, como elemento preventivo de acúmulo excessivo de cálcio e substâncias terrosas obstrutoras do sistema.

BIBLIOGRAFIA e PESQUISA: “Princípios Ocultos de Saúde e cura”, do original norte-americano: “Occult Principles of Health and Healing” by Max Heindel. Editora Pensamento.

“Agarre suas saúde e não largue mais”, do titulo original norte-americano: FOLK MEDICINE - A Vermont Doctor’s Guide to Good Health – by Dr. DC JARVIS. Vigésima primeira Edição. 1960. Editora Bestseller – Importadora de livros S.A. São Paulo. BR.

“Vinagre de maçã – Uma receita de vida”, do titulo original: “Le Miracle du Vinagre”, do terapeuta holístico G.P. Boutard. Editora Claridade São Paulo. BR.

“Apple Cider Vinegar – Miracle Health System”, of Bragg Health Crusades – America’s Pioneers, by Patricia Bragg N.D., PhD. Health & Fitness Expert.

“w.w.w.bragg. com”.

"www.senhorviccino.com.br", fabricante e pesquisador sobre os usos do vinagre e sua ação sobre o corpo humano, desde 1981.