



Борис Болотов

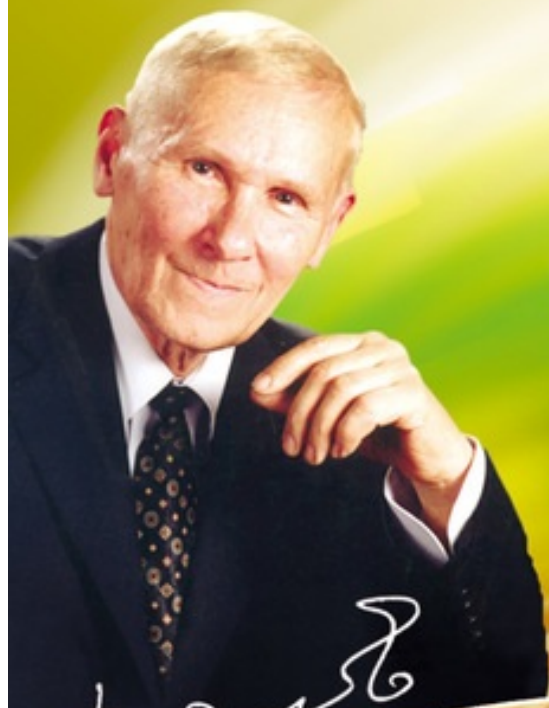
КАЛЕНДАРЬ



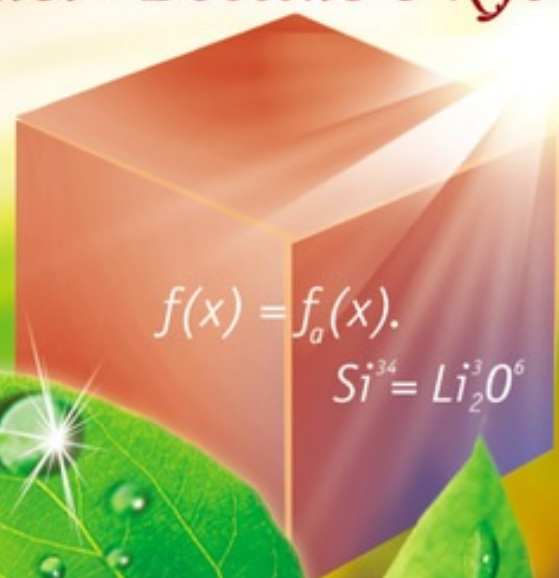
*долголетия
по Болотову*

2015

На основе системы «Восемь в кубе»



Болотов



 ПИТЕР

Бориса Болотова недаром называют украинским волшебником. Академик Болотов – биолог, химик, физик, отдавший 40 лет научному поиску. Его понимание физиологии человека и исцеления болезней – смелый прорыв в будущее!

Календарь долголетия построен на уникальной болотовской системе «Восемь в кубе», которая охватывает все виды воздействия на организм. Его авторский метод позволяет исцелить множество заболеваний, даже те, которые официальной медициной признаны неизлечимыми, возвращать человеку здоровье и молодость. Болотов знает, как победить рак, вылечить туберкулез, сахарный диабет, бронхиальную астму. Он предлагает систему комплексного оздоровления организма, которая позволит вам оставаться здоровым долгие годы.

В календаре вы также найдете:

- соколечение по Болотову;
 - рецепты здорового питания;
 - зеленую аптеку;
 - лечебное очищение.
-

Борис Болотов

Календарь долголетия по Болотову на 2015 год

Борис Васильевич Болотов – известный украинский ученый. Его исследования в области химии, физики, биологии указали вектор, по которому будет двигаться наука XXI века. Он разработал собственную модель строения атома, совершил переворот в методах изучения организма человека, систематизировал знания в области психической и эмоциональной природы людей. За свои открытия Болотов в 1990 году был удостоен звания народного академика. Научные работы и исследования дали возможность этому энциклопедически образованному человеку создать теоретическую и практическую основу медицины будущего, причем медицины, которой может воспользоваться каждый уже сегодня.

Все эти фундаментальные открытия легли в основу концепции полного оздоровления организма. Но академик Болотов не только теоретик, его учение содержит ясные указания, позволяющие исцелить практически любое заболевание.

Книги Болотова – это теория, накрепко сплавленная с практикой, железная аргументация и отшлифованная доказательность. Идеи этого человека поражают воображение, а его открытия переворачивают представление об окружающем мире.

Календарь долголетия построен на болотовской системе «Восемь в кубе», которая охватывает все виды воздействия на организм. Его авторский метод позволяет исцелить множество заболеваний, даже те, которые официальной медициной признаны неизлечимыми, возвращать человеку здоровье и молодость. Болотов знает, как победить рак, вылечить туберкулез, сахарный диабет, бронхиальную астму. Он предлагает систему комплексного оздоровления организма, которая позволит вам оставаться здоровым долгие годы.

Болотов утверждает, что человек может стать бессмертным. Каждый из нас способен не болеть и не стареть. Нужно только внимательно относиться к своему здоровью, прислушиваться к собственному организму и в случае болезни грамотно излечивать ее с помощью советов Бориса Болотова.

Будьте здоровы!

Система оздоровления организма, названная мною «Восемь в кубе», – фундамент для лечения самых распространенных заболеваний. Она возникла на основе изучения биологического объекта как системы, замкнутой внутри, но управляемой извне по восьми каналам через восемь подсистем, каждая из которых состоит из восьми органов. Не принимая ее во внимание, трудно, а подчас и невозможно, вылечить тот или иной недуг.

В этом календаре будут рассмотрены все восемь каналов, а также органы, связанные с ними. Я дам рекомендации по лечению того или иного органа, системы организма, расскажу о правильном их очищении, принципах питания, соко– и траволечения. Конечно, как и во всех других своих книгах, я советую употреблять мои ферменты, квасы и жмыхи из овощей и фруктов.

Первый канал воздействия на организм – пищеварительный, связанный с желудочно-кишечным трактом (ЖКТ). Это один из самых важных каналов. Лечение практических всех заболеваний нужно начинать с оздоровления ЖКТ. Поэтому прежде всего в календаре будут рассмотрены болезни системы пищеварения. С принципами их лечения вы познакомитесь в январе.

В феврале я расскажу о втором канале – дыхательном – и о связанных с ним заболеваниях: воспалении легких, бронхите, туберкулезе, бронхиальной астме и других. Кроме того, в этом месяце будут рассмотрены водные процедуры, показанные при лечении ряда болезней бронхолегочной системы. Но, конечно, надо помнить, что без восстановления газообмена никакое исцеление невозможно.

Третий канал обмена веществ связан с кожно-волосным покровом. В связи с этим на повестке дня в марте оказывается вопрос здоровья кожи. Побороть многие недуги можно с помощью известного народного средства – глины. Разумеется, кожные заболевания отступают и при грамотном траволечении.

Март – месяц поста. Поэтому я привожу и свои рекомендации по лечебному голоданию. Чтобы голод не стал для вас слишком серьезным испытанием, постарайтесь употреблять достаточное количество жидкости – как воды, так и различных соков, отваров. Соки можно готовить из овощей: картофеля, свеклы, редьки, моркови и др.

В апреле рассмотрены четвертый канал воздействия, связанный с обменом кинетической энергией, и заболевания сердечно-сосудистой системы: гипертония и гипотония, аритмия, инфаркт миокарда, стеноз, флебит и многие другие. Я постарался как разобраться в причинах развития указанных болезней, так и предложить механизмы их излечения.

Пятый канал воздействия на организм – спектральный, и он подробно проанализирован мною в мае. Нет никаких сомнений в том, что деятельность любого органа определена спектром частот содержащихся в нем элементов. Поэтому и лечение органов (а в данном случае это будут печень и почки) нужно проводить с учетом их спектральных характеристик. Очень эффективны в мае водные процедуры, ведь спектр воды стимулирует практически весь организм.

В июне мы поговорим о биополе – шестом канале воздействия. Я расскажу о своем видении этого явления и о том, как воздействие с помощью биоэнергетического канала исцеляет недуги эндокринной системы. Особое внимание я уделю причинам и лечению сахарного диабета.

Седьмой канал – информационный. Как известно, информация воспринимается органами чувств. Об их проблемах и пойдет речь в июле. Особенно важно поговорить о зрении, поэтому я подробно остановлюсь на принципах лечения глаукомы, катаракты, отслоения сетчатки.

Наконец, восьмой канал восприятия я назвал астральным. Очень эффективно воздействие

на больные органы с помощью так называемой красной магии. В августе мы поговорим о способах лечения артрита и полиартрита, остеохондроза, подагры и других недугов.

Осень – время обострения многих хронических заболеваний. Поэтому в это время особенно важно позаботиться о своем здоровье. В сентябре я советую вам заняться соколечением, в октябре выработать для себя принципы правильного питания, в ноябре приступить к траволечению, а в последнем месяце года провести очищение организма. Так вы выстроите грамотную программу долголетия и обретете здоровье на долгие годы.

1 января

Первый канал – пищеварительный

Первый канал воздействия связан с желудочно-кишечным трактом. Человек за свою жизнь пропускает через ЖКТ около 100 тонн пищевых материалов. За счет употребления пищи он контактирует с окружающей средой. Понятно, что сама пища является в конечном счете носителем солнечной энергии, которая каким-то образом трансформируется в организме, усиливая одни органы и ослабляя другие. Не требует доказательств тот факт, что однообразная пища вредна для отдельных органов и может привести даже к смерти от истощения.

2 января

Принципы правильного питания

Диетологи говорят: старайтесь разнообразить пищу и прислушивайтесь к голосу своих органов чувств. В настоящее время в какой-то степени разработаны методики здорового питания, которые нужно отличать от диет. Диета – это способ сохранить болезнь до старости, а правила питания основаны на применении в пищу тех продуктов, которые перестраивают организм в сторону оздоровления ослабленного органа. В одном из последних разделов календаря приведены рецепты блюд, употребляя которые вы сможете сохранить свое здоровье на долгие годы.

3 января

Методика лечения желудочно-кишечного тракта

Несмотря на сложность желудочно-кишечного тракта, все же имеются довольно простые приемы его лечения. Конечно, я не могу согласиться со многими опубликованными методами лечения ЖКТ, так как они основаны, как правило, на полном незнании функциональных процессов, происходящих в нем. Мой метод также нельзя назвать полностью совершенным, но он основан на современных научных знаниях, разработан для самого себя и проверен на себе. По-видимому, все, что делается для себя, самое лучшее.

4 января

Строение ЖКТ

ЖКТ начинается с ротовой полости, далее пища проходит по пищеводу и попадает в желудок. Там она обрабатывается ферментом пепсином и соляной кислотой, белки животного происхождения расщепляются на аминокислоты. Затем мышцы желудка выдавливают часть

переработанной пищи в двенадцатиперстную кишку, в которой она будет перерабатываться щелочными ферментами, вырабатываемыми поджелудочной железой. В протоке поджелудочной железы главными ферментами для расщепления белков растительного происхождения являются трипсин и химотрипсин. Эти ферменты, проходя проток Фатерова сосочка, замешиваются с желчью, которая, несмотря на наличие желчных кислот, является щелочной. Замес желчи, трипсина и химотрипсина делает смесь особо активной, способной расщеплять даже жиры на жирные кислоты и глицерин.

5 января

Строение ЖКТ (окончание)

После двенадцатиперстной кишки пища попадает вначале в тощий кишечник, а потом в тонкий; затем после подвздошной кишки проходит клапан в виде чернильницы-непроливайки (багнеевой заслонки) и попадает в толстый кишечник, а затем в прямую кишку.

Из кишечника аминокислоты, жирные кислоты и всевозможные сахара через брыжеечную ткань и воротную вену поступают в печень. Та превращает сахара в гликоген (животный крахмал), который с белками превращается в мукополисахариды. Более кислые аминокислоты также поступают в кровь, а щелочные – в лимфу. Часть щелочных веществ попадает в лимфу непосредственно из стенок желудка, которые также обладают способностью всасывать некоторые вещества.

6 января

Сдвиговые нарушения в системе пищеварения

Желудочно-кишечный тракт представляет собой сложный биохимический механизм. Каждый участок ЖКТ имеет свое функциональное назначение. Естественно, и лечение каждого участка является отдельной задачей, а их в ЖКТ, по меньшей мере, более трех десятков.

Мною предложено лечить заболевания с помощью так называемого сдвига. Таким образом, ряд болезней будет именоваться в дальнейшем сдвиговыми нарушениями.

7 января

Причины сдвигового заболевания ЖКТ

Сдвиговое заболевание ЖКТ возникает на почве нервных потрясений. Действительно, если возникло стрессовое состояние в то время, когда в желудке белковых веществ недостаточно, то пепсин и соляная кислота будут в значительной степени расщеплять стенки желудка. Причем в это же самое время восстанавливающее действие стенок из-за стресса окажется ослаблено. Следовательно, будет наблюдаться повышенное разрушающее действие как стенок желудка (особенно в кардиальной области, где расположено сердце), так и луковицы двенадцатиперстной кишки. Повреждение последней приводит к радикальным изменениям в ЖКТ, так как при этом происходит заброс ферментов поджелудочной железы и печени в желудок. Эти ферменты начинают разъедать стенки желудка, и образуются язвы.

8 января

Сдвиг для лечения ЖКТ

Сдвиг, нормализующий работу ЖКТ, главным образом желудка, осуществляют с помощью жмыхов овощей и фруктов, полученных в соковыжималках. Жмыхи, полученные таким образом, имеют отрицательный потенциал ($pH > 7$), который сохраняется несколько недель, пока они не втянут ионизированные элементы воздуха, а сок имеет положительный потенциал ($pH < 7$). Свежие жмыхи за счет электропотенциальности на уровне порядка 10–30 электрон-вольт способны вытягивать из стенок желудка и луковицы двенадцатиперстной кишки металлы (в том числе радионуклиды и тяжелые металлы). Они способны вытягивать канцерогенные вещества и положительно заряженные свободные радикалы. Кроме того, сами жмыхи также собирают в желудке остатки жидкостей, которые мешают восстановлению стенок желудка и самой луковицы двенадцатиперстной кишки.

9 января

Прием жмыхов

Если жмыхи глотаются плохо, то их можно есть со сметаной. Жмыхи свеклы часто снижают аппетит. Это помогает быстро худеть, если вы не будете насиловать желудок избыточным питанием. Нет аппетита – не ешьте ничего, пока он не появится. Если человек страдает изжогой, то ему лучше есть жмыхи моркови.

Соки при лечении желудка и двенадцатиперстной кишки лучше не пить либо употреблять их подсоленными только перед сном.

Для снятия воспалений в желудочно-кишечном тракте необходимо принимать фермент чистотела.

10 января

Что такое ферменты по Болотову

Под ферментами я подразумеваю продукты жизнедеятельности одноклеточных, разделяя их на два взаимно противоположных класса, к которым относятся ферменты животного и растительного происхождения.

Ферменты животного происхождения образуются, как правило, в результате использования дрожжевых бактерий, а также бактерий молочных палочек. Дрожжевые бактерии извлекают из кишечника растительноядных животных, например овцы, козы, коровы, зебры, сайгака, оленя, дикого кабана, лося, изюбра и других.

11 января

Ферменты растительного происхождения

Различные дрожжевые бактерии способны перерабатывать растительные белки растений.

Так, например, всем известные дрожжи хорошо перерабатывают белки пшеницы и некоторых других злаковых растений, а дрожжи кабана способны перерабатывать белки желудей, каштанов и кукурузы. Так, хлеб из кукурузы без кабаньих дрожжей приготовить с пользой для человека просто невозможно.

Ферменты на молочных бактериях издревле применялись с лечебными целями. Так, например, коровье молоко под воздействием молочнокислых бактерий преобразуется в творожную жидкостную массу с сывороткой. Эти сывороточные бактерии при употреблении их внутрь благотворно влияют на организм.

12 января

Целебные свойства молочной сыворотки

Сыворотка, которая сейчас образуется из молока, оказывает гнетущее воздействие на человека. Когда я стал ее изучать, то понял: происходит это из-за того, что животные получают неполноценную пищу. В итоге молоко, а затем и сыворотка теряют ценные лечебные свойства. Я решил их восстановить и стал разводить молочно-сывороточные бактерии в среде, где присутствуют лекарственные растения.

Если мы возьмем молочную сыворотку, добавим в нее сахар и траву, например чистотел, то получим среду, где присутствуют ядовитые алкалоиды. В этой среде способны выживать только сильные бактерии. Особенно хорошо справляются с такой неблагоприятной средой молочные бактерии из сыворотки козьего молока. Давно замечено, что козы съедают траву чистотела с большим аппетитом. Таким образом, молочные бактерии, выведенные в неблагоприятной для слабых бактерий среде, становились весьма целебными.

13 января

Прием ферментов

Употребление в течение 1–2 недель ферментов чистотела внутрь по полстакана за полчаса до еды позволяет полностью восстановить эпителиальные поверхности как желудка, так и всего кишечника.

Замечено также, что от эпителиальных волосков кишечника отторгаются все более тяжелые металлы (это касается свинца, ртути, таллия, висмута и других металлов). Они ранее не могли проникнуть в организм из-за образования хлоридов, которые на этих металлах оказываются нерастворимыми. Часть металлов из числа радионуклидов образует с желудочными соками нерастворимые комплексы, которые застревают в эпителиальных волосках и также легко отторгаются с помощью ферментов чистотела.

14 января

Рецепт фермента чистотела

Берем 3 л молочной сыворотки, сахар для закисания, стакан сухой или свежей нарезанной травы чистотела. Траву помещаем в марлевый мешочек и с помощью грузила (камешка) погружаем ее на дно банки. Если молочная сыворотка при створаживании кислого молока перегреется, молочные бактерии погибнут; в этом случае в полученную молочную сыворотку следует добавить немного (около 1 ч. ложки) сметаны. В сметане всегда содержатся здоровые молочные бактерии. Лучше брать сметану из козьего молока. Затем собранный бульон следует хранить в теплом затененном месте. Банка покрывается только несколькими слоями марли, чтобы не заводились винные мошки.

15 января

Рецепт фермента чистотела (окончание)

В течение двух недель формируются весьма сильные особи молочнокислых бактерий. Продукты их деятельности обладают способностью обновлять и очищать поверхности, на которые они попадают.

Само по себе название «чистотел» расшифровывается как «растение, способное очищать тело», то есть поверхности тела. Причем имеются в виду не только поверхность кожи, но все поверхности в организме, включая глазные, носоглоточные, ушные, легочные, внутренние поверхности всего желудочно-кишечного тракта и другие.

16 января

Проблемы пищевода и желудка

Симптоматика проблем пищевода: болезненность при глотании, икота, запах изо рта.

Исходный растительный материал для лечения: пшеница (тесто), календула, желтушник, адонис, валериана, девясил, фиалка, малина, калина, клюква, виноград, дрок красильный.

Симптоматика проблем желудка: изжога, боли выше солнечного сплетения, белый налет на языке, запах изо рта, ощущение тяжести в желудке, остывание ног и рук, голодные боли, проглоченный кусочек вареного белка яйца выходит непереваренным, нет аппетита, мясо кажется невкусным, хочется кислого и соленого, общая слабость, порча клыков и резцовых зубов, болезненность лба, тошнота, икота.

Исходный растительный материал для лечения: рожь (отруби), крапива, капуста, подорожник, спаржа, картофель, петрушка, щавель, чистотел, сурепка, горчица.

17 января

Проблемы двенадцатиперстной кишки

Симптоматика проблем двенадцатиперстной кишки: боли в зоне солнечного сплетения и в глубине живота, отрыжка после еды, горько во рту после пробуждения от ночного сна, боли после еды, тошнота, иногда рвота желчью, белки глаз как бы налиты кровью, кровь в кале, порча коренных зубов, болезненность головы (лобовой части, поближе к вискам).

Исходный растительный материал для лечения: цикорий, осот полевой, горчак (водяной перец), мускат (орех), софора японская, сакура, фасоль, акондия, клевер, чистотел, барвинок, безвременник, одуванчик, тысячелистник, гевея, фикус, рододендрон.

18 января

Проблемы тощего кишечника

Симптоматика проблем тощего кишечника: боли ниже солнечного сплетения, метеоризм, жесткость живота, тошнота, глисты.

Исходный растительный материал для лечения: овес, турнепс, репа, редиска, брюква, морковь, абрикосы, живокость, окопник, аир.

19 января

Проблемы тонкого кишечника

Симптоматика проблем тонкого кишечника: боли ниже пупка, вздутие живота, метеоризм, глисты, порча жевательных зубов, поносы с кровью, боли ниже печени, бульканье в зоне аппендицита, боли в зоне селезенки, выход непереваренной пищи.

Исходный растительный материал для лечения: фасоль, бобы, соя, горох, чечевица, акация, клевер, люпин, мята перечная, тыква (семена), полынь (цветы), пижма, петрушка, редька, хрен, гевея, нарциссы, магнолия, сирень, сенноида, крушина, черемуха, черника, марь цельнолистная.

20 января

Проблемы толстого кишечника

Симптоматика проблем толстого кишечника: изжога, поносы со слизью и кровью, запоры, тяга к питью, качание зубов, признаки импотенции, общая слабость, тяга к сидячему образу жизни, застарелый геморрой, кал выходит в виде орешков, выход непереваренной грубой пищи, длительное время сохраняется повышенная температура тела.

Исходный растительный материал для лечения: аралия маньчжурская, элеутерококк, левзея сафлоровидная (золотой корень), мыльнянка, ревень, вьюнок, лимонник, заманиха, женьшень, калган, зубровка, зверобой, орех волошский (грецкий), жостер слабительный, крушина, миндаль, дуб (желуди), каштан (плоды), рожь (семена), полба (семена), рис (семена), гречка (семена), рябина, полпола, свекла, крушина, черемуха, черника, хвощ полевой.

21 января

Проблемы прямой кишки

Симптоматика проблем прямой кишки: геморройное кровотечение, явные признаки импотенции, запоры, зуд в прямой кишке, сильная тяга ко сну, рези и боли в брюшной полости.

Исходный растительный материал для лечения: то же, что и при лечении толстого кишечника, с добавлением маклюры, материнки (душицы), тысячелистника, марьиного корня (пиона уклоняющегося), кровохлебки, адамова корня.

22 января

Проблемы поджелудочной железы

Симптоматика проблем поджелудочной железы: боли в левом подреберье (бывают опоясывающие), сухость во рту, горят ладони рук, постоянные позывы к мочеиспусканию, ухудшение зрения (особенно правого глаза), зрачок правого глаза больше левого, часто повышается давление, ощущение «песка» в глазах, потребность быть на холоде, очень приятное ощущение после холодного купания, хочется больше горького (горчицы, цикория), запах ацетона от кожи и легких, шелушение кожи, болезненность левого виска головы и затылка.

Исходный растительный материал для лечения: тот же, что и для двенадцатиперстной кишки, а также все молочайные, ангостурская ароматическая горечь, лютик едкий, очанка, очиток едкий, галега, черника, ястребинка.

23 января

Проблемы панкреатитного протока

Симптоматика проблем панкреатитного протока: острые боли в зоне поджелудочной железы, появляющиеся после употребления мучных блюд и горячей пищи.

Исходный растительный материал для лечения: горчица, желтушник, аир, овес, рис, гречка, подсолнух (корни, цветы), марена красильная, вьюнок (масло, семена), полынь горькая, полынь цитварная, чертополох, омела дубовая.

24 января

Лечение запора

При запорах эффективны ферменты из сенны, из коры крушины, плодов бузины, черемухи, черники и омелы дубовой, а также сок алоэ древовидного (1–2 ч. ложки 3 раза в день за 30 минут до еды).

Хорошо при запорах и дисбактериозе помогает фермент из чистотела, который следует принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день, утром и вечером, за полчаса до еды. Курс лечения – 2 недели, затем перерыв на 10 дней, после этого нужно допить остальную сыворотку.

25 января

Лечение геморроя

У всех животных и у человека в зоне прямой кишки, в ягодицах, размещаются холоднотворные клетки. Если бы люди ходили без одежды, то ягодицы всегда имели бы температуру ниже температуры окружающего воздуха за счет действия собственного «холодильника». Поэтому одним из радикальных методов лечения геморроя является метод охлаждения задней части тела. Для этого берут тазик с холодной водой и садятся в него на 10–15 минут. Процедуры делают ежедневно в течение 2–3 недель.

Хорошие результаты при лечении геморроя дает введение в анус льда. Для этого берут кожаную перчатку, отрезают у нее пальцы, заполняют водой и замораживают. Затем, вместе со смазанным вазелином напальчником, вставляют в анус на то время, пока не растает лед. Поскольку кожа – плохой теплопроводник, то лед тает медленно и процедура продолжается достаточно долго. 6–7 таких процедур – и от геморроя ничего не останется.

26 января

Лечение геморроя (окончание)

Могу предложить и другие способы лечения недуга.

1. Геморрой исчезает очень быстро, если пить слабый раствор соляной кислоты (0,1–0,3 %). Вначале принимают по 1–2 ст. ложки за 10–15 минут до еды, а потом эту дозу увеличивают до полстакана.

2. Геморрой исчезает за 1–2 недели, если во время приема пищи пить 2 ст. ложки натурального желудочного сока, приобретенного в аптеке.

3. Геморрой лечится даже с помощью обычной поваренной соли. Для этого 2–3 раза в день сосут соль (по 1 г после еды). Геморрой исчезает через 1–2 недели.

4. Геморрой хорошо лечится также путем употребления ферментов на молочной сыворотке. Для этого берут полынь, аир, укроп, фенхель и некоторые другие пепсиностимулирующие растения, обычным способом готовят из них фермент и пьют по 2–4 ст. ложки перед едой.

27 января

Лечение поноса

1. Через каждые 2–3 часа в организм надо вводить поваренную соль по 1–2 г, и понос, внезапно возникший, быстро и бесследно пройдет.
2. Понос почти сразу прекращается, если выпить немного фермента чистотела (1–2 ст. ложки на 1 стакан кислого молока), фермента черемухи или фермента полыни.
3. Понос часто проходит от приема плодов черники или черемухи, рисовой каши, жмыхов картофеля, листьев дуба, осины и каштана.
4. Хорошо при поносе помогает красная рябина.

28 января

Избавление от паразитов

Глисты обнаруживаются при анализе крови. Так, выявленные сегментные частицы эозинофилы обычно характеризуют присутствие глистов, так как клетки глистов и аскарид осуществляют гликолиз сахаров без кислорода. Они это делают подобно раковым клеткам.

Анализ каловых материалов на яйца глистов подтверждает наличие или отсутствие глистов. Если яиц в кале не обнаруживают, то присутствие эозинофилов в крови характеризует наличие раковых опухолей. В любом случае необходимо применять лекарства типа декариса и левомизола. Эти препараты не дают клеткам глистов и раковым клеткам усваивать глюкозу.

29 января

Избавление от паразитов (окончание)

Борьба с паразитами заключается в резком увеличении кислотности желудочных соков в кишечнике. Желудочные соки начинают переваривать глисты, как обычное сырое мясо. Поэтому при повышении кислотности в кишечнике глисты начинают выходить из организма.

Глисты хорошо выводятся семенами цитварной полыни, наваром цветов пижмы, семечками тыквы. Если организм хорошо окислить, то никаких червей в нем не будет в принципе. Для этого применяют соленья, квашения, квасы и ферменты из подорожника, коровяка, молочая, цикория, чистотела, мяты перечной.

30 января

Нормализация веса

Избавиться от ожирения помогают горечи. Принимать их надо понемногу, не злоупотребляя, осторожно.

Употребление даже в малых количества (одной десятой грамма) сырой или сухой травы желтушника серого с цветами 3 раза в день в течение месяца снижает вес тела на 2–3 кг.

При этом значительно улучшается эластичность сосудов, укрепляется ткань сердечной мышцы, нормализуется ритм сердца, практически полностью исчезают аритмия и последствия инфаркта.

31 января

Нормализация веса (окончание)

Благодаря горечам девясила поджелудочная железа формирует весьма широкий спектр инсулинов. Они способны расщеплять большое количество сложных эфиров, то есть жиров.

Поэтому девясил также способствует похудению и оздоровлению.

Употребляйте 1 г девясила на стакан кипятка. Пейте чай перед сном, так как растение обладает потогонным свойством.

Корни аира тоже содержат горечи, избавляющие от ожирения. На стакан кипятка кладут не более 1 г аира.

1 февраля

Второй канал – дыхательный

Вторым каналом воздействия является газовый обмен через легкие. Человек пропускает через них большое количество газообразных веществ, включая кислород, азот, пары воды, ароматические вещества деревьев, растений. Только кислорода усваивается легочной тканью до нескольких миллиграммов за один вдох. Это и понятно: общая площадь легочной ткани за счет альвеол составляет около 100 м². Кроме того, легкие усваивают и пары воды, когда организм сильно обезвожен. Это дает возможность организму спастись в засуху при отсутствии питьевой воды.

2 февраля

Дыхательный канал (продолжение)

Легочная ткань поглощает также много ароматических веществ, присутствующих в воздухе. Например, на табачных плантациях заядлые курильщики не курят, так как летучих алкалоидов никотина вполне достаточно для его усвоения. Этот эффект использовали при лечении табакокурения. В городских условиях достаточно выращивать в квартире табак. Когда растение становится взрослым, оно настолько сильно излучает алкалоиды никотина, что этих паров даже от двух кустов растения оказывается достаточно, чтобы тяга к папиросе исчезла. Через 2–3 недели курильщик полностью отвыкает от курения. Потом можно выбросить растение безболезненно для курящего.

3 февраля

Дыхательный канал (окончание)

Мною обнаружено, что в легких также усваивается и азот (N_2). Считаю доказанным, что азот из молекулярного своего соединения (N_2) преобразуется в окись углерода (CO). При этом легочная ткань сильно разогревается, так как ядерное преобразование азота в окись углерода сопровождается выделением тепловой энергии в пределах до долей мэВ. Благодаря этой реакции организм обогревается в холодное время года и охлаждается в теплое время, поскольку в легком наблюдается и обратная реакция преобразования окиси углерода в молекулярный азот.

4 февраля

Лечение легких

Легкие восстанавливаются следующим образом. За час до процедуры необходимо съесть вареное легкое животного (50–100 г), а затем принять кислородную ванну с подводных массажем. После ванны нужно выпить 1 стакан кваса.

Квас. Берем 3 л воды, стакан девясила (или фиалки трехцветной, листьев эвкалипта, сосновой хвои), стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все должно бродить в кислородной среде не менее 2 недель.

5 февраля

Как снять приступ астмы

Тяжелый астматический приступ снимается противоаллергическим ферментом, который изготавливают из корня валерианы. Этот фермент в объеме 1 ст. ложки надо выпить с чаем из полыни и произвести ингаляцию им с помощью ингалятора (или пульверизатора).

Хорошо снимает приступ фермент листьев эфедры, листьев и почек смородины, листьев крапивы, цветов полыни (*Artemisia absenti*), цветов хризантемы, почек березы, почек сосны.

6 февраля

Как лечить астму

Снять приступ – еще не значит излечить болезнь. Поэтому астму надо лечить по всем правилам системы «Восемь в кубе».

В любом случае надо восстановить вначале желудочно-кишечный тракт, затем второй и третий каналы (см. ниже). А когда удастся усилить функцию надпочечников и в организме будет достаточно гормонов, тогда и болезнь отступит надолго.

Главными при лечении астмы являются потогонные процедуры, противоаллергические ферменты и потогонные квасы. После саун обязательно обтирать тело уксусными настойками девясила или шалфея, а также пить подкисленный потогонный чай из фиалки или кипрея, чередуя его с чаями эвкалипта или ферментами на эвкалипте и мать-и-мачехе.

7 февраля

Как лечить астму (окончание)

Астматикам показаны солнечные и ультрафиолетовые ванны, а также озонированный воздух. Ингаляцию ферментами чистотела надо чередовать с ингаляциями крепким солевым раствором или солевой пылью, а также пить сок черной редьки по 1–2 ст. ложки 3–4 раза в день. Для ингаляции показаны содо-солевые растворы с добавкой АТФ.

Ранней весной желательно пить проквашенный березовый сок.

При трахейных воспалениях нужно ингалироваться ферментами чистотела.

8 февраля

Народные средства при астме

1. Пейте по $\frac{1}{2}$ стакана виноградного сока 5–6 раз в день за 2 часа до еды.

2. Смешайте сок 1 $\frac{1}{2}$ лимона и 100 г натертого на терке хрена. Принимайте по 1 ч. ложке 4–5 раз в день после еды.

3. Возьмите $\frac{1}{3}$ стакана гранатового сока, добавьте $\frac{2}{3}$ стакана теплой кипяченой воды и 1 ст. ложку меда. Принимайте по 1 стакану 3 раза в день.

4. Две головки чеснока натрите на терке, отожмите сок 4 лимонов, залейте 1 л теплой воды. Настаивайте в теплом сухом месте 5–7 дней, процедите. Принимайте по 1 ст. ложке 4–5 раз в день за 30 минут до еды.

9 февраля

Потогонные средства при астме

Потогонный квас. На 3 л воды берут 1–2 стакана малины (можно использовать варенье), 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все находится в тепле и бродит в течение 10–15 дней.

Потогонный чай. В стакане воды 1–3 минуты кипятят корни багульника (1 ст. ложку) или 2 ст. ложки листьев березы. Можно использовать цветы липы или бузины.

10 февраля

Потогонные процедуры для лечения бронхита

Легочные воспаления легко излечиваются потогонными процедурами с приемом ванн, парилкой в бане и сауне, питьем чаев, квасов, ферментов из серосодержащих растений.

Каким образом происходит лечение болезни, понять несложно. Действительно, при потогонном процессе почки отдыхают и в это время усиливают свою клеточную энергетику. Одновременно усиливают свои функции и надпочечники, которые, как оказывается, после потогонных процедур увеличивают отдачу в кровь гормонов. Этим и гасятся все воспалительные процессы.

11 февраля

Лечение легочных воспалений

Для лечения легочных воспалений ставят горчичники. Горчица содержит серу; попадая в организм, она усиливает потогонный эффект и возвращает его к норме. Зная свойство горчицы, следует всегда употреблять ее в пищу, тогда шансы подхватить простуду у вас будут минимальны.

Естественно, нельзя забывать и об окислении организма квасами и ферментами.

12 февраля

Народные средства при бронхите

1. Пейте по 2 ст. ложки облепихового сока через каждые 2 часа.
2. Пейте по 1 стакану виноградного сока 4 раза в день после еды.
3. Смешайте $\frac{1}{3}$ стакана виноградного сока, $\frac{1}{3}$ стакана вишневого сока и $\frac{1}{3}$ стакана теплой кипяченой воды, растворите в напитке 1 ч. ложку меда. Пейте по 1 стакану 5–6 раз в день.

13 февраля

Народные средства при бронхите (окончание)

1. Возьмите 1 крупную чашку крепкого теплого, но не горячего чая, добавьте 2 ст. ложки меда, 2 ст. ложки лимонного сока, 6 ст. ложек облепихового сока. Пейте по 1 чашке 4 раза в день.

2. Возьмите крупную редьку, вырежьте ее середину, положите в нее 1 ч. ложку меда, оставьте на ночь в теплом месте. В течение следующего дня принимайте по 1 ч. ложке сок редьки с медом. Курс проводят в течение нескольких дней.

3. Принимайте 8–10 раз в день по 1 ст. ложке сок болгарского перца. Курс – не менее 2 недель.

14 февраля

Как избавиться от отита

Эта болезнь характеризуется резкой усиливающейся болью, понижением слуха. Уши опухают, из них течет гной, щелкает барабанная перепонка. Как быстро снять воспалительные процессы в ушах и как потом устранить последствия этих воспалительных процессов? Попробуйте воспользоваться следующими рекомендациями.

Опухоли, которые начинают возникать под ушами, останавливают свой рост, если место опухоли смазывать уксусным настоем багульника, окопника, полыни, укропа или кориандра. В уши нужно закапывать 1–2-процентный настой уксуса с чистотелом или соленую воду.

15 февраля

Как избавиться от отита (окончание)

1. На место растущей опухоли прикладывайте печеный лук с водяной грелкой.
2. Повреждения барабанной перепонки устраняются, если в ухо закапывать 2–3-процентный фермент арники, молодила или каланхоэ.
3. Больше бывайте на солнце, купайтесь в морской воде; если вы переохладились, дома обогрейтесь в ванной и оботритесь уксусом, настоящим на полыни.

16 февраля

Лечение туберкулеза легких

Фтивазид и другие официальные лекарства при туберкулезе достаточно эффективны. Но если окажется, что близко нет ни врача, ни лекарств, то спастись от туберкулеза не представляет никакой сложности и в домашних условиях. Например, я излечил своего сына от туберкулеза с кровохарканьем, когда врачи безуспешно кололи его фтивазидом и другими антибиотиками. Я использовал следующие средства.

1. Окисление ферментами девясила и мать-и-мачехи.
2. Употребление спиртового прополиса (по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды).
3. Потогонные процедуры с багульником и кислыми потогонными чаями.

17 февраля

Лечение туберкулеза легких (окончание)

1. Употребление перетертой черной редьки с медом (1: 1), настоянной в течение не менее недели, соленого сала с горчицей и хреном.
2. Применение рыбьего жира с солью: пить по 1 ст. ложке 3 раза в день и обтирать им свою грудь.
3. Ингаляции, как при астме.
4. Употребление мяса, рыбы, яиц (сырых), молочных продуктов, сыра с хреном, пельменей с перцем и уксусом, настоянным на полыни, кисляков.

18 февраля

Сокотерапия при туберкулезе

1. Принимайте 10 раз в день по 1 ст. ложке сока салата и 1 ст. ложке сока сладкого болгарского перца. Курс длится не менее 2 месяцев.

2. Пейте 3 раза в день смесь $\frac{1}{4}$ стакана топинамбура и $\frac{1}{4}$ стакана сока редиса. Курс продолжается не менее 2 месяцев.

19 февраля

Потеря голоса, хрипота

Голос восстанавливается очень быстро, если делать ингаляции горла уксусным настоем арники.

Настой арники. В $\frac{1}{2}$ л 9-процентного уксуса всыпают $\frac{1}{2}$ стакана травы арники. Все настаивается не менее 5–10 часов. Необходимо одновременно с ингаляциями к горлу в зоне голосовых связок приложить теплый вареный лук, обвязать повязкой и положить водяную грелку.

В рацион надо вводить сырые яйца с хлебом и маслом. Этот рецепт помогает усилить голос певцам и артистам. Кроме того, желательно провести курс потогонных процедур.

20 февраля

Можно ли вылечить храп

Люди храпят во сне в любом возрасте. Особенно громко храпят спящие на спине. От такого храпа легко избавиться, если спящего повернуть набок.

Однако лечить от храпа не так уж просто, так как храп очень часто связан со многими нарушениями в организме. Одно из них – это повышенное кровяное давление и опущение голосовых связок. Они препятствуют выходу из глотки воздуха и создают всевозможные звуки.

21 февраля

Лечение храпа с помощью гипноза

Лечение храпа удастся с помощью гипноза. Так, в гипнотическом сне больному предлагают изобразить его собственный храп во время обычного сна. Когда у усыпленного это получается, то ему предлагают прекратить храп и запомнить это состояние, то есть состояние сна без храпа. Как правило, после сеанса гипноза храп исчезает навсегда. Храп можно лечить и занятиями спортом. Храп исчезает, если человек участвует в туристических походах, лыжных прогулках, ездит на велосипеде, купается в море, реке, озере.

22 февраля

Другие способы избавления от храпа

Храп проходит и от потогонных процедур (бань, саун) с питьем потогонных чаев. Храп лечится, кроме того, употреблением острой мясной, рыбной и молочной пищи и уксусных настоев растений семейства аралиевых (к ним относятся аралия маньчжурская, элеутерококк, левзея сафлоровидная, заманиха, лимонник, женьшень), а также калгана, зубровки, зверобоя, кипрея, девясила.

Пантокрин (содержит рога изюбра, пятнистого оленя или марала) также хорошо помогает при храпе (надо его пить по 3–5 капель перед сном).

23 февраля

Принципы приема водных процедур

Когда вы принимаете ванну, обязательно не только мыться с мылом, но и растирать тело жесткой мочалкой. Именно эта процедура должна привести к удалению с кожи слоя отмерших клеток и жировой смазки, только после этого полностью открываются поры кожи и начинается активное потоотделение. Точно так же это касается и мытья тела в русской бане. Старайтесь не пользоваться мочалками, щетками, губками из синтетических материалов.

24 февраля

Принципы приема водных процедур (продолжение)

После мытья с мылом ванну необходимо снова наполнить чистой водой и влить в нее заранее приготовленный настой трав. Как правило, температура такой очищающей ванны составляет 36–39 °С, но возможны ее изменения в ту или другую сторону в зависимости от вашего желания и состояния здоровья. Лежать в настое нужно 10–15 минут. После такой ванны не нужно обливаться чистой водой. Активные вещества трав должны остаться на коже – тогда их лечебное действие продлится. Такие ванны принимают 2–3 раза в неделю до наступления терапевтического эффекта.

25 февраля

Принципы приема водных процедур (окончание)

Обычно, чтобы приготовить отвар растения для большой ванны, нужно взять 700 г, а на более низкую ванну – 500 г высушенных и измельченных трав либо по 2,5–3 кг измельченных свежих растений. Положить эти травы в большое ведро, залить водой и довести до кипения. После этого их настаивают 40–60 минут. Затем, закрыв ведро марлей, отфильтровывают настой, сливая его в ванну. Для детей концентрация настоя в ванночке должна быть вдвое меньше, чем для взрослых. А так как сама детская ванночка в 5–10 раз меньше взрослой, то травы требуется в 10–20 раз меньше, чем на большую ванну для взрослого.

26 февраля

Какие травы подходят для водных процедур

Для приготовления ванн можно приобрести травы в аптеке, но лучше всего необходимые травы заготавливать заранее всей семьей в лесу или поле.

Для ванн можно собирать грубые части лекарственных растений, то есть всю наземную часть травы, а также употреблять молодые ветки, кору, корни облепихи, ивы, малины, черной смородины, шиповника, барбариса, боярышника, а также листья березы, липовый цвет, хвою сосны, ели, кедра, пихты, почки деревьев и т. п.

Травяные ванны – великолепное природное средство очищения. Они также укрепляют здоровье, повышают защитные силы организма. Ну и конечно, очень важно, что многие из этих ванн еще и помогут вам в лечении ваших заболеваний.

27 февраля

Противопоказания к проведению ванн

Вот перечень болезней, с которыми нельзя принимать эти процедуры. Это любое острое заболевание, а также повышенное спинномозговое давление, отек мозга, открытый туберкулез легких, обширная пневмония, миокардит, инфаркт миокарда, коронариты, гипертония, острые флебиты, цирроз печени и трофические язвы.

Проводить травяные процедуры можно только в эмалированных ваннах, пластмассовые и оцинкованные для этого непригодны.

28 февраля

Противопоказания к проведению ванн (окончание)

Нельзя принимать лечебные ванны сразу после еды (можно спустя час-полтора). Лучше принимать ванну рано утром или вечером. Если вы принимаете ванну перед сном, то необходимо применять травы, снимающие напряжение, успокаивающие.

При приготовлении настоя для лечебных ванн надо точно выполнять рецептурные дозировки и рекомендации.

1 марта

Покровный канал

Третий канал обмена веществ определен кожно-волосным покровом. Через кожу организм частично дышит, усваивая до нескольких процентов кислорода и других летучих веществ. Через кожу поступают также пары воды и эфиры.

Кожа способна испарять до 3–4 кг жидкостей во время потогонного процесса. Примерно столько же она способна и потреблять в то время, когда организм сильно обезвожен. Через кожу можно как вывести, так и ввести много необходимых веществ для лечения и оздоровления организма.

2 марта

Использование покровного канала при лечении заболеваний

При циррозе печени канал обмена питательных веществ через кожу является основным. При асцитах лечение также становится возможным, если кормление больного будет осуществляться через кожу. Через нее можно вводить лекарственные вещества и выводить вещества, вредные для организма.

Особенно важно пользоваться этим каналом при гипертонии. Действительно, без применения гемитона, адельфа и других сосудорасширяющих средств можно снять давление путем потения, то есть выведения вредных для организма веществ с потом. Для этого достаточно обогреть кожу и обработать ее специальными растворами, усиливающими потливость.

3 марта

Использование покровного канала при лечении заболеваний (окончание)

Если обтереть кожу чаем из багульника, то усиливается потоотделение. Конечно, тело предварительно должны быть разогрето, например, в парилке или сауне. Хорошо стимулирует потение обработка кожи березовым веником, предварительно обогретым на сильном пару. Если стены сауны внутри обшиты липовыми досками, то это значительно стимулирует потогонный процесс, поскольку в экстрактах липы есть серосодержащие вещества. Таким образом, рациональное использование парилок позволяет снижать давление крови до оптимального уровня.

4 марта

Проблемы кожи ладоней рук и ступней ног

Симптоматика при проблемах кожи рук: растрескивание кожи, мозоли, водяные пузырьки, пеллагра.

Исходный растительный материал для лечения: алоэ, каланхоэ, агава, виноград, заячья капуста, бузина, горчица, безвременник, кактус.

Симптоматика при проблемах кожи ног: растрескивание кожи, мозоли, водяные пузырьки, пеллагра, облитерирующий эндартериит, шелушение, эпидермофития, темные кровяные пятна (высокая нервная возбудимость).

Исходный растительный материал для лечения: алоэ, каланхоэ, агава, виноград, заячья капуста, бузина, горчица, безвременник, кактус, гевея, дуб (листья).

5 марта

Проблемы кожи спины

Симптоматика при проблемах кожи спины: лишай, сухость кожи, чирьи, фурункулы, карбункулы, пузырьчатка, угри, пигментные пятна, витилиго.

Исходный растительный материал для лечения: алоэ, каланхоэ, агава, виноград, заячья капуста, бузина, горчица, безвременник, кактус, береза (листья), липа (листья), сосна (хвоя), эфедра, эвкалипт, коровяк, вербейник, зубатка большая.

6 марта

Проблемы кожи лица, головы и шеи

Симптоматика при проблемах кожи лица, головы и шеи: лишай, сухость кожи, чирьи, фурункулы, карбункулы, пузырчатка, угри, пигментные пятна, витилиго, облысение, седина, морщины, синева под глазами (ослаблена перистальтика сосудов, нарушены обменные процессы).

Исходный растительный материал для лечения: алоэ, каланхоэ, агава, виноград, заячья капуста, бузина, горчица, безвременник, кактус, береза (листья), липа (листья), сосна (хвоя), эфедра, эвкалипт, коровяк, вербейник, зубатка большая, фиалка, ромашка, кипрей, огурец, лилия, редька черная, береза (деготь), лен, хна, лопух (корни).

7 марта

Проблемы кожи груди и живота

Симптоматика при проблемах кожи груди и живота: лишай, сухость кожи, чирьи, фурункулы, карбункулы, пузырчатка, угри, пигментные пятна, витилиго, системная волчанка, самообразующиеся рубцы.

Исходный растительный материал для лечения: алоэ, каланхоэ, агава, виноград, заячья капуста, бузина, горчица, безвременник, кактус, береза (листья), липа (листья), сосна (хвоя), эфедра, эвкалипт, коровяк, вербейник, зубатка большая, малина, калина, клюква, фиалка, кипрей, мать-и-мачеха, шалфей, перец, белладонна, красавка, просвирник, ясенец.

8 марта

Проблемы кожи ягодиц

Симптоматика при проблемах кожи ягодиц: лишай, сухость кожи, чирьи, фурункулы, карбункулы, пузырьчатка, угри, пигментные пятна, витилиго, парапроктит.

Исходный растительный материал для лечения: алоэ, каланхоэ, агава, виноград, заячья капуста, бузина, горчица, безвременник, кактус, береза (листья), липа (листья), сосна (хвоя), эфедра, эвкалипт, коровяк, вербейник, большая зубатка, донник, овес, геморройная трава, земляная груша.

9 марта

Лечение глиной

С древних времен люди уже знали, что в глине не бывает заразы. Нынче мы говорим, что в ней нет бактерий. Кроме того, она поглощает вокруг себя жидкие и газообразные яды, запахи, газы и убивает болезнетворные микробы. Если голову мыть глинистой водой (разбалтывать в воде немного глины), то перхоть исчезает, и это способствует хорошему росту волос, а заодно и экономии на импортных шампунях. Если глину развести водой, положить эту кашицу на тряпочку и натереть зубы, то десны перестают кровоточить, а с зубов сходит желтый налет. О косметических свойствах глины знают многие, но упомянуть об этом стоит хотя бы потому, что действие глиняной маски тоже основано на очищающих свойствах.

10 марта

Глиняная маска

Глину разводим до густоты сметаны и наносим тонким слоем на лицо, потом (через 20 минут) смываем теплой, затем холодной водой. После этих процедур кожа приобретает приятный цвет, разглаживаются морщины, исчезают прыщи и угри, светлеют веснушки. Маска из глины становится более питательной, если добавить в нее сок огурцов, томатов, лимонов или клюквы. Глина бывает: белая, серая, зеленая, голубая, желтая, красная, коричневая. В профессиональной медицине применяют только порошок белой глины, а в народной – непременно ту, которая залегает в местах, где живет больной человек, а не привозную. Для лечения выбирают глину без песка, рассыпчатую, согретую солнцем, вблизи водоемов, но подальше от производств и населенных пунктов.

11 марта

Какую глину лучше всего использовать

Лучший способ проверить качество глины – вылепить из нее баранку, и если она не растрескается при высыхании, глина годится. Размешивают глину деревянной ложкой или палочкой. Хранят глину, предназначенную для лечения, в открытой стеклянной или деревянной, фарфоровой посуде (в металлической нельзя). Держат глину под навесом, на чердаке, но главное – в стороне от возможных загрязнений. Поздней осенью и ранней весной глину просушивают на солнце. Перед лечением советую поддержать ее некоторое время на солнце, а затем разбавить талой водой или чистой родниковой.

12 марта

Примочки с глиной

На опухоли, язвы с нарывами, места, пораженные экземой и другими кожными заболеваниями, глину лучше прикладывать без салфетки, не боясь инфекции, так как глина обладает антибактериальными свойствами. А снять глину нужно до того, как она окончательно высохнет, после чего промыть больное место. Примочки продолжать до полного выздоровления. Язва закрывается не сразу, потому что глина должна впитать токсины и грязь из всего организма.

Лишь после полного очищения организма рана зарубцуется. Об этой неспешности натурального лечения нужно твердо помнить, а иначе неоправданные ожидания чудесного исцеления приведут к разочарованию, которое уже по-настоящему задержит выздоровление.

13 марта

Как правильно приготовить примочку

Прежде всего приготовим льняную, хлопчатобумажную или шерстяную ткань, удобно сложим и расправим на столе. Рукой или деревянной лопаткой зачерпнем готовую массу и разложим на ткани. Слой глины должен быть шире, чем больное место, а толщина 2–3 см. Что касается вязкости глины, то ее нужно сделать такой, чтобы она не текла. Поверхность глины нужно сделать достаточно гладкой, чтобы она плотно прилегала к телу. Если примочку ставят на волосистую часть тела, то этот участок кожи нужно либо тщательно выбрить, а если не хочется, то покрыть более широкой салфеткой, тогда примочку удастся снять без боли. Перед наложением примочки больное место необходимо протереть мокрой салфеткой. Если это язва, ее нужно промыть свежей теплой водой.

14 марта

Как правильно приготовить примочку (окончание)

Итак, приготовленную примочку накладываем на больное место и добиваемся того, чтобы она плотно прилегала. Можно закрепить примочку бинтом, а сверху накрыть шерстяной материей. Туго затягивать бинт не стоит, чтобы не нарушать кровообращение. Это важно еще и потому, что система кровообращения принимает самое активное участие в целительной работе глины.

Снимается примочка в обратной последовательности: сначала убираем верхнюю шерстяную ткань, затем разбинтовываем повязку и одним движением снимаем примочку. Больное место промываем теплой водой, оставшиеся на теле кусочки глины снимаем ватным тампоном. Использованную глину следует закопать и ни в коем случае больше не использовать. По крайней мере, несколько сотен лет. Материю, которой покрывали больное место, обязательно тщательно стираем и сушим на солнце.

15 марта

Ванны на глиняной воде

Очень полезны неполные ванны на глиняной воде. Устроить их просто: нужно всего лишь 20–30 минут подержать кисти рук или подошвы ног полностью погруженными в сосуд, наполненный жидким раствором глины. Его можно использовать 2–3 раза.

Очищение рук и стоп я считаю особенно важным, ведь именно в этих местах расположены биологически активные точки, и, подвергая их очистительным процедурам, мы словно бы готовим организм к обновлению. Кстати, это и усталость снимает превосходно. Напоминаю: глиняный раствор нужно предварительно подержать на солнце. А можно и плеснуть в него кое-какие добавки. Отвары и настои прекрасно сочетаются с глинолечением.

16 марта

Массажные глиняные растирания

Массажные растирания делают с помощью глиняной воды. Для этого на руки надеваются мягкие шерстяные или хлопчатобумажные перчатки, опускают в заранее приготовленный глиняный раствор и ждут, когда перчатки хорошенько пропитаются глиняной водой. Затем надо проделать массажное воздействие. Как только вы заметите, что ваши массажные приспособления (перчатки) начали подсыхать, их необходимо снова намочить в глиняном растворе.

Приготовление раствора. Порошок глины засыпаем в эмалированный таз или обожженный глиняный сосуд. Затем заливаем свежей чистой водой так, чтобы вода покрывала глину полностью. Даем постоять несколько часов, чтобы глина набрала влаги, размешиваем твердые комочки. Масса должна быть однородной, без комков, напоминать мастику, не должна течь. Сосуд с глиной желательно чаще и дольше держать на солнце, свежем воздухе и свету. По мере необходимости раствор слегка разбавляем водой до нужной консистенции. Такой готовый к употреблению раствор может сохраняться неограниченное время. Только его нужно чаще выставлять на солнце.

17 марта

Соколечение при заболеваниях кожи

1. Пейте 3 раза в день натощак по $\frac{1}{2}$ стакана картофельного сока с добавлением 1 ст. ложки сока болгарского перца. Перед сном надо выпить 1 стакан огуречного сока. Курс должен продолжаться не менее 3 недель.
2. Пейте 4 раза в день по $\frac{1}{4}$ стакана морковного сока.
3. За 40 минут до обеда нужно выпить $\frac{1}{2}$ стакана картофельного сока. Курс длится не менее 2 недель.

18 марта

Несколько слов о голодании

Голодание – один из способов очищения покровного канала. Я бы советовал методом осторожных проб подобрать для себя наилучший способ чистки. Обидно было бы отказаться от такого эффективного средства только потому, что сам метод кажется непривычным, а кому-то и опасным. Некоторые люди боятся не устоять перед искушением. Основания для этого есть: члены семьи, сослуживцы, соседи – никто из них не будет ограничивать себя в пище только для того, чтобы вам было полегче переносить свой аскетический иску, и соблазнительные запахи, и разговоры о еде будут преследовать вас. А в случае неудачи начинать снова гораздо труднее. Однако здесь придет на помощь нехитрый, но надежный способ борьбы с аппетитом – разумно подобранное питье, которое может подавить нежелательные, даже тягостные, ощущения, вызванные голоданием.

19 марта

Короткие голодания

Однодневные голодания рекомендуются всем, и женщинам, и мужчинам, причем в любом возрасте – это хорошая разгрузка желудочно-кишечного тракта. Один день в неделю без еды, на одной только кипяченой воде или ином разумно подобранном виде питья, у многих часто становится потребностью.

Однодневно-трехдневные голодания помогают очистить желудочно-кишечный тракт, а длительные голодания (до 10 дней) оздоравливают организм уже за счет переваривания жиров и старых, больных клеток. Отсюда и результат: улучшается кожа и заживают язвы.

Голодание включает систему самоочистки, и по истечении этого испытания человек как будто молодеет. Удивительно, но голодание часто помогает худым людям начать поправляться – во время голодания нормализуется обмен веществ, и по окончании голодания у худышки заметно улучшается пищеварение и усвоение питательных веществ.

20 марта

Трехдневное голодание на воде

Накануне голодания ешьте немного, вечером – фруктовый салат. Пить можно по желанию. Очень важно правильно закончить даже наше короткое (2–3 дня) голодание. Делается это так.

Съешьте яблоко или другой сладкий фрукт, тщательно его пережевывая. Во время следующего приема пищи съешьте тарелку супа из свежих овощей (без соли и специй) или овощное пюре. В 1-й день следует выпить обычное для вас количество воды. И еще одно важное замечание. Мясо нельзя есть столько дней, сколько вы голодали.

21 марта

Трехдневное голодание на воде (окончание)

Утром в 1-й день голодания выпейте небольшими глотками стакан теплой воды с несколькими каплями лимонного сока. Затем каждые 2 часа медленно выпивайте стакан горячей или холодной воды с несколькими каплями лимонного сока. За день нужно выпить не меньше 2–4 л воды.

На 2-й день пейте столько же воды. А в 17:00–18:00 3-го дня, несмотря на отсутствие аппетита, съешьте протертое свежее или печеное яблоко или тарелку жидкого овощного отвара. Ешьте очень медленно, тщательно прожевывая пищу.

22 марта

Голодание на овощном отваре

Как проснулись, сразу выпили стакан теплого травяного чая (например, из мяты, ромашки, красного клевера или шиповника). 9:00–10:00 – стакан свежеприготовленного сока (разведенного водой 1: 1). 13:00 – выпейте стакан овощного отвара (см. ниже). 16:00 – стакан травяного чая. 19:00 – стакан разведенного водой овощного сока.

Жажду можно утолять чистой подогретой водой. Общий объем жидкости, выпиваемой за 24 часа, должен составлять 1–2 л.

23 марта

Голодание на овощном отваре (окончание)

Завершая голодание, можно съесть какой-нибудь фрукт или тарелку овощного супа или пюре.

Овощной отвар. 2 большие мелко нарезанные картофелины, 1 стакан протертой на терке моркови, 1 стакан протертого сельдерея или любого другого овоща, например петрушки, ботвы свеклы или репы, либо всего понемногу. Ингредиенты кладем в кастрюлю из нержавеющей стали и заливаем 1,7 л воды. Доводим до кипения и варим в течение 30 минут. Потом жидкость сливаем и, немного остудив, подаем на стол. Хранить получившийся отвар следует в холодильнике, перед употреблением разогревать.

24 марта

Соляное голодание

Прекрасный метод очищения организма – соляное голодание. При этом голодании используется обычная соль (хотя лучше брать морскую или горькую).

В 1-й день выпейте стакан теплой воды с 1 ч. ложкой соли (с утра), остаток дня пейте только теплую воду с долькой лимона и небольшим количеством меда или овощной отвар.

На 2-й день с утра – опять соль, затем в течение дня – фруктовые соки, овощной отвар и на ночь подсушенный хлеб.

25 марта

Соляное голодание (окончание)

На 3-й день можно съесть запеченную картофелину, но пить не разрешается до 18:00. В 18:00 и в 21:00 – стакан фруктового сока.

По прошествии первых 3 дней рацион пополняется овощными салатами, фруктами. Такой режим питания соблюдается несколько дней. После чего вы можете переходить на свое обычное питание.

26 марта

Какую воду надо пить

Всем известно, что человеческое тело – это прежде всего вода, и по важности с ней не сравнится никакая другая жидкость в нашем организме. У эмбриона вода составляет 90 % от веса тела. У взрослого – 73 %, за вычетом жира. Чем старше человек, тем суше его тело. Вообще царь природы, как это ни смешно, состоит из воды на две трети или даже на три четверти. Без этой универсальной среды, в которой протекают все биологические процессы, жизнь невозможна.

Какими же путями попадает вода в человеческий организм? Ну, прежде всего, конечно, из продовольствия, во-вторых, из напитков, и, в последнюю очередь, – в результате химических реакций окисления, таких как расщепление жиров, дающих ничтожную часть воды, о которой, однако, тоже забывать не следует.

27 марта

Норма приема жидкостей

Ежедневно следует выпивать от шести до восьми стаканов воды, и это сверх всех других жидкостей. Вода должна быть выпита до и после еды, что обеспечит не только надлежащее пищеварение, но также поможет промыть почки, смывая мочевые осадки. Само собой разумеется, чем чище вода, тем лучше. И если в деревне родник или колодец дают достаточно чистую воду, то в городах нужно либо обзавестись системой домашнего фильтрации водопроводной воды либо покупать очищенную воду в магазине. И кажется, других путей нет.

Наилучшим напитком для всего живого останется чистая вода. Кроме того, для больных и ослабленных людей рекомендуются травяные чаи, обладающие целебными свойствами.

28 марта

Целебные соки

Фруктовые и овощные соки занимают промежуточное положение между пищей и напитками. Они вкусны, полезны, прекрасно освежают. Их можно пить в качестве завтрака или полдника либо примерно за час до еды (или спустя 2–3 и более часов после еды). Соки – прекрасный вариант питания для выхода из голодания. Если же постоянно пить соки между приемами пищи, то желудок не будет отдыхать, так как они все же требуют некоторого переваривания. А постоянная, без перерыва, работа желудка приводит к несварению, гастритам и другим нарушениям, которые, кроме всего прочего, чреватые накоплением шлаков.

Овощные соки в отличие от фруктовых можно пить непосредственно перед едой и после еды. Полезнее, однако, принимать их за 15–20 минут до твердой пищи, а проще говоря – перед ужином. Что же касается лимонадов и морсов загадочного происхождения, жидкостей вроде «Фанты», «Пепси-колы» и им подобных, то это все коктейли из токсинов и прямой путь ко многим болезням. К вредным напиткам относятся также кисели и молочные коктейли с сахаром или сиропом. Нормальные домашние компоты из фруктов или сухофруктов можно есть как отдельную пищу, например на полдник.

29 марта

Правила приема жидкостей

Обязательно пить сразу после пробуждения, вечером, перед сном и в течение дня за полчаса до еды примерно по стакану каждый раз. Разумеется, если за 30–40 минут до еды вы съедаете пару яблок или выпиваете стакан сока, то воду можно и не пить либо выпить раньше – уж это как понравится.

Со временем очищенный и здоровый человек приобретает чувство воды, он просто знает, когда и сколько ее нужно. Но пока этот инстинкт еще не развился, лучше пить больше, чем меньше. Исключения здесь бывают только при некоторых нарушениях водно-солевого обмена, например, у беременных. Здоровый человек в состоянии одинаково легко не пить весь день или выпивать по несколько литров, но больной обычно не может много пить (а в некоторых случаях – мало пить). А как раз им вода особенно нужна (или не нужна).

30 марта

Минеральная вода

Минеральные воды, собственно, не относятся к напиткам. Это целебные средства, обладающие различным действием и имеющие свои показания и противопоказания. Исключением, пожалуй, являются столовые минеральные воды, которые можно пить достаточно часто, например боржоми.

Правильный подбор минеральной воды – дело довольно тонкое, ведь надо учесть многие особенности организма. Здесь важно не только выбрать нужную воду, но и назначить правильную дозировку и определить способ лечения: до еды, после еды, в холодном или в теплом виде и т. д. В литре минералки может содержаться более 10 г минеральных солей, и просто так пить воду, не зная, на что она влияет, систематически, не стоит. Впрочем, достаточно чуткий организм сам подскажет, нужна ему минеральная вода или нет, а нанести себе вред, подбирая минеральную воду опытным путем, вряд ли удастся.

31 марта

Травяной чай

Вкусный чай можно заварить из листьев смородины, малины, вишни, земляники, брусники, крыжовника, иван-чая, цветов липы, мяты, душицы, мелиссы и др. Можно воспользоваться каким-нибудь одним растением (изумительный вкус дает смородина) или несколькими. Зеленые листья доводят до кипения и затем настаивают не менее 20 минут. Сухие листья желательно измельчить, тогда их можно заварить, как обычный чай (лучше не в маленьком заварочном чайнике, а в большом, получая сразу готовый напиток).

Сборы заваривают, как обычный чай, только настаивать их следует подольше. Травы можно смешивать в разных пропорциях с зеленым или черным чаем, вкус от этого только выигрывает.

1 апреля

Четвертый канал – энергокинетический

Четвертый канал обмена – канал обмена кинетической энергией. Под этим каналом я подразумеваю воздействия на организм различных гимнастических и дыхательных упражнений, массажей и т. п.

Чтобы осмыслить этот канал, представим себе человеческую сердечно-сосудистую систему. Если все сосуды организма соединить последовательно, то получится трубопровод длиной в десятки тысяч километров. Спрашивается, способно ли наше сердце прокачивать кровь по такой протяженной магистрали? Конечно, такая работа не под силу никакому насосу, в том числе и нашему сердцу. Тогда каким же образом прокачивается по органам кровь? Ответ прост: кровь по сосудам прокачивается за счет сосудистой перистальтики.

2 апреля

Энергокинетический канал (продолжение)

Другими словами, кровь перемещается вдоль сосудов за счет движущейся вдоль сосудов волны сжатия и разрежения, подобно той, что существует в кишечнике. Причем одновременно движутся сразу две встречные волны: одна волна гонит артериальную кровь, а другая волна – венозную. Зная законы сложения волн, бегущих навстречу друг другу, можно определить, что эти волны для внешнего наблюдателя будут казаться стоячими, то есть существующими без всякого движения. Но в действительности две встречные волны всегда существуют, а нам они представляются в виде пульсаций.

Таким образом, мы замечаем, что всякое мышечное сокращение неминуемо приводит к перекачке крови сразу в двух направлениях. Точно так же и всякое механическое воздействие на мышцы (гимнастические упражнения, дыхательные упражнения, массажи, гимнастика йогов, всевозможные виды борьбы, бег, плавание, игры) заставляет кровь двигаться сразу в двух направлениях.

3 апреля

Энергокинетический канал (окончание)

В результате облегчается нагрузка на сердце, поскольку кровь перемещается ко всем жизненно важным органам, и, следовательно, каждый орган будет получать необходимые вещества.

Не должно вызывать сомнения, что всякая кинетика мышц идет на пользу организму. Остается только разработать методики, с помощью которых можно было бы оздоравливать отдельные органы и в конечном счете весь организм. Здесь могут помочь оздоровительные методики, такие как гимнастика Стрельниковой, дыхательная система Бутейко, лечение по системе йогов и тому подобное.

4 апреля

Проблемы сердца

Симптоматика проблем сердца: боль (ноющая) в области сердца, боли под левой лопаткой, боли в левой руке, сильное покраснение нижних век глаз, красная ладонь, затруднения при ходьбе в гору и беге, одышка, шумы в области сердца, трудно спать на левом боку, тяга к виноградному вину, соку и меду, болезненность макушечной части головы, под глазами размытая синева, лицо имеет непривлекательный вид, на ладонях красная кожа с мелкими белыми пятнами.

Исходный растительный материал для лечения: адонис, желтушник, пустырник, ландыш, купена, наперстянка, строфант, аир, виноград, шалфей, валериана, барвинок малый, крапива, лопух, безвременник, лук, чеснок, вязель, дымянка.

5 апреля

Проблемы малого круга кровообращения

Симптоматика проблем малого круга кровообращения: головокружение при резких движениях после сидения, учащение пульса после еды, красный цвет шеи, боли в макушке головы, сильное потение головы, гипоксия, кашель, пониженное давление, синие губы.

Исходный растительный материал: календула, морская капуста, девясил, чеснок, лук, хмель, пшеница (солод, пиво), паслен черный, каштан.

6 апреля

Проблемы большого круга кровообращения

Симптоматика проблем большого круга кровообращения: появление вздутий на веках, склероз нижних конечностей, трофические язвы, мозоли, остывание конечностей, трещины кожи на конечностях (пеллагра), сильная усталость при ходьбе, боли в околозатылочной части головы, отечность.

Исходный растительный материал: донник, морская капуста, редька, шиповник (корни), ежевика, калган, лапчатка прямостоячая, лимонник, женьшень, левзея сафлоровидная, каштан.

7 апреля

Лечение болезней сердца

При болезнях сердца (одышке и других явлениях) можно рекомендовать следующие укрепляющие процедуры.

За час до посещения парилки или сауны съедают 50–100 г вареного сердца животного. За 15 минут до входа в парилку пьют сердечный квас. После парилки необходимо провести массаж тела с целью улучшения кровоснабжения органов и конечностей. Во время массажа сердце частично отдыхает.

Сердечный квас. В 3 л воды кладут 1 стакан серого желтушника (или адониса, ландыша, наперстянки, строфанта, шалфея), 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит не менее 2 недель. Квас пьют по ½ стакана.

8 апреля

Лечение болезней сердца (окончание)

Наличие микроэлементов, поступивших от съеденной порции сердца животного, помогает быстрому наращиванию сердечной ткани. 10–20 подобных процедур значительно улучшают сердечную деятельность. Практически можно добиться того, что нарушения работы сердца будут полностью устранены вне зависимости от возраста.

Ежедневно необходимо употреблять по 0,1 г порошка травы серого желтушника. Горечь этого растения стимулирует работу поджелудочной железы по выработке инсулина, который, расщепляя сахара, обеспечивает выработку адреналина и питание сердца. Избегайте употреблять растительные жиры. Помните, что растительные жиры легко окисляются и превращаются в олифу. Олифа же является ядом не только для почек и печени, но и для всей сердечно-сосудистой системы.

9 апреля

Виды гипертонии

При некоторых нарушениях в организме кровяное давление значительно возрастает и доходит до рекордных значений 300/250.

Гипертония возникает по многим причинам, но чаще всего встречаются три вида: а) кишечная;

б) почечная;

в) сосудисто-мембранная. Первый вид гипертонии возникает за счет повреждений эпителиальных клеток кишечника, заведующих всасыванием, и поэтому он гонит в печень без контроля почти все жидкости, какие в нем имеются. Характерным признаком этой гипертонии являются сильные запоры или поносы.

10 апреля

Лечение первого вида гипертонии

Для избавления от первого вида гипертонии необходимо устранить все дефекты кишечника, особенно толстого и тонкого. Надо помнить, что кишечная гипертония возникает за счет нарушений свойств эпителиальных клеток толстого и тонкого кишечника, как и сахарный диабет при здоровой поджелудочной железе может возникнуть за счет эпителиальных клеток двенадцатиперстной кишки. Способ лечения такой гипертонии следующий:

1. Готовят жмыхи из картофеля или рябины черной и глотают их по 2–4 ст. ложки, а сок пьют после еды.
2. Едят ржаное дрожжевое тесто через 30–40 минут после еды.
3. Принимают ферменты из пшена или свеклы, омелы дубовой, цветов липы, сенны, коры крушины.
4. Пьют квас из бузины, малины, клюквы, калины.
5. Проходят курс потогонных процедур.
6. Едят квашения из свеклы и пшенную кашу.

11 апреля

Лечение второго и третьего видов гипертонии

Для сброса давления откажитесь от применения химических препаратов (гемитона, адельфана).

Гипертония почечная излечивается путем лечения почек.

Лечение сосудисто-мембранной гипертонии основано на восстановлении функций сосудов и клеточных мембран путем освобождения сосудов от солей и старых клеток.

12 апреля

Причины и лечение гипотонии

У многих как будто здоровых людей систематически наблюдается понижение давления крови (110/70, 100/60, а иногда и еще меньше). Причиной этого является низкий коэффициент полезного действия желудочно-кишечного тракта из-за взаимной нейтрализации кислых желудочных соков и щелочных веществ двенадцатиперстной кишки. Поэтому, если восстановить клапан луковицы двенадцатиперстной кишки и потренировать организм, то давление вернется к норме.

Клапан восстанавливается жмыхами. Кроме них хорошо нормализуют давление ферменты из аралии маньчжурской, родиолы розовой, калгана, земляники, аира, девясила, а также квасы из винограда, вишни, зубровки, зверобоя, алоэ. При гипотонии надо есть сало, яйца, морскую капусту и мясные блюда.

13 апреля

Избавление от сердечной аритмии

Явление аритмии может возникнуть неожиданно и так же неожиданно может и окончиться. Для борьбы с этим явлением я рекомендую следующую методику: 1. Восстановите свой желудочно-кишечный тракт. В качестве жмыхов используйте редьку, морковь, капусту. Соки перебродите, а потом пейте в виде кваса.

2. Поднимите солевой баланс и начните употреблять морскую капусту.

3. Приготовьте ферменты на адонисе (или желтушнике, ландыше, наперстянке, строфанте, пустырнике, валериане, аире) и пейте их 2–3 раза в день за 15 минут до еды.

4. Приготовьте квас из винограда (или черники, земляники, малины, шелковицы) и пейте их без нормы через час после еды.

14 апреля

Избавление от сердечной аритмии (окончание)

1. Через месяц после употребления ферментов и квасов займитесь потогонными процедурами. В сауну берите чай из шиповника, подкисленный яблочным уксусом и подслащенный медом; в сауне обязательно надо делать массаж.

2. Перестаньте пить алкогольные напитки и курить, а также не прикасайтесь к растительному маслу. Лучше ешьте орехи, в которых масла достаточно.

3. Массаж тела и длительная прогулка по лесу (зимой – на лыжах) сделают ваше сердце здоровым.

Кроме кислых яблок и капусты вам надо помнить о меде, научиться готовить в кислом виде свеклу, горох, овес, картофель, лист подорожника, липовый цвет, лист лопуха, ирис, репу, турнепс, редиску и т. д. (все, что нужно для организма, но только в проквашенном виде).

15 апреля

Причины стеноза сердечных сосудов

Сердце работает, а кровь с трудом пробивается в русла. Без операции, как правило, не обходится, да и операция не всегда дает желаемый результат.

Сужение сосудов происходит оттого, что в организме понижены клеточные обменные процессы. Молодые клетки сосудов должны расщеплять старые клетки и заполнять их места. Старые клетки можно расщепить пепсиноподобными веществами или «Царской водкой», которые молодые клетки сами и формируют, если в рационе питания имеются соответствующие элементы. А если этих микроэлементов нет, то старые клетки, занимая все больший объем, будут вынуждены откладываться на внутренних стенках сосудов. Это и есть стеноз.

«Царская водка». 1 л воды, 1 ст. ложка концентрированной серной кислоты (98 %), 1 ст. ложка концентрированной соляной кислоты (38 %), полстакана виноградного уксуса (9 %), 4 таблетки нитроглицерина (содержащего азотную кислоту). Все компоненты смешиваем. Принимаем 4 раза в день по 1 ст. ложке (или рюмке) во время еды или непосредственно перед едой.

16 апреля

Борьба со стенозом

Бороться со стенозом можно путем употребления пепсиностимуляторов для сосудистой части крупных вен и артерий. Но для этого надо вначале восстановить желудочно-кишечный тракт, используя капусту, морковь, редьку черную. Затем надо восстановить солевой баланс в организме, принимая по 1 г соли 2–3 раза в день.

После этого переходят к употреблению в пищу вместо соли соленой морской капусты (не менее 4 ст. ложек), а затем применяют ферменты и квасы по системе лечения сердечной аритмии.

В пищу необходимо использовать пепсиностимуляторы для сосудов в виде массы, которую готовят так. Берут 3 л одного из продуктов: каланхоэ, паслена, хурмы, фейхоа, рябины, свеклы, пшена, молодила, заячьей капусты. Продукт смешивают с медом (на 3 л массы берут 3 стакана меда). Свободное пространство заполняют молочной сывороткой. Все киснет не менее месяца. Потом средство принимают с пищей по 1–2 ст. ложки.

17 апреля

Лечение микрофлебита

Проявление этого заболевания капиллярных сосудов начинается обычно с появления сетки капилляров на ногах выше колен и указывает на начальную форму развития склероза. Лечение микрофлебита следует начинать с исцеления желудочно-кишечного тракта, в результате чего будет снижено солеобразование и повышена кислотность.

Ферменты и квасы при микрофлебите приготавливают из чеснока, хрена, петрушки, хурмы, рябины, лимона, лимонника, родиолы розовой, сабельника болотного, календулы. В пищу надо вводить морскую капусту, другие продукты моря. Употребляйте квашения. Водку и растительные масла из рациона надо исключить. Обязательно нужно обтирать ноги уксусной настойкой на календуле, багульнике, черной редьке, лилии.

18 апреля

Лечение флебита

Склероз более крупных сосудов поддается лечению так же, как и микрофлебит, и теми же самыми средствами. Надо только усилить дозу приема морской капусты и продолжительность лечения.

При флебите целесообразны также грязелечение и горячие компрессы из мать-и-мачехи, календулы, редьки черной, хрена. В организм надо вводить побольше витаминов никотиновой кислоты; этот витамин содержится в сыром картофеле, плодах черного паслена, черной рябины, помидорах, пивных дрожжах, сыром пшеничном тесте. Периодически надо принимать после еды сок из черной редьки (курсы продолжительностью не менее 2–3 недель).

19 апреля

Лечение тромбофлебита

При осложнении флебита на стенках сосудов начинают разрастаться солевые комочки, которые потом, отрываясь, закупоривают более узкие места в сосудах. Для немедленного их рассасывания следует осуществить две последовательные процедуры:

- 1) сильное ощелачивание крови за счет введения желчи куриной, желчи утиной или сока редьки черной, корня петрушки, хрена, мать-и-мачехи;
- 2) через месяц проведите сильное окисление крови уксусными настоями лимона, свеклы, хрена, винограда, подорожника, укропа, капусты, фенхеля, чеснока, лука.

20 апреля

Лечение тромбофлебита (окончание)

Нужно начать употребление натурального желудочного сока по 2 ст. ложки через каждый час, а если организм требует больше, то дозу можно увеличивать в несколько раз. Эта процедура почти всегда оказывала благотворное действие из-за того, что пепсины, попадая в кровь, переваривают белковые чужеродные образования, резко разжижают кровь, и тромбы растворяются.

При тромбофлебите ощелачивание и окисление надо вести очень осторожно. Желательно начинать с окисления организма, а когда окисление исчерпает свои возможности, переходят к ощелачиванию (на 1–2 дня), а потом вновь к окислению.

21 апреля

Лечение облитерирующего эндартериита

Лечение болезни начинают с восстановления работы желудочно-кишечного тракта. Одновременно проводятся процедуры выведения солей из сосудов, как при флебите.

После выведения солей из сосудов проводится восстановление самих сосудов за счет употребления пепсиностимуляторов для сосудистой системы. К ним относятся морская капуста, креветки, сельдь, крабы, кальмары и другие продукты моря.

Ноги обтирают 1–2 раза в день уксусным настоем багульника, толокнянки, мать-и-мачехи, маклюры, лимона, календулы.

22 апреля

Действия при инсульте

Все, что описано выше относительно тромбофлебита, касается и инсульта. Некоторым отличием является то, что места закупорки сосудов надо обогреть грелками с использованием применяемых при тромбофлебите растений с последующим обтиранием уксусным настоем багульника или настоя на «Царской водке» маклюры или прострела (сон-травы).

При инсульте помимо окисления показаны также массажи.

23 апреля

Почему возникает инфаркт миокарда

Для понимания явления инфаркта обратимся к неизвестному в литературе явлению, открытому мною и имеющему прямое отношение к данному заболеванию.

Если бросить на спокойную гладь воды камень, то мы обнаружим, что от места падения побегут концентрические волны, которые по мере удаления от центра будут уменьшаться по амплитуде и по частоте (будет увеличиваться расстояние между волнами).

Наоборот, если на поверхность воды бросить обруч, то внутри него волны побегут к центру, увеличивая амплитуду по мере приближения к центру. В центре обруча мы заметим мощный импульс. Этот эксперимент показывает, что если возбудить шаровую систему по поверхности, то волна возбуждения будет двигаться к центру, увеличиваясь по амплитуде и мощности, создавая в центре шара большие сжимающие усилия.

24 апреля

Почему возникает инфаркт миокарда (окончание)

Явление самофокусировки энергии в шаровой материи лежит в основе работы нашего сердца. Отсюда можно оценить огромные энергетические возможности этого явления, в том числе и отрицательные, которые могут привести к разрыву сердечной ткани, если в ней нарушается симметрия процесса, которая связана с нарушением артериального и венозного давления и уходом от его эталонной нормы (120/80). Поэтому вне зависимости от возраста необходимо всегда добиваться, чтобы давление было 120/80.

25 апреля

Лечение инфаркта

Главной процедурой является легкий массаж всего тела. Необходимость массажа обусловлена тем, что кровь, кроме сердца, разносится и капиллярами с помощью так называемого перистальтического эффекта, аналогичного перистальтике кишечника. Поэтому массаж мышц существенно разгружает само сердце.

Для заживления раны, то есть рубцов на сердце, надо пить квас и фермент из заячьей капусты, каланхоэ, чистотела, а также применять все те приемы, которые показаны при сердечной аритмии, а затем провести профилактику желудочно-кишечного тракта.

Помните, что сердце любит свежий воздух, походы в лес и горы, мед, кислые ферменты, мясо, яйца, виноград, орехи, арбузы.

Курить и пить надо бросить навсегда!

26 апреля

Борьба с расширенными венами

Сильно вздутые вены, особенно на ногах, возникают из-за большой ощелоченности организма и проникновения через кожу и капилляры болезнетворных микроорганизмов.

Методика лечения сосудов та же, что описана выше. Больше внимания нужно уделять компрессам с уксусными настоями и желудочному соку, а также разогреванию тела до 42–45 °С.

Естественно, вырезать вены хирургическим путем нецелесообразно, так как при этом причина болезни никоим образом не устраняется. Хорошие результаты получаются при подвязывании к венам гриба, полученного при формировании ферментов на йодсодержащих растениях, например на околоплодниках грецких орехов; также применяют мускатный орех (1 орешек разрезать на 3 части и съесть за 1 день).

27 апреля

Лечение ревматизма сердца

Ревматизм сердца исчезает бесследно, если организм будет окислен ферментами и квасами, применяемыми при лечении расширения вен. Обязательно надо провести курс потогонных процедур и каждый раз грудь и спину обтирать уксусом, настоянным на багульнике (или ландыше, желтушнике, адонисе, аире).

Во время болей в груди желательно делать тепловые компрессы с водными грелками и травами из желтушника или пустырника, обтерев предварительно грудь или спину настоем этой же травы. Нужно перестать курить и пить водку, крепленое вино, самогон. Для аппетита можно пить прокисшее виноградное вино.

28 апреля

Избавление от трофических язв

Если расширению сосудов не уделять должного внимания, то инфекционный процесс в них может развиваться до возникновения на венах трофических язв.

Первой помощью при трофических язвах являются укусовые компрессы из календулы, грецких орехов, валерианы или дрожжевого теста, а также чистотела с солью и тепловым подогревом от водяной грелки.

Как только язва подживет, можно приступать к лечению и сосудистой системы конечностей. Методика лечения сосудов конечностей описана выше. Здесь следует отметить только целесообразность применения соленого рыбьего жира для внутреннего и наружного применения. Естественно, растительные масла из рациона необходимо исключить полностью. Раз в неделю пораженные места желательно смазывать керосином, мумие или грибом фермента грецкого ореха.

29 апреля

Что делать, если холодеют конечности

При пониженной кислотности в крови замечается необычное замерзание конечностей. Пальцы рук иногда белеют, как у мертвеца, давление всегда пониженное (хроническая гипотония).

Болезнь объясняется, очевидно, тем, что в организме понижен клеточный обмен, когда молодые клетки из-за сильной щелочности крови не способны растворять старые. Это обстоятельство указывает также и на снижение бета-синтеза, который обычно идет с выделением большого количества тепла.

Болезнь лечится путем употребления капустных жмыхов с переходом при изжоге на морковный жмых. Процедуры проводят 1–2 недели, пока болезнь не излечится.

30 апреля

Борьба с судорогами

Организм надо окислить путем употребления ферментов из календулы, грецких орехов, хрена, петрушки, укропа, фенхеля, подорожника, донника, осины, девясила.

Для очищения организма от солей целесообразно применять потогонные ванны или сауны. Судороги снимаются путем смачивания мышц 9-процентным уксусом и выпивания стакана чая или кофе с уксусом. На 1 стакан жидкости берется 1 ст. ложка уксуса.

Май
Спектральный канал

1 мая

Пятый канал – спектральный

Пятый канал воздействия называется спектральным. Напомню, что всякое нагретое тело, всякий нагретый атом светится в достаточно широком спектре частот. Так, например, водород при температуре несколько тысяч градусов имеет около 70 спектральных линий. Не меньше спектральных линий имеется у всякого атома. Первая спектральная линия, как правило, имеет наибольшую амплитуду, а другие линии имеют существенно меньшие амплитуды. Амплитуда первой компоненты зависит еще и от температуры. Если температура атома увеличивается в два раза, то амплитуда первой спектральной компоненты увеличивается в четыре раза, то есть почти в квадрате.

2 мая

Свечение человеческого тела

Нагретые атомы на поверхности Солнца настолько сильно возбуждены, что свечение их различимо и невооруженным глазом, а также, с помощью трехгранной призмы. Человеческое тело также нагрето, и, естественно, все атомы, какие только имеются в организме, излучают свет.

Свечение это, конечно, слабее, чем у атомов Солнца, но намного ли слабее? В самом деле, намного ли амплитуда свечения каждого атома нашего тела меньше амплитуды свечения атомов на поверхности Солнца? Оказывается, ненамного. Ведь температура на поверхности Солнца равна 6000° по Кельвину, а температура тела человека по Кельвину – всего $36,6$ плюс 273 , то есть примерно 310° по Кельвину. Следовательно, температура на поверхности Солнца больше температуры нашего тела всего лишь в 19 раз.

3 мая

«Спектральный паспорт» человека

Можно сказать, что амплитуда первых спектральных компонент атомов на Солнце больше амплитуд тех же компонент атомов тела всего лишь в 192, то есть в 361 раз. Свечение атомов на Солнце мы видим, а свечение нашего тела не видим даже в темной комнате. Но это не должно нас смущать. Оно есть, и комары его даже видят. Оно легко различимо с помощью фотоэлектронных умножителей.

Изучая светимость отдельных органов нашего тела, мы обнаруживаем, что светимость каждого отдельного органа тела имеет свой «спектральный паспорт», в котором имеются и характерные для органа линии. Естественно, эти линии определяются микроэлементами, размещаемыми в органах.

4 мая

«Спектральный паспорт» человека (окончание)

Так, например, спектр кожи содержит характерную линию серы. И действительно, сера усиливает потогонный процесс кожи. При преддиабетическом состоянии кожа теряет серу, становится грубой и значительно ухудшается потовыделение.

Почки излучают спектральные линии кремния, и при уменьшении кремниевых кислот в почках диурез существенно ослабляется. Не случайно употребление арбуза, в котором содержится кремниевая кислота, повышает мочегонный эффект.

Печень характеризуется спектром частот, характерных для азота, углеводов, аминокислот и белков. Можно долго говорить о различных спектрах разных органов, однако утверждать стоит одно: деятельность каждого органа, вне всякого сомнения, определена спектром частот содержащихся в нем элементов.

5 мая

Компрессы как средство исцеления

Как известно, с помощью спектра можно как охарактеризовать систему, так и управлять ею, если навязать системе спектр излучения с определенными параметрами. Именно такое управление и осуществляют народные лекари за счет компрессов из лекарственных растений. Например, при воспалении легких на грудь делают тепловой (иногда даже горячий) компресс из печеного картофеля. При болях в печени делают компресс на печень из семени льна или из семян гороха, бобов, сои, клевера и других азотосодержащих растений.

6 мая

Компрессы как средство исцеления (окончание)

При переломах костей накладывают на зону перелома корни окопника (живокости) или мумие. В каждом из случаев поверх компресса прикладывается также водяная грелка.

Заметим, что электрические грелки тут не подходят, так как спектр излучений электрических спиралей (например, нихрома) существенно отличается от спектра излучений человека, поскольку в организме, к сожалению, нихром отсутствует.

7 мая

Роль спектрального канала

Спектральный канал настолько важен в терапии болезней, что его игнорирование сравнимо с недостатком сверхнеобходимых витаминов и незаменимых аминокислот. Зная роль спектрального канала, можно пользоваться этими знаниями и в повседневной жизни. Например, многие говорят, что загорать вредно, но особенно вредно лежать на горячем песке. Можно ли верить такому утверждению? Конечно, нельзя, так как нагретый песок излучает мощные линии кремния и кислорода (формула песка SiO_2), и мощными линиями, свободно проникающими через кожу, стимулируется работа почек, сердца и всей сердечно-сосудистой системы.

8 мая

Полезны ли солнечные лучи

А сами солнечные лучи вредны или полезны? Конечно, полезны, если они дозированны.

Да это и понятно, ведь солнечные лучи преимущественно содержат спектры легких элементов. Это водород, гелий, азот, кислород. Поэтому спектр солнечных лучей всегда благоприятен и пользоваться ими надо, конечно, с разрешения врачей.

9 мая

Применение спектра воды в лечебных целях

Особенно полезны горячие водные ванны. Если учесть, что организм человека состоит на 80 % из воды, то спектр воды (водорода и кислорода) будет стимулировать практически весь организм.

Тепло в лечебных целях применялось еще в древности. Горячие источники в районах Средиземноморья, горных районов Кавказа, Словакии, Венгрии, Дальнего Востока создавали благоприятные условия для бальнеотерапии. Еще Гомер и Геродот в глубокой древности рекомендовали горячие ванны и пар.

10 мая

Лечение ваннами и банями

В последние годы много наблюдений было проведено при лечении горячими ваннами и паровыми банями. Было замечено, что у жителей стран, широко применяющих горячие ванны и сауны (Финляндии, Швеции, Норвегии, Японии), реже встречаются раковые заболевания лимфосистемы, кожи, молочной железы, яичек, полового члена и щитовидной железы. В настоящее время широко исследуются методы гипертермии (любое повышение температуры выше нормальной, то есть 37 °С, считается перегревом, а повышение температуры выше 41 °С – гипертермией) при лечении злокачественных новообразований. Большой вклад в эту область знаний внес Уоррен.

11 мая

Проблемы печени

Симптоматика проблем печени: боли в области печени, желтизна белков глаз, желтизна лица и тела, появление пигментных пятен на коже, зуд или сильная почесуха, выпадение волос на голове, опухоли в зоне печени, тяга к растительным маслам, сухость кожи, перхоть (сухая), тошнота, водянка живота, болезненность правого виска, дистрофия, покраснение носа, белые пятна на теле и голове.

Исходный растительный материал для лечения: фасоль, бобы, соя, горох, чечевица, акация, клевер, люпин, мята перечная, тыква (семена), полынь (цветы), пижма, петрушка, редька, хрен, гевея, нарциссы, магнолия, сирень, сенноида, крушина, черемуха, черника, марь цельнолистная, бессмертник, кукуруза (рыльца), копытень, будра плющевидная, экстрагол, ЛИВ-52.

12 мая

Проблемы желчного пузыря

Симптоматика проблем желчного пузыря: боли под печенью, особенно ощущающиеся после употребления редьки, корня петрушки или растительных масел, нос в рытвинах красного цвета, как бы опухший.

Исходный растительный материал для лечения: петрушка, редька, хрен, подсолнух (цветы), марена красильная, шиповник, редька черная, аконит (борец джунгарский).

13 мая

Проблемы желчного протока

Симптоматика проблем желчного протока: блуждающие боли после употребления редьки, корня петрушки или растительных масел.

Исходный растительный материал для лечения: акация, пижма, полынь (емшан), амброзия, копытень, коровяк, облепиха (масло), лен (масло), сосна (масло).

14 мая

Проблемы воротной вены печени

Симптоматика проблем воротной вены печени: болезненность правого виска, повышенное давление в области печени, губы синего цвета.

Исходный растительный материал для лечения: полынь, чернобыльник, амброзия, крапива, абрикосы (семена), окопник, ревень, свекла, редиска, репа, турнепс, груша земляная, яблоня (плоды), груша (плоды).

15 мая

Проблемы правой почки

Симптоматика проблем правой почки: боль со стороны почки при легком постукивании пальцами, в моче появляется белый налет (иногда с кровью), потеют ладони рук и ног (особенно пальцы правой руки), правая рука потеет сильнее левой, ее ладонь более красная. Сильная потливость тела после еды и во время сна, отечные мешки под глазами, наблюдаются резкие перепады давления, боли при наклонах, боли в затылочной части головы с левой стороны, резкое мочеиспускание, рези в мочевом канале.

Исходный растительный материал для лечения: ластовник, огуречная трава, пырей, алтей, бедренец, толокнянка, арбуз (корки), спорыш, донник, сосна (почки), кипрей, чай грузинский, полпола, осина (листья, кора, цветы), смородина (плоды, листья), тополь (листья, цветы), костяника, подсолнух, ананас, тропический подорожник, боярышник.

16 мая

Проблемы левой почки

Симптоматика проблем левой почки: боль со стороны почки при легком постукивании пальцами в том месте, где она находится; в моче появляется белый налет, иногда кровь; потеют ладони рук и стопы ног, особенно левой руки и левой ноги. Отечный мешок под левым глазом выражен сильнее, чем под правым; левый зрачок имеет больший диаметр, чем правый; частая сердечная

аритмия, боли при наклонах; боли в затылочной части головы с правой стороны.

Исходный растительный материал: тот же, что и для правой почки. Плаун (булавовидный), адонис (стародубка), ландыш, строфант, купена, виноград.

17 мая

Проблемы селезенки

Симптоматика проблем селезенки: твердое увеличение чуть ниже левого подреберья, сильно отекают веки глаз, увеличиваются лимфоузлы, сильная бледность кожи тела (особенно лица и век глаз), повышенная температура тела, пониженное давление, белки глаз имеют голубой цвет.

Исходный растительный материал для лечения: овес, крапива, абрикосы, морковь, кровохлебка, окопник (живокость), девясил, левзея сафлоровидная (маралий корень), тысячелистник, яблоки, шелковица.

18 мая

Восстановление почек

Купить на рынке или в магазине $\frac{1}{2}$ кг свежих говяжьих или свиных почек для пяти процедур. 100 г этих почек отварить в крепко соленой воде, 3 раза меняя воду, чтобы избавиться от запаха. Отваренные почки надо съесть за час до ванной или сауны (бани). В ванной (сауне) париться, разогреваясь примерно 5–10 минут. При этом за 10–15 минут до обогрева надо выпить потогонный квас. В сауне можно также периодически пить потогонный квас. Общая продолжительность сауны от 1 до 2 часов.

Разогретый организм хорошо усваивает съеденные почки, а потогонный квас на время разогрева организма освобождает почки от работы, так как все токсины выделяются через кожу во время потения. Во время отдыха почки усваивают аминокислоты и микроэлементы съеденной почки животного и за счет этого восстанавливают свои размеры.

19 мая

Восстановление почек (окончание)

Разогреваться (париться) нужно раз в неделю до тех пор, пока не исчезнут затылочные головные боли, не перестанут потеть мочки пальцев рук и ног, а также не исчезнут мешки под глазами. Делают не менее 10–15 таких процедур. Однако в том случае, если человек страдает повышенным давлением почечного характера, процедуры ведут до тех пор, пока давление не вернется к норме, то есть к 120/80. Лечение можно повторить через год, если почувствуете какие-то новые недомогания, связанные с болезнью почек. При лечении необходимо проводить анализы, связанные с нормальным функционированием почек.

20 мая

Потогонный квас для почек

Потогонный квас готовят следующим образом. Берут 3 л воды, добавляют в банку 1–2 стакана варенья из малины или плодов свежей малины, затем 1 стакан сахара (при использовании варенья сахар не добавлять). Для брожения кладут 1 ч. ложку сметаны. Хранят в тепле (20–30 °С) в течение 2 недель. Квас употребляют фактически без нормы, каждый раз добавляя в банку по мере его потребления воду и соответствующее количество сахара. Такой банки кваса может хватить на весь курс лечения.

Между процедурами восстановления почек необходимо принимать жмыхи. Если давление выше нормы, то перед баней пользуются чаем багульника, которым растирают кожу. Этот чай сильно помогает потению, снижая общее давление в крови, и значительно облегчает процедуры.

21 мая

Лечение нефрита

Воспалительный процесс в почечной лоханке и протоках прекращается, если пить чай и ферменты из осины, толокнянки, спорыша, полевого хвоща, пльвуна булавовидного, корок арбуза, адониса.

При нефритах показано употребление молочной сыворотки (3–5 стаканов в день), а также горячие ванны.

При острых болях в почках нужно принимать горячие ванны; если мочевые протоки сильно забиты и плохо идет моча, надо пить натуральный аптечный желудочный сок или соляную кислоту (0,3–0,5 %) по 2 ст. ложки через каждый час, запивая молочной сывороткой.

22 мая

Лечение нефрита (окончание)

При болях в почках нужно принимать потогонные ванны с багульником, чтобы уменьшить давление в почечной лоханке. При кровотечениях (в моче обнаруживается кровь) надо пить вначале чай из крапивы, тысячелистника, кровохлебки, а затем ферменты. Одновременно желательно есть морскую капусту и жмыхи из капусты, глотая их 5–7 раз в течение дня по 2 ст. ложки, а сок пить через час после еды по полстакана. При кровотечениях хорошо пить чай и квас из коры осины.

С осени нужно заготовить сухие корки арбуза. Берут 3 л размолотой массы корок арбуза, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку соли. Все заливают водой и прикрывают полиэтиленовой крышкой. Хранят в погребе при температуре 8 °С. Квас принимают без нормы во время еды.

23 мая

Причины появления камней в почках и их протоках

Камни начинают свое формирование только при сильно щелоченной моче в моменты, когда в почечную лоханку кратковременно выделяются кислотные компоненты крови. В результате химической реакции нейтрализации кислоты щелочами на внутренних стенках почечных лоханок образуются соли в виде скорлупы яйца, как бы покрывая штукатуркой их внутренние стенки. Иногда соли отваливаются от стенок почечных лоханок, но из-за острых углов им выйти наружу трудно. Камни постепенно увеличиваются в размерах, закупоривают мочевые протоки, приводя к резким болям.

24 мая

Избавление от камней в почках и их протоках

Камни растворяются куриной или утиной желчью и другими щелочными веществами, не опасными для организма человека, такими, например, как сок хрена, редьки черной, корня петрушки. Хорошо растворяются почечные камни и щелочными чаями из марены красильной, корней подсолнечника, корней шиповника, корней розы, стеблей и корней сабельника болотного.

Не следует забывать, что после применения щелочных чаев надо окислить организм ферментами и квасами, приготовленными на корках арбуза, граната, лимона, апельсина, плодах клюквы, костяники.

25 мая

Избавление от камней в желчных путях

Для курса лечения готовят сок из 10 кг редьки. Сок пьют через 30–40 минут после еды, начиная с очень малой дозы (1 ч. ложка), так как он вызывает сильное желчевыделение и может возникнуть сильная боль от выхода камней через желчные протоки. Если боли в печени терпимы, то дозу сока увеличивают со временем до 2 ст. ложек, а при прекращении боли – до полстакана. После употребления всего сока в течение 2–3 недель принимают полученные жмыхи.

Почечный гомеостаз обеспечивается с помощью потогонных процедур в ванной или сауне с одновременным питьем потогонных чаев.

26 мая

Избавление от камней в желчных путях (окончание)

Растворение камней может произойти с помощью одних соков и жмыхов черной редьки. Хорошим камнерастворителем является куриная или утиная желчь. Употребление куриной желчи внутрь (через 30–40 минут после еды) ведет к разрушению даже очень больших камней в желчном пузыре.

Учитывая щелочную реакцию желчи, ее нужно проглатывать в специальных контейнерах, например, в желатиновых капсулах или в мякише черного хлеба. Шарики хлеба делают размером с фасолину и аккуратно замуровывают в них желчь (по несколько капель). За один прием нужно глотать по 5–10 шариков. Курс длится 1–2 недели.

Желчные камни растворяются также соком корня петрушки.

27 мая

Лечение холецистита

Способ лечения воспалительных процессов в печени заключается в следующем:

1. Как только обнаруживается пожелтение белков и желтизна тела, надо немедленно приступить к окислению организма с помощью ферментов или квасов, гормоностимулирующих организм по правой ветви симметрии человека, а также провести потогонные процедуры с расчетом усиления правой почки. Для этого используются багульниковые ванны.

Берут 2 ст. ложки корней багульника на полведра воды и варят в течение 10–20 минут, затем отвар выливают в ванну с горячей водой, в которой находятся 20–25 минут. Готовят ферменты и квасы для приема внутрь из софоры японской (из чистотела, одуванчика, девясила, тысячелистника, зверобоя, кипрея, клевера, люпина, донника).

28 мая

Лечение холецистита (окончание)

2. Принимайте жмыхи из корня петрушки, а полученный сок пейте по 2–3 ст. ложки через 20–30 минут после еды.

3. Принимайте смесь из черной редьки с медом.

Берут на 1 кг массы 1 стакан меда, сбразивают смесь в течение 2–3 дней и едят эту массу по 1 ст. ложке во время еды.

4. Делайте теплые компрессы в области печени из семян льна либо полыни с подогревом водяной грелкой.

5. До приготовления ферментов для окисления организма нужно пить уксусный настой корня петрушки.

В ½ л уксуса добавляют 1 стакан натертых корней петрушки. Настой готов к употреблению на вторые сутки. Пьют его по 1 ст. ложке на 1 стакан кислого молока через 15–20 минут после еды.

29 мая

Избавление от воспаления в мочевом пузыре

Воспаление в мочевом пузыре возможно при щелочном диурезе почек. Этот воспалительный процесс (цистит) легко устраняется путем окисления организма ферментами и квасами из растений, показанных при нефрите и камнях в почках. Кроме того, следует периодически пить ферменты из адониса и желтушника серого для усиления диуреза.

При воспалении в почках и мочевом пузыре нельзя пить шампанское, крепленые вина, водку. Разрешается умеренно пить натуральные виноградные вина, наливки, настойки некоторых растений (калгана, зубровки, зверобоя, золотого корня, лимона).

30 мая

Лечение цирроза

При лечении цирроза необходимо наращивать клеточные массы печени. Вначале с помощью бани или парилки, а также питья потогонных чаев добиваются сильного потения. После этого кожа будет всасывать все, что находится на ее поверхности. Если в этот момент кожу намазать молочной сывороткой, смешанной с медом или рыбьим жиром (можно использовать очищенную селедку или применить водный раствор гликогена с незаменимыми аминокислотами, например с метионином), это все будет немедленно впитано.

31 мая

Лечение цирроза (окончание)

При таком лечении печень частично отдыхает, а организм питается уже не через печень, а через кожу. Подобная процедура позволяет нарастить клеточные ткани печени, однако лечение этого органа при циррозе достаточно сложно, и его необходимо вести под наблюдением врача. Во всяком случае, процедуры проводят с обязательным употреблением небольшого количества вареной печени животного, чтобы было достаточно необходимых для печени микроэлементов. После кормления организма через кожу ее следует обмывать и обтирать уксусом.

Июнь
Биоэнергетический канал

1 июня

Шестой канал – биоэнергетический

Этот канал характеризуется управлением органами так называемым биополем. Чтобы понять действие шестого канала, необходимо пояснить сам феномен биополя.

Под биополем я подразумеваю некоторое искривление или деформацию вакуума под действием пространственной ориентации атомов в веществе. Действительно, каждый атом вещества охарактеризован некоторой вещественной частью и некоторой полевой частью. Я кратко поясню собственную модель мира веществ, согласно которой вещественность определена как волновая пучность вакуума, то есть волновая пучность демокритовских атомов эфира.

2 июня

Биоэнергетический канал (окончание)

Поскольку всякие элементы материи представляются в виде пучностей трехмерных колебаний, любая пространственная ориентированность элементов материи неминуемо приводит к изменениям в пространстве, которые настолько значительны по своим возможностям, что становятся несоизмеримы с какими-либо другими полями.

Действительно, проявление деформаций эфира (или вакуума) мы замечаем, например, в процессе роста растений. Так, ростки молодых побегов многих растений, особенно ростки бамбука, легко пробивают асфальт и даже железобетонные плиты до 300 мм толщиной. Часто это явление мы наблюдаем на асфальтовых дорогах, где травка и даже подорожник разрушают асфальт до 100 мм толщиной.

3 июня

Биополе

Замечено, что грани, а точнее ребра и вершины крупных кристаллов (особенно корунда и алмаза) обладают сильными полевыми эффектами так называемого биополя. Мною было замечено, что вершиной алмаза на расстоянии порядка 0,1 мм растрескивались тонкие пластинки (порядка 0,15 мм), выполненные из твердой фракции битума (асфальта). Другими словами, замечено, что биополе в значительной степени проявляется в свойствах углерода (алмаз-углерод и битум-углерод).

4 июня

Особые клетки рук и ног

Очевидно, что замеченное свойство человека воздействовать ладонями на другого человека обусловлено углеродными свойствами. Ладони и ступни рук и ног за счет многовековой эволюции стали особо прочными. Доказано, что животные в охотничьем азарте не повреждают своих конечностей, хотя и наступают на различные предметы во время бега. Клетки кожи рук и ног (ладоней и лодыжек) существенно отличаются от других клеток кожи. Именно они и обладают свойством деформировать эфир до такой степени, что защищают при беге подошвы ног от травмирования острыми предметами (стеклами, камнями и т. п.).

5 июня

Открытие биополя

Научное обоснование биополя дано мной еще в 1955 году, хотя ошибочное трактование биологического поля было дано еще Гурвичем в 1944 году. Первые заявки на открытия, раскрывающие биополе под термином «неэлектромагнитный агент», датированы уже 1960 годом. Только через 30 лет японские ученые подтвердили обнаруженное мной явление, но в литературе это открытие называют эффектом Ааронова – Бома, которые только предположили, что явление может иметь место.

6 июня

Эффекты биополя

Заметим, что явление деформации эфира существует. Оно хорошо проявляет себя в свойствах углерода (алмаза). В этой связи оно имеет место в биологической сущности человека и животных. Оно распространяется на некоторое расстояние и способно перестраивать функциональные процессы организма человека как в положительном, так и в отрицательном направлении. Совершенно определенно я могу утверждать, что научное использование явления деформации эфира с применением пока еще неизвестных средств способно влиять на большие территории проживания людей и, конечно, может представлять оружие как защиты, так и нападения. Поэтому в целях безопасности изучение биополя следует вести открыто.

7 июня

Воздействие биополем

Биополе, создаваемое руками (или ногами), способно оказывать благоприятное воздействие на организм. Замечу, что биополе полезно только в том случае, когда другим лицом оно ощущается физически. Его я обычно регистрирую путем поднесения ладоней к ушам, не касаясь ушных раковин. Если я подношу руки к своим ушам, то слышно как бы бульканье с частотой несколько герц или даже сильное потрескивание. Точно такие же ощущения обнаруживаются при поднесении моих ладоней к ушным раковинам партнера. Если он не слышит ничего, мое биополе может и не воздействовать на него.

8 июня

Способность исцеления биополем

Другим феноменом действия биополя является тепловой ожог. Его проверяют следующим образом. Известно, что температура ладоней рук всегда ниже температуры, например, груди. Поэтому, если вы поднесете ваши ладони к коже груди партнера (лучше через тонкую хлопчатобумажную ткань), то при наличии у вас биополя он ощутит сильное жжение груди. От своих рук он такого жжения не почувствует. Следовательно, вы способны исцелять многие болезни, но, конечно, не все.

9 июня

Проблемы щитовидной железы

Симптоматика проблем щитовидной железы: заметное увеличение зоны расположения щитовидной железы, заметное увеличение глазных яблок, неприятное ощущение в зоне шеи (как будто кто-то непрерывно душит), тяга к соленому и продуктам моря, сухость кожи.

Исходный растительный материал для лечения: календула, морская капуста, рябина черная, хурма, фейхоа (плоды), волошский орех, дурнишник (нетреба), редька черная, дрок красильный, герань, горец змеиный, дуб, ромашка, черноголовка, шалфей, воловик, вербена.

10 июня

Проблемы предстательной железы и придатков

Симптоматика проблем предстательной железы и придатков: запоры, сильная импотенция,

воспалительные явления в прямой кишке, частые позывы в туалет, постоянные болевые ощущения в промежности (у женщин), белые выделения из матки, плохой сон.

Исходный растительный материал для лечения: лапчатка прямостоячая (калган), левзея сафлоровидная (маралий корень), лимонник, аралия маньчжурская, элеутерококк, женьшень, зубровка, душица, тысячелистник (молокогонник), пион уклоняющийся (марьин корень), донник.

11 июня

Проблемы вилочковой железы

Симптоматика проблем вилочковой железы: боль в ее зоне, бесконечные тревожные ощущения, восковой цвет лица.

Исходный растительный материал для лечения: сосна (почки), туя, эфедра, какао, девясил, женьшень, красавка.

12 июня

Проблемы гипофиза

Симптоматика проблем гипофиза: плохая устойчивость при ходьбе, низкий рост, боязнь высоты, страх при езде на велосипеде, плохая реакция на внешние раздражители, нарушение работы всех систем органов, нарушение нейрогуморальной регуляции.

Исходный растительный материал для лечения: полынь (емшан), чернобыльник, земляника, горчица, эдельвейс, арника горная, лопух, морская капуста, зубровка, мандрагора, валериана, лук, чеснок, хризантема, качким метельчатый, омела, аир.

13 июня

Проблемы лимфы сердца

Симптоматика проблем лимфы сердца: неприятные ощущения от лежания на спине, частые увеличения лимфоузлов, парапроктитные явления, частый насморк, тяга к морским продуктам и горячим морским ваннам.

Исходный растительный материал для лечения: волошский орех, аир, окопник (живокость), калужница, чистотел, туя, рябина черноплодная, морская капуста, виноград.

14 июня

Проблемы лимфы дуги с подчелюстными узлами

Симптоматика проблем лимфы дуги с подчелюстными узлами: увеличение лимфоузлов под челюстями, болезненность узлов при легком надавливании, легкое повышение температуры, боль в области глотки.

Исходный растительный материал для лечения: календула, редька черная, фейхоа (плоды), барвинок, чертополох.

15 июня

Проблемы лимфы дуги с подмышечными узлами

Симптоматика проблем лимфы дуги с подмышечными узлами: увеличение лимфоузлов и их болезненность при легком надавливании, постоянное и небольшое повышение температуры тела, озноб, тяга к продуктам морского происхождения.

Исходный растительный материал для лечения: морская капуста, лук, рябина черная, амброзия, безвременник, тысячелистник, туя, береза (деготь).

16 июня

Лимфа дуги с подпаховыми узлами

Симптоматика проблем лимфы дуги с подпаховыми узлами: увеличение лимфоузлов и их болезненность при легком надавливании, постоянное и небольшое повышение температуры тела, озноб, тяга к продуктам морского происхождения.

Исходный растительный материал для лечения: редька черная, донник, душица, пион уклоняющийся, омела дубовая, туя, безвременник.

17 июня

Стадии сахарного диабета

Сахарный диабет имеет частичное отношение к поджелудочной железе. Диабет имеет несколько стадий. В начальной стадии сахара в моче и крови немного (в моче – до 1 %). Больной с помощью диеты обходится без инсулина. Иногда он вместо сахара употребляет глюкозу, иногда сорбиты или ксилиты, а иногда чай из растения стевии.

При более тяжелых формах болезни, когда островковые тела Лангерганса ослаблены, больные не могут обойтись без уколов инсулина, так как иначе может наступить коматозное состояние и смерть.

18 июня

Принципы лечения сахарного диабета

1. Для лечения диабета прежде всего следует научиться самому измерять сахар в моче с помощью глюкотеста, и данные измерения записывать 3–5 раз в день в виде графика. Эти измерения дают возможность определить среднее значение сахара в моче и характер уменьшения его в процессе лечения. Периодически следует вести контроль ацетона в моче.

2. Экспериментально установлено, что количество сахара в крови (и в моче как следствие) резко убывает при голоде, холоде, работе и при потреблении кисло-цинковых ферментов. Употребление растительных продуктов увеличивает уровень сахара сильнее, чем употребление животных продуктов.

19 июня

Два вида сахаров

1. Необходимо четко различать два вида сахаров: 1) растительные сахара, крахмал, гликозиды;

2) животные сахара, мед, гликогены, молочная сыворотка.

Первый вид сахаров образуется при употреблении растительной пищи (яблок, винограда, груш, вишни, сливы и т. п.). Второй вид образуется при употреблении пищи животного происхождения. Примером такого сахара является мед или межклеточный гликоген. Глюкотесты дают одинаковую реакцию на оба вида сахаров. Однако сахар животного происхождения для организма не опасен, и его уничтожать нет надобности. Поэтому если фрукты при диабете ограничиваются, то мед, наоборот, надо понемногу вводить в организм.

20 июня

Лечение сахарного диабета

Лечение диабета начинается с восстановления желудочно-кишечного тракта.

Затем переходят к осуществлению процедур сдвига по поджелудочной железе. Для этого в часы, когда сахара в моче много, необходимо организовывать контрастные ванны, то есть нагрев тела, охлаждение его и снова нагрев. Замечено, что купание в холодной воде резко снижает количество сахара в крови. Как правило, у всех купальщиков (моржей, водолазов) наблюдается гипогликемия (пониженный уровень сахара в крови). Поэтому охлаждение организма в холодном бассейне с последующим разогревом освобождает его от сахаров до такой степени, что практически не требуется вводить инсулин. После таких процедур нужно измерять содержание сахара в моче и устанавливать его среднюю величину.

21 июня

Лечение сахарного диабета (продолжение)

Особенно эффективны процедуры снижения сахара с помощью саун. В них нужно вначале разогреться, затем на 10–15 секунд окунуться в холодный бассейн, затем снова нагреться и т. д. Во время отдыха надо пить сладковатый подкисленный «Царской водкой» чай, заваренный на полыни или на стручках фасоли, и понемногу есть фрукты, так чтобы после сауны количество сахара в моче не превышало 1–2 %.

22 июня

Лечение сахарного диабета (продолжение)

Кроме проведения процедур сдвига необходимо ввести в организм ферменты, которые стимулируют работу поджелудочной железы. Их получают на основе растений-горчаков. При этом готовят два жидких вещества: а) горький чай и б) фермент на горечах.

Чай приготавливают обычно путем нагрева воды до 70–80 °С (кипятить воду нельзя) и добавления в нее растения из расчета 1 ст. ложка на 2 стакана воды. Все настаивают в течение 1–2 часов в термосе. Пьют по 1 стакану через 30 минут после еды. Продолжительность курса определяется анализом мочи на количество сахара.

23 июня

Лечение сахарного диабета (продолжение)

Ферменты приготавливают и пьют по общей методике: 3 л воды, 1 ч. ложка сметаны, полстакана растения, завернутого в марлевый мешочек с грузилом, чтобы не было контакта с воздухом; настаивают в течение 2 недель.

В качестве растений для приготовления ферментов используются мускатный орех, стручки фасоли, софора японская, цикорий, чистотел, ястребинка молочайная, осот полевой, горчак, коровяк, бересклет. Из этого списка выбирается 1–2 растения, ферменты из которых приготавливаются и пьются отдельно: 2 недели один фермент, 2 недели – другой. Квас для лечения диабета можно готовить также из черники, калгана, очанки, золотого корня, элеутерококка, лимонника, аралии маньчжурской, женьшеня.

24 июня

Лечение сахарного диабета (окончание)

Хорошие результаты дает квас, приготовленный из генетически восстанавливающих растений, таких как арника, молодило, заячья капуста, морская капуста, лопух, лилия, а также цинкосодержащие растения (груша, шелковица, яблоки, черемуха, черника).

После еды обязательно нужно выпить 1 ч. ложку «Царской водки» в чистом виде или с чаем (кофе). Только в этом случае сахар полностью расщепляется на полезные для организма формы. В таком виде сахар можно употреблять даже больным диабетом. «Царская водка» способствует расщеплению сахарозы и качественному усвоению продуктов ее распада. При этом можно не бояться избыточного потребления сахара: ни глюкоза, ни фруктоза диабет спровоцировать не могут.

25 июня

Диабет, вызванный инфекцией

Диабетное состояние часто возникает в результате инфекции при вполне здоровой поджелудочной железе. Действительно, имеется много бактерий, которые колониями заселяют тонкий кишечник и перерабатывают сахара с расходом инсулина. Через кишечник проходит 8–9 л жидкостей, выделяемых желудком, печенью, поджелудочной железой, и среди этих жидкостей присутствует инсулин.

Поскольку жидкая фракция крови трижды проходит через желудочно-кишечный тракт, то большая часть инсулина, контактируя с бактериями, расходуется на переработку сахаров именно в кишечнике. Здесь наблюдается гликолиз без доступа кислорода, но с повышенным расходом инсулина, какой мы наблюдаем в клетках аскарид.

26 июня

Диабет, вызванный инфекцией (окончание)

Подобный гликолиз обнаруживается в кишечнике только при заселении его ацетонными дрожжевыми бактериями. Эти бактерии отличаются от обычных бактерий кишечника здорового человека тем, что они, перерабатывая сахара, стимулируют повышенный расход инсулина и вырабатывают много ацетона. Поэтому человек, зараженный ацетонными бактериями, страдает диабетом при совершенно здоровой поджелудочной железе.

Лечат таких больных путем изгнания ацетонных бактерий из кишечника и замены их обычными бактериями, взятыми из молочной сыворотки материнского молока.

27 июня

Лечение диабета, вызванного инфекцией

Лечение подобных больных (а их большинство среди больных сахарным диабетом) является непростым делом. Методики лечения составляются индивидуально в каждом конкретном случае. В любом случае нужна профессиональная консультация врача.

Ацетонные бактерии выводятся обычной полынью или горечами типа хмеля, аира, багульника, мускатного ореха, софоры японской, соком красной свеклы, акации. Врач посоветует, как готовить чай из горьких растений и как его принимать в случае наличия ацетонных бактерий в кишечнике.

28 июня

Лечение диабета, вызванного инфекцией (продолжение)

Сахар в крови снижается при голодании, при охлаждении, при употреблении горечей, во время физической работы и спортивных упражнений, а также в кисло-соленой среде кроветворных и лимфотворных органов.

Действительно, если сахар не поступает, то его избыток быстро используется организмом. Если сахара сложные (сахара растительного происхождения), то для их расщепления требуется инсулин. Если сахара животного происхождения, то инсулин для их расщепления не требуется.

29 июня

Лечение диабета, вызванного инфекцией (продолжение)

Сахар интенсивно расходуется при охлаждении организма. Но при этом следует помнить, что переохлаждение опасно и можно простудиться. Поэтому охлаждение обычно производят в саунах. Вначале прогреваются в парилке, а затем охлаждаются в бассейне с холодной водой. При резком охлаждении клетки кожи быстро сжигают межклеточный сахар, чтобы поддержать постоянную температуру. В результате сахар

быстро сгорает, но, чтобы вывести из организма образовавшиеся при охлаждении щелочи, надо вновь пойти в парилку и хорошо разогреться. При этом необходимо почаще пить чай с «Царской водкой». Несколько таких процедур – и уровень сахара в крови понизится.

30 июня

Лечение диабета, вызванного инфекцией (окончание)

Горечи усиливают деятельность поджелудочной железы, так как они расщепляются на два важных фермента: инсулин и трипсин. Трипсин, образуя пару с желчью, поступает в двенадцатиперстную кишку для расщепления растительных белков, а инсулин в паре с аминокислотами печени участвует в дроблении сахаров.

Лечение диабета строго индивидуально для каждого больного. Вначале совершенно необходимо установить все отклонения, имеющиеся в организме. Затем следует расписать всю методику восстановления островковых тел Лангерганса, научиться измерять наличие сахара в моче, слюне, крови без забора крови (непосредственно за счет просвечивания кожи или мочек ушей). Все эти приемы достаточно хорошо разработаны, надо только им научиться. Однако индивидуальный подход к лечению заболевания заставляет все процедуры проводить под наблюдением врача.

1 июля

Седьмой канал – информационный

Седьмым каналом воздействия является информационный канал. Под информацией я подразумеваю всякое сообщение, перенесенное любыми носителями. Информация переносится от звуковых и оптических источников, как в видимом спектре частот, так и в инфракрасном и ультрафиолетовом (включая рентгеновские лучи и гамма-кванты) диапазонах, электромагнитными волнами, гравитационными полями, биополями и т. д. Информация воспринимается органами чувств.

2 июля

Органы чувств человека

Восемь органов чувств человека:

1) орган слуха;

2) орган зрения;

3) орган обоняния;

4) орган вкуса;

5) орган осязания;

6) орган восприятия биополя;

7) орган сновидения;

8) орган астраловидения. Все эти восемь органов чувств способны к восприятию информации, какой бы она ни была природы.

3 июля

Простая и сложная информация

Информация бывает самая простая, например в виде коротких сигналов или импульсов. Бывает и более сложная, представляемая в виде образов. Человек способен всякую информацию воспринимать и генерировать в виде образов.

Образы бывают зрительные и звуковые, позитивные и негативные. Например, зрительный позитивный образ – это все то, что мы видим за какое-то мгновение. Негатив такого образа – это то, что мы имеем при фотографировании позитива. (Там, где в позитиве черное, в негативе соответственно белое. И наоборот, там, где в позитиве белое, в негативе соответственно будет черное.)

4 июля

Позитив и негатив звуковых образов

Позитив или негатив в зрительных образах понятен каждому, кто занимается фотографией, но понимание позитива или негатива среди звуковых образов уже затруднительно. Тем не менее можно пояснить, чем отличается, например, позитивная звуковая мелодия от мелодии негативной. Действительно, если в звуковом спектре позитивной мелодии наличие спектральных компонентов характеризует позитив, то в негативной мелодии, наоборот, в шумовом спектре спектральные компоненты позитива отсутствуют.

5 июля

Преобразование позитивных мелодий в негативные

Много лет назад мне приходилось делать преобразователь позитивных мелодий в негативные и прослушивать на проигрывателе негативные мелодии различных музыкальных произведений. Впечатление, как говорят, потрясающее, когда на фоне неизвестных музыкальных инструментов явственно прослушивается знакомая мелодия в виде звуковых пустот. Присутствует ощущение непрерывного падения в такты мелодии, которая исполняется как бы паузами в обрамлении множества неслыханных ранее музыкальных инструментов.

6 июля

Тактильные ощущения

Если говорить о позитивных и негативных тактильных ощущениях, то и здесь различие ярко выражено.

Предположим, зубную боль мы представляем позитивным ощущением, тогда негативная зубная боль представляется инвертированной в виде такого ощущения, когда зуб болеть перестает, но начинает болеть все тело. Ощущение парадоксальное, но часто именно оно возникает при лечении больного зуба. Поэтому, чтобы снять сильную зубную боль, пьют чай из сбора лекарственных растений, сильно возбуждающих нервную систему. В их качестве используют растения, не успокаивающие боли, а, наоборот, их усиливающие. К таковым относятся хризантема, ломонос, аконит, барвинок, все растения семейства аралиевых, красавка и другие. Настойки на травах делают обычно водочными и применяют по назначению врача каплями. Вначале от лекарства начинает болеть все тело, то есть возникает ощущение «гуляющей» острой боли по всему телу, но вместе с этим зубная боль стихает, а через десяток минут исчезает боль и во всем теле, которая, кстати, переносится совершенно легко, как чуть больший разогрев тела в парилке.

7 июля

Зрительное восприятие

Зрительное восприятие у человека всегда объемное. Многие ошибочно представляют себе, что восприятие зрительных образов с помощью глаз осуществляется по законам двухмерной оптики, то есть воспринимаемое одним глазом изображение всегда плоское. На самом же деле глаз у человека воспринимает не изображение, а дифракционную картину, как в камере-обскура. Только в камере-обскуре дифракционная картина образуется от отверстия, а дифракционная картина на дне сетчатки глаза возникает от столбиков и колбочек.

8 июля

Зрительное восприятие (окончание)

По теореме Бабине дифракционная картина от одного отверстия или от одного столбика такая же, как и от многих отверстий или от многих столбиков или колбочек, но информация дифракционной картины всегда содержит все сведения о трехмерности образа. В этом легко убедиться, если посмотреть одним глазом через увеличительное стекло на вату или шерсть. Действительно, при просмотре волокнистого материала одним глазом четко различаются все пространственные параметры, как будто просматривание совершается двумя глазами.

9 июля

Слуховое восприятие

Точно так же органы слуха различают не двухмерные звуковые образы, а трехмерные. В этом вся прелесть слуховых приемников. Трехмерные звуковые образы в ушных раковинах вначале преобразуются в дифракционные картины, которые размещаются по всей улитке уха и воспринимаются в виде самофокусирующейся волны.

Подобные волны легко моделируются с помощью кольца, плавающего на жидкости. Действительно, если кольцо поколебать на поверхности жидкости, то внутри кольца волна помчится к центру кольца. Она будет увеличиваться по частоте и по амплитуде. В центре кольца мы сможем наблюдать характерный импульсный всплеск. Примерно таким же импульсом является сигнал от элементарного звукового образа, который в виде импульса поступит на молоточек и наковальню, находящиеся в конечной части слуховой раковины уха.

10 июля

Информация действующая и недействующая

Всякая информация, поступающая на наши органы чувств, каким-то образом действует на человека. Но действие в различных случаях различно. Иногда информация хоть и поступает в центральную нервную систему, но практически никакого воздействия не совершает. Поэтому информацию можно подразделять на действующую и недействующую.

Не оказывают практического воздействия звуковые образы: «жарко, холодно, светло, чисто, ярко, свежо», образы просьбы «помоги, угости, поддержи, покарауль, посмотри, подожди» и образы приказа «встать, смирно, равняйся, шагом марш». Они не характеризуют какое-либо действие, на которое всегда готово данное существо.

11 июля

Информация действующая и недействующая (продолжение)

А вот противоположное явление. Например, человек болен и ждет выздоровления. Врач знает об этом и знает, что больному сейчас нужно. Он дает ему, скажем, черничный сок, который не является лекарством для излечения его болезни, и говорит: «Это заграничное лекарство, и очень дорогое, но вам я его продам подешевле, так как только оно вас излечит. Применяйте его по одной капле через час после еды, и в течение такого-то срока болезнь будет вами побеждена». И действительно, ожидаемая информация попадает в точку. Больной верит в исцеление и исцеляется не от действия лекарства, а от правильно поданной информации.

12 июля

Информация действующая и недействующая (окончание)

Особенно эффективна правильно поданная информация при самокодировании, которую надо словесно проводить перед сном или в ванне. Например, прогрейтесь в сауне или в домашней ванне до первой испарины на теле и в расслабленной позе произнесите в мыслях фразу: «Буду здоровым до 300 лет жизни».

Силу гипноза, силу слова психотерапевта знают все, но не всегда используют ее по назначению. А назначение этой силы в комплексе системы «Восемь в кубе» понимает только автор настоящих строк. Будем надеяться на открытие в будущем оздоровительных центров Болотова; первое разрешение на это я уже получил в Совете министров Украины.

13 июля

Проблемы со зрительными нервами

Симптоматика проблем со зрительными нервами: куриная слепота (ослабление зрения в сумерках), косоглазие, наклон головы, расширение зрачков, галлюцинации, негативность вечернего зрения.

Исходный растительный материал для лечения: чистотел, очанка, очиток едкий, ястребинка волосистая, куриная слепота, калган, черника, морковь, цикорий, лютик едкий, горчак, мускатный орех, скополия корниолийская, лимон (плоды).

14 июля

Проблемы со слуховыми нервами

Симптоматика проблем со слуховыми нервами: заикание, шум в голове, привычка переспрашивать сказанное, шумы леса, ручья и т. п. кажутся человеческой речью.

Исходный растительный материал для лечения: икотник, арника, дурнишник (нетреба), пион уклоняющийся, мандрагора, мак, конопля, табак, махорка, кокаиновое дерево, эфедра, паслен, помидоры, хризантема, картофель, валериана, дурман, мухомор, спорынья злаковая, белена, чай, кофе, какао, гашиш, пустырник, чернобыльник, болиголов, скополия корниолийская, хмель, переступень белый (адамов корень), синюха лазоревая.

15 июля

Проблемы со вкусовыми нервами (окончание)

Симптоматика проблем со вкусовыми нервами: потеря вкусовых качеств, вкусовые галлюцинации.

Исходный растительный материал для лечения: перец, кориандр, тмин, лаванда горная, хрен, петрушка, укроп, мускатное дерево, лавровое дерево (лист), лен, морковь (семена), мак (семена), конопля (семена), горчица, рябина, лук, чеснок, мелисса, касатик, тимьян, корица, маслины (плоды).

16 июля

Проблемы с обонятельными нервами

Симптоматика проблем с обонятельными нервами: запахи обнаруживаются там, где их нет; многочисленные чихания.

Исходный растительный материал для лечения: паслен, душица, тысячелистник, лавровое дерево, укроп, фенхель, сосна, полынь (емшан), смородина (листья), сирень (цветы), жасмин (цветы), бузина древовидная (цветы), гречиха (цветы), камфорник (масло), ладанник (масло), гвоздика (цветы), лимонник (цветы), земляника (травя), кипрей (иван-чай), мак (цветы), роза (цветы), сушеница болотная (цветы), дурман, ромашка аптечная, лаванда горная, фиалка душистая, будра.

17 июля

Проблема с тактильными рецепторами

Симптоматика проблем с тактильными рецепторами: ощущение ожога при прикосновении к холодильнику, беспричинная икота, аллергический зуд.

Исходный растительный материал для лечения: валериана, крапива, калган, маклюра, маралия, аралия маньчжурская, женьшень, левзея сафлоровидная, лимонник, земляника (плоды), малина (плоды), шелковица (плоды), брусника (плоды), костяника (плоды), черника (плоды), дигиталис (наперстянка), строфант, арника, адонис, арахис, переступень белый (адамов корень), синюха лазоревая.

18 июля

Проблема с терморцепторами

Симптоматика проблем с терморцепторами: ощущение ожога при прикосновении к холодильнику, беспричинная икота, аллергический зуд, потеря ощущения тепла, темные пятна под кожей.

Исходный растительный материал для лечения: подорожник, душица, мята холодная, горчица, перец, хрен, маклюра (адамово яблоко), крапива жгучая, полынь цитварная, амброзия, лютик едкий, цикута (вех), болиголов, ломонос, чемерица, аконит, переступень белый (адамов корень), багульник, красавка, белладонна.

19 июля

Воспалительные процессы в глазах

Легкая пылинка, соломинка, стружка, волос и т. п. могут привести к воспалению глазного яблока. Все воспаления снимаются, если маленькую крупинку соли поместить в угол глаза возле переносицы. Соль, растворяясь, будет сильно щипать. Это надо перетерпеть, зато всякое воспаление в глазу исчезнет через несколько минут. Не бойтесь мыть лицо (глаза) крепким чаем чистотела, хорошо подсоленным, а также чаем из листиков черники, которые содержат лантан, значительно улучшающий зрение.

20 июля

Глаукома

Внутриглазное давление, возникающее из-за воспалительных процессов в системе глазного гомеостаза, способно привести к слепоте. Одной из причин возникновения болезни является сильная ощелоченность организма и нарушение работы поджелудочной железы из-за повреждения всасывающих эпителиальных клеток двенадцатиперстной кишки.

Если съесть большую порцию перца (около $\frac{1}{2}$ ч. ложки), то вскоре будет сильное потоотделение на верхних веках глаз. Это обусловлено действием перца на слизистую оболочку двенадцатиперстной кишки, который, всасываясь в нее, заставляет поджелудочную железу энергично выбрасывать инсулин, который, попадая в систему глаза, дает ему много гликогенов. Клетки глаза резко усиливают процесс бета-синтеза, тем самым окисляют захваченные гликогенами зоны, разогревают глаз и вызывают в нем потогонный процесс.

21 июля

Лечение глаукомы

Учитывая сказанное, можно рекомендовать несколько путей для борьбы с глаукомой.

1. Восстановить желудочно-кишечный тракт.
2. Применять средства для укрепления поджелудочной железы.
3. Принимать ферменты на перцах, а также на горчачках (водяном перце).
4. В глаза закапывать ферменты из арники, чистотела, лимона, черники, малины, багульника (малой крепости – 1 %).

22 июля

Лечение глаукомы (окончание)

1. Особое внимание уделить финской бане с потогонными чаями, в которые добавлять красный и черный перец. 1–2 раза в неделю принимают горячую ванну, прогреваясь в ней в течение 10–15 минут. Затем в глаз с повышенным давлением засыпают мелкую соль, взятую на кончике ножа. Будет сильно щипать – нужно потерпеть. Пойдет процесс слезоотделения и выпотевания лишней жидкости из глазного яблока. Сделав 2–3 такие процедуры, необходимо измерить давление.

2. Пить квасы из бузины, моркови, калгана, очанки, ястребинки, а также растений из семейства аралиевых.

3. Глаза умывать перед сном чаем багульника.

23 июля

Катаракта

Катаракта – помутнение роговицы, хрусталика и стекловидного тела глаза в результате травмы или глаукомы за счет проникновения болезнетворных микробов в элементы глаза.

Рассасывается катаракта с помощью чистого сока чистотела, но сначала необходимо восстановить организм по схеме лечения куриной слепоты (см. ниже). Катаракта также рассасывается перебродившим с медом соком лимона (берут смесь 1: 1 и держат в тепле не менее 2 недель).

Сок чистотела хранится в посуде с открытой пробкой не менее месяца в тепле, а потом его закапывают в глаз больного катарактой.

24 июля

Фитосбор для лечения катаракты

Берут по 10 г морской капусты, травы череды и пустырника обыкновенного, цветков ромашки аптечной, кукурузных рылец, по 15 г плодов боярышника красного и рябины черноплодной. Заливают кипятком из расчета 1 ст. ложка сухой измельченной смеси на 1 стакан воды и настаивают в течение 5 часов. Принимают по 1/3 стакана настоя 3 раза в день после еды. Курс лечения – месяц.

25 июля

Конъюнктивит

Это воспаление конъюнктивы – оболочки, покрывающей глазное яблоко и внутреннюю поверхность века. Проявляется покраснением глаза с выделением гноя. Легко излечивается подсоленной молочной сывороткой или, если конъюнктивит возникает у грудных детей, лечится прокисшим материнским молоком.

Конъюнктивит хорошо лечится ферментом чистотела крепостью не более 1 %, а также крепким отваром грузинского чая, слегка подкисленным уксусом (не более 1 % крепости) и соленой водой.

26 июля

Куриная слепота

При этом заболевании неожиданно у человека в любом возрасте теряется чувствительность зрительного нерва. Днем он еще видит, а в сумерках зрение притупляется. Куриная слепота официально не лечится, но народная медицина возвращала зрение многим. Мне самому многократно удавалось излечивать эту болезнь.

Для лечения куриной слепоты используются растения, которые в народе также называются куриной слепотой. К ним, в частности, относятся лютик едкий, чистотел, калган, ястребинка (делает зрение ястребиным), очанка (лечит очи), очиток едкий, черника, золотой корень, заманиха, элеутерококк, лимонник, аралия маньчжурская, женьшень, морковь, арника, цикорий, лимон, водяной перец, обычный перец.

27 июля

Лечение куриной слепоты

Перечисленные растения, некоторые из которых официально не считаются повышающими чувствительность зрительного нерва, эффективно применяют в ферментах для лечения дефектов зрения.

Методика лечения следующая: 1. Закапывайте в глаза фермент арники или лимона (крепость около 1–2 %).

2. Пейте ферменты из перечисленных выше растений (с лютиком будьте осторожны – он ядовит!).

3. Пейте квасы из черники, моркови, редьки черной, калгана, золотого корня, лимонника.

4. Проведите курс потогонных ванн.

28 июля

Отслоение сетчатки

Если стекловидное тело ощелачивается, то сетчатая ткань может отделиться. Придерживайтесь следующих рекомендаций: 1. Для закрепления сетчатки на месте ложатся на спину и в глаза закапывают фермент чистотела и арники через каждый час, чередуя один фермент с другим.

2. Одновременно пьют фермент молодила или заячьей капусты, а на ночь эти ферменты закапывают в глаза.

3. Окисление организма осуществляют по схеме лечения куриной слепоты.

4. К потогонным процедурам переходят только через 2 недели после начала лечения, не раньше.

5. В пищу вводят больше острых блюд, а изжогу устраняют морковными жмыхами. Супы, борщи и даже чай употребляют с перцем.

29 июля

Ячмень

Воспаление век, преимущественно нижних у носовой части, называют в народе ячменем. Он хорошо лечится слюной другого человека, поскольку слеза и слюны щелочные («подобное лечится подобным»). Микробы, создающие воспаление век, быстро погибают, и болезнь исчезает.

Ячмень также хорошо лечится, если воспаленный кусочек века смазать 1–2-процентным уксусом в смеси с чистотелом или обычным грузинским чаем. Исчезает ячмень и от умывания лица крепким чаем чистотела с солью.

30 июля

Соколечение при нарушении зрения

1. Пейте по $\frac{1}{4}$ стакана морковного сока в день. Курс длится не менее 2 месяцев.

2. Смешайте 10 частей сока моркови и 6 частей сока шпината. Принимайте по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Проведите курс в течение 1 месяца, затем сделайте перерыв на 2 недели, после чего повторите курс.

31 июля

Чеснок для улучшения зрения

300 г чеснока размалывают в фарфоровой или деревянной ступке. На 1 л 90–97-процентного спирта берут 200 г размятой массы чеснока. Настаивают в темном прохладном месте 10 дней. Затем настойку процеживают через плотную ткань и отстаивают 2–3 дня. Употребляют с прохладным молоком за 15–20 минут до еды.

В первый день перед завтраком принимают 2 капли настойки на $\frac{1}{4}$ стакана молока, столько же принимают перед обедом, а перед ужином принимают 3 капли; так по капле увеличивают дозу до 15 капель, а затем уменьшают – опять по капле. Курс повторяют через месяц, затем через год.

Август

Астральный канал

1 августа

Восьмой канал – астральный

Восьмой канал называется астральным. Астральный канал воздействия основан на знаниях красной магии, еще не достаточно освоенной в лечебном плане. Для того чтобы как-то разобраться в давней истории церковного врачевания, попробуем взглянуть на него с позиций древних мифов и небылиц.

В глубокой древности в эти мифы и легенды верили все, поэтому все методы лечения были тесно связаны с религиозными культурами. Люди верили в загробную жизнь, в бессмертие души и в неотвратимость смерти тела. Учение церкви сводилось к тому, чтобы люди не задерживались на бренной земле и не увеличивали бы свои грехи, а стремились отправиться в рай на небо. Чем меньше грехов, тем больше шансов попасть в рай. Следовательно, чем раньше ты покончишь со своей жизнью, тем лучше.

2 августа

Восьмой канал – астральный (окончание)

Люди, однако, жаловались, что не так-то просто покончить с жизнью, а насильственная смерть болезненна, да и страшно убивать самого себя. Учитывая пожелания прихожан, церковнослужители организуют учреждения и называют их словом, созвучным со словом «медицина». Главной задачей медицины являлось помочь прихожанам совершить эвтаназию, то есть умереть с малыми страданиями.

Медицинские учреждения распространялись, и в них широко применялась эвтаназия. Для этого на каждого прихожанина заводилась карточка, в которой указывалось его имя. В карточке также указывалось, что прихожанин больной, так как полагалось применять эвтаназию только для больных.

3 августа

Как здоровые люди превращались в больных

Если же такое медицинское учреждение посещал здоровый прихожанин, то все равно его записывали в карточке для больных со словом «больной» и прописывали ему эвтаназию. Для этого медицинские учреждения имели в достаточном количестве всевозможные яды. К ним относились обезболивающие яды, наркотики, вещества, подобные анальгину, карбамидам, ношпе, седуксену, люминалу, бромуралу, аминазину, галоперидолу, транквилизаторам и т. п. Особенно широко использовались для таких целей наркотики опийных маков, конопли, спорыньи, кокаина.

Медицина процветала, смертность возрастала, эвтаназия господствовала по всей земле. Число врачей из года в год непрерывно росло, а в медицинских картах больных и здоровых регистрировали одним словом – «больной».

4 августа

Разговор дьявола с богом

Читая легенду многотысячелетней давности, обнаруживаю, что к Богу прибыл с жалобой сам дьявол. Он жаловался на малограмотных проповедников, якобы прославляющих имя Господне, за поголовное применение ими эвтаназии. Он говорил Богу, что пройдет немного времени – и некому будет его прославлять, потому что эвтаназия умерщвляет не только праведника, но и грешника.

«Если ты, Господь, не вмешаешься, то на Земле скоро никого не останется в живых». Господь подумал и сказал: «Ладно, я разрешаю тебе заняться противоположной деятельностью, но помни, что совращать больных я не разрешаю. Можешь совращать только здоровых».

5 августа

Карточка здорового человека

В результате в новых магических учреждениях, созданных священниками, стала практиковаться антиэвтаназия, то есть оздоровление с минимальными страданиями. Всякому прихожанину магической лечебницы выдавалась не «карточка больного», а «карточка здорового человека», в которую вносились все отклонения от нормы.

Основной задачей таких учреждений было противостояние эвтаназии. К этой мысли, если верить легенде, привел людей сам дьявол. Тем не менее Господь ограждает нас от соблазнов дьявола просто и эффективно: призывом имени Христова, которое суть есть свет и жизнь для каждого верующего в Него, как гласит Писание: «всякий, кто призовет имя Господне, спасется». Достаточно призвать имя Иисуса Христа – и всякие дьявольские наваждения уходят.

6 августа

Сила магии

Современным людям трудно поверить в миф, но отказываться от знания магии, по моему мнению, неразумно. Общество необходимо оздоравливать всеми возможными способами, в том числе с помощью предлагаемого мною научного направления оздоровления по системе «Восемь в кубе».

В конце концов магия сформировалась в виде трех частей: 1) белая магия, 2) черная магия, 3) красная магия.

7 августа

Белая магия

Белая магия содержит описание игровых законов, включая обманы в играх, борьбу всех видов (карате, кунг-фу, самбо, дзюдо и т. п.), силовые приемы борьбы (в том числе с обманами), гадания (по кофейной гуще, по картам, по звездам), а также толкование примет.

Магия растений, магия насекомых, магия рептилий и животных, терапия экстрактами растений, насекомых, минералов, гипноз и психотерапия также входят в белую магию.

8 августа

Черная магия

Черная магия возникла на основе знаний биологии человека и животных, а также знаний о минералах. В черной магии изучаются способы воздействия на животных и человека с помощью ядовитых и наркотических экстрактов растений и насекомых; в частности, используются привораживающие «зелья», заставляющие нелюбящих влюбляться, а любящих – разводиться. Черная магия может вызвать гнев людей и направить их в бой, а может, наоборот, снять страх и злобу и заставить пойти на братание. Она умеет вызывать любые виды галлюцинаций, так как использует и мандрагору, и кокаиновые листья, и марихуану, и злаковую ржу, а в последнее время и ЛСД. В основе черной магии лежит физико-химическое воздействие, которое придает ей наибольшую силу. Но для оздоровления общества и человека предпочтительней красная магия, которая способна воздействовать через астральные феномены.

9 августа

Красная магия

К красной магии относятся такие феноменальные возможности, как телепатия, телекинез, телепортация, телегония, реинкарнация, тратака, формирование образов действия и выходы в астрал. Другими словами, астральный канал воздействия на человека и животных основан на парапсихологических феноменах, а сам способ воздействия назван мною парапсихосоматологией. Он предполагает оздоровление человека при отсутствии сведений о диагнозе болезни путем формирования образа здоровья парапсихологическим приемом («психо» – душа) на соматику (то есть на тело).

10 августа

Душа человека

Под душой я подразумеваю собственный негатив, который в волновом пространстве копирует человеческую сущность в необозримом громадном пространстве. Негатив, или, как мы ее называем, душа, способна осуществлять человеческие функции значительно в большем объеме, чем это возможно для человека.

Однако негатив, в отличие от человека, главные свои функции реализует в негативном спектре. Поэтому человек, налаживая свои контакты с негативом, то есть со своей душой, не всегда понимает полноту такой связи.

11 августа

Душа человека (окончание)

Порою теряется и смысл такой связи. Например, сновидения у человека возникают на основе связи с негативом. Расшифровать сны человек не в состоянии, так как смысл этих снов негативный. Но негативность, как и негативные образы, могут восприниматься человеком так же, как и позитивные образы. Все определяется степенью обученности.

Например, человек с детских лет может привыкнуть видеть вещи перевернутыми (если изображение на сетчатке глаза повернуто на 180 градусов). Точно так же он может привыкнуть и к негативным образам сновидений и воспринимать их так, как будто они увиденны в позитиве.

12 августа

Душа и изобразительное искусство

Общение со своим негативом приводит к созданию фантастических произведений искусства. Особенно это заметно у художников. Например, знаменитый испанский художник Гойя создавал свои шедевры на основе сильнейшей связи со своим негативом.

То же самое можно сказать и о Репине, Айвазовском, Босхе. Создавая позитивные панорамы в своих картинах, они в то же время придавали им негативный смысл, который и поражает воображение.

13 августа

Душа и музыка

То же можно сказать и о творениях некоторых музыкантов, которые в своих произведениях также обрамляли позитивными звуками негативные звуковые шедевры. Примерами могут служить, например, произведения Штрауса («Аннен-полька», полька «Болтовня», полька «Гром и молния»), а также увертюры Россини к операм «Сорока-воровка», «Севильский цирюльник», «Вильгельм Телль», «Венгерский марш» Берлиоза, вальс ми-бемоль минор Шопена и рондо в турецком стиле Моцарта.

Слушая эти произведения, можно обнаружить негативную мелодию, которая находится как будто в орнаменте позитивных звуков. Действительно, вся прелесть музыки, которую мы не слышим, воспринимается нами как бы посреди рассыпанного бисера позитивных звуков.

14 августа

Интуиция

Прекрасное мы не слышим, а только чувствуем. К негативным ощущениям относится также и интуиция, которая, как и сны, сообщается негативом для правильного поведения человека. Интуиция – это сигнал к диалогу с негативом, то есть со своей собственной душой. Таким образом, пара психосоматолог – это врач, владеющий не только красной магией. Он же и психолог, умеющий воздействовать на души, то есть на негативы людей, своими убеждениями и знаниями, человек, который через душевные и негативные параметры формирует действующий образ здоровья.

15 августа

Гипнотическое воздействие

Рассмотрим влияние астрального канала на примере.

Если ваш партнер погружен в гипнотическое состояние, то его сновидения становятся зависимыми от вашего желания. Действительно, если вы прикажете партнеру увидеть себя совершенно раздетым на некотором расстоянии от места его действительного пребывания, то при соответствующей подготовке у партнера возникнет такое видение. При этом формируемый партнером образ – не воображаемый, а действительный. Другими словами, формируемый образ является объективной реальностью.

Сформированный спящим в состоянии гипноза образ партнера можно назвать астральным телом или негативом. При высоком мастерстве партнера его астральное тело способно перемещать предметы, оказывать силовые действия и проявлять другие способности. При длительных тренировках удастся приблизить астральное тело к материализации, когда в сумерках оно становится различимым окружающими наблюдателями.

16 августа

Проблемы позвоночника

Симптоматика проблем позвоночника: боли при ходьбе и наклонах, при сгибе позвоночника в постели, боль отдает в пятки, ограниченность в движениях, острые мощные боли, бледный цвет ушей.

Исходный растительный материал для лечения: овес, кровохлебка, орех лесной, тополь, бамбук, окопник, арахис (орехи), маслины (плоды), кедр (плоды), чемерица, прострел, аконит, чернокорень.

17 августа

Проблемы левой половины грудной клетки

Симптоматика проблем позвоночника: провал в левой половине груди, малый объем выдыхаемого воздуха, постоянное повышение температуры, землистый цвет лица, тяга к жеванию костей и хрящей. Боли при глубоком вдохе в зоне костей грудной клетки, белки глаз имеют голубой цвет, указывающий на пониженное содержание гемоглобина.

Исходный растительный материал для лечения: окопник, виноград (плоды), морковь, черника, яблоки (семена плодов), черемуха (семена плодов), капуста, белладонна, красавка, буквица, гравилат, земляника, медуница, пажитник, пикульник, лаванда горная.

18 августа

Проблемы правой половины грудной клетки

Симптоматика проблем правой половины грудной клетки: провал в правой половине груди, сутулость при ходьбе, небольшая сгорбленность, покашливание при разговоре, землистый цвет лица, тяга к мясной пище, боли при глубоком вдохе в костях грудной клетки, белки глаз имеют голубой цвет, указывающий на пониженное содержание гемоглобина.

Исходный растительный материал для лечения: буквица, гравилат, земляника, девясил, окопник, живокость (корни и листья), багульник, мать-и-мачеха, щавель конский, фиалка, ромашка, капуста, красавка, белладонна, медуница, пажитник, лаванда горная.

19 августа

Проблемы костей рук

Симптоматика проблем костей рук: ноющие боли при работе, кожа рук и соединительные ткани в темных пятнах.

Исходный растительный материал для лечения: окопник, арника, малина (семена), земляника (травя), тмин (семена), девясил, багульник, лютик едкий, аконит, алоэ, картофель, разные соки, лаванда горная, заячья капуста, каланхоэ, агава, маммилярия (кактус).

20 августа

Проблемы костей ног

Симптоматика проблем костей ног: ноющие боли при ходьбе, ощущение дискомфорта при сидении, тяга к лежачему положению при отдыхе, хромота, укороченные ноги, худоба мышц, холод в суставах и мышцах.

Исходный растительный материал для лечения: тот же, что при лечении рук, с добавкой донника, клевера, аира, ревеня, толокнянки, смородины, крыжовника, бузины (травянистой), фейхоа (плодов), хурмы.

21 августа

Проблемы мышц, сухожилий и соединительной ткани позвоночника

Симптоматика проблем мышц, сухожилий, соединительной ткани позвоночника: простреливающие боли, невозможность резких движений, холодная кожа, тяга к горячим ваннам и кислой пище.

Исходный растительный материал для лечения: зверобой, прострел (подснежник), чемерица, багульник, окопник, аконит, сушеница, бессмертник, тысячелистник.

22 августа

Лечение артрита и полиартрита

1. Окисляют организм ферментами окопника, живокости, калужницы, аира, любистока, сережек ореха лесного.
2. Уксусными настоями багульника, лилии болотной (корня), лютика, чемерицы обтирают больные места (эти настойки очень сильные, поэтому будьте осторожны – не обожгитесь!).
3. Исключают все химические препараты типа бруфена и т. п.
4. Пьют квасы и чай, настоянный на листьях брусники или почках березы.
5. Применяют обогрев тела или потогонные бани с березовым веником, обсыпанием солью и смачиванием больных мест уксусом.
6. Накладывают компрессы на больные суставы.

23 августа

Лечение артрита и полиартрита (окончание)

Компресс. Готовится смесь из измельченных в порошок корней аира болотного, корней багульника, корней девясила и соли, взятых в равных частях. Компрессы накладываются на больные суставы и смачиваются «Царской водкой».

Если организм ошелочен, то такой компресс будет вызывать ожоги. Поэтому в начале процедур время наложения компресса определяется по самочувствию, но не превышает 10–15 минут. Последующий компресс накладывается только по исчезновению последствий (покраснения кожи) наложения предыдущего. Постепенно надо наращивать продолжительность наложения компресса до 30 минут, 1 часа, 2 часов и так далее, пока не будет возможно накладывать такие компрессы на всю ночь. При здоровом, окисленном организме такая процедура ожога вызывать не будет.

24 августа

Соколечение при артрите

1. ` Пейте по $\frac{1}{3}$ стакана арбузного сока 3–4 раза в день через 30 минут после еды. Курс продолжается не менее 3 месяцев.
2. ` Пейте по $\frac{1}{3}$ стакана вишневого сока 3 раза в день через 1 час после еды. Длительность курса – не менее 2 месяцев.
3. ` Смешайте 10 ст. ложек грейпфрутового сока и 3 ст. ложки сока сельдерея. Пейте смесь 4 раза в день за 30 минут до еды. Курс длится не менее 3 месяцев.
4. ` Смешайте 8 частей морковного сока и 2 части сока шпината. Пейте по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день. Курс должен длиться не менее 2–3 недель.

25 августа

Лечение остеохондроза

Солебактериальное изменение в хрящах (хондрах) позвоночных дисков в сторону их омертвления.

1. Проводят процедуры выведения солей с помощью щелочных чаев мать-и-мачехи, сабельника болотного, корня подсолнечника, марены красильной, корней шиповника, спорыша, хвоща полевого и с помощью куриной или утиной желчи. Затем через месяц окисляют организм ферментами толокнянки, брусничника, пльвуна булавовидного, хвойных почек (в течение месяца).

2. В это время пьют квасы из сока арбуза, березы, редьки, корня петрушки, хрена, клюквы, малины, калины, шиповника, бузины, а также «Царскую водку», настоянную на живокости.

3. Процедуры 2 и 3 чередуют с процедурой 1 через месяц, повторяя так несколько раз.

4. Проводят еженедельные потогонные процедуры с последующим обтиранием уксусными настоями.

5. Обязательно после еды кладут на язык 1 г поваренной соли и пьют соляную кислоту (0,1–0,3 %).

6. Дома принимают горячие соленые ванны.

7. Понемногу едят пасту из туи. Употребляют хрящи и студни с хреном и уксусом.

26 августа

Лечение подагры

Это сильное солевое отложение в суставах рук, ног, позвоночника, создающее в некоторых местах шишки (особенно на больших пальцах ног), ограничивающие степень свободы в движениях. Лечение ее аналогично лечению остеохондроза.

Хорошо лечит подагру мать-и-мачеха. Так, из ее сока делают примочки на солевые шишки, одновременно с помощью грелок их обогревают. Шишки смазывают, чередуя желчь курицы и утки, а потом уксусом, настоянным на календуле, с добавкой йода. Для прекращения солеобразования особо надо обратить внимание на восстановление желудочно-кишечного тракта.

27 августа

Восстановление после прострела

Резкая позвоночная боль, неожиданно возникающая при подъеме тяжестей или простуде.

Лечиться надо окислением организма ферментами аконита, сон-травы, живокости, а также натиранием настоями арники. При сильных болях нужно растирать больные места водочным настоем аконита, чемерицы, аира, багульника, прострела (подснежника).

Хорошо помогает компресс: берут багульник и соль (1: 1), смачивают 9-процентным уксусом, прикладывают к больному месту и обогревают грелкой.

28 августа

Лечение радикулита

Имеются в виду солевые отложения ниже четвертого поясничного позвонка. Методика лечения аналогична приведенной выше (лечение остеохондроза). Однако часто радикулит излечивается через несколько дней, если спину натирать уксусным настоем багульника или мать-и-мачехи, толокнянки, черемисы, сон-травы (подснежника). Помогают при радикулите горячие ванны с последующим обтиранием мокрого тела морской солью.

29 августа

Исцеление ревматизма сердца

Ревматизм сердца исчезает бесследно, если организм будет окислен ферментами и квасами, применяемыми при лечении расширения вен. Обязательно надо провести курс потогонных процедур и каждый раз грудь и спину обтирать уксусом, настоянным на багульнике (или ландыше, желтушнике, адонисе, аире).

Во время болей в груди желательно делать тепловые компрессы с водными грелками и травами из желтушника или пустырника, обтерев предварительно грудь или спину настоем этой же травы. Нужно перестать курить и пить водку, крепленое вино, самогон. Для аппетита можно пить прокисшее виноградное вино.

30 августа

Исцеление церебрального паралича

Этим заболеванием часто страдают дети. Оно характеризуется сильными ограничениями в движении конечностей за счет поражения части мозга. Ребенок не может держать головку, ему как бы не хватает сил. Мышцы дистрофичны. Сидеть и ходить дети, как правило, не могут в течение нескольких лет. Официальная медицина никаких гарантий излечения церебрального паралича не дает.

Вот что можно посоветовать для лечения этой болезни: 1. Окисляйте организм ферментами из фосфорсодержащих растений для восстановления пораженной части мозга. К ним относятся аир, живокость, девясил, калужница, кубышка, кувшинка, лилия.

2. Окисляйте организм азотосодержащими и медьсодержащими растениями для восстановления костных и мышечных тканей. При этом в готовящиеся ферменты надо всыпать (на 3 л ферментов) 1–2 ст. ложки порошка костей.

31 августа

Исцеление церебрального паралича (окончание)

1. Пейте квас из сока яблок, винограда, груш, земляники, рябины.

2. Готовьте питательную массу из орехов и меда, пшеницы и сахара, ржи, дрожжей и меда.

Ее употребляют без нормы с едой.

3. Обязательно нужно есть хрящи, студни с уксусом и горчицей.

4. Необходимо обтирать кожу уксусной настойкой живокости (3–5 %).

5. Употребляйте кисломолочную и мясную пищу, квашения из фасоли, гороха, бобов, сои, чечевицы, клевера, донника.

1 сентября

Соколение – помощь организму

Соки и усваиваются нашим организмом идеально, и имеют большой набор витаминов и минералов. Особенно овощные. Овощи содержат огромное количество витаминов, аминокислот, минеральных веществ, ферментов, микроэлементов, которые нам просто необходимы. Хотелось бы сослаться на отца медицины Гиппократ: «Овощи – это естественное лекарство, подаренное нам самой природой».

Мы постоянно спешим и часто недостаточно хорошо пережевываем пищу. Овощи – это продукты, богатые клетчаткой, и если их употреблять в «недожеванном» виде, это чревато накоплением в кишечнике и прямой кишке вредных веществ, которые будут гнить и вызывать различные болезни и отравления. Кроме того, твердая пища переваривается дольше, чем соки. Согласитесь, что овощные соки – это тоже пища, а не просто напиток. И именно в ней залог вашей молодости, здоровья и долголетия.

2 сентября

Правила приготовления соков

1. Для приготовления соков выбирай те спелые, но не перезрелые плоды и овощи.
2. Лучше всего использовать «питомцев», выращенных на своем участке.
3. Мыть, очищать от кожуры и нарезать овощи и плоды рекомендуется непосредственно перед приготовлением сока.
4. Фрукты и ягоды необходимо тщательно промыть прохладной водой. Ни в коем случае не обдавайте их кипятком, иначе потеряете часть витаминов. Фрукты аккуратно очищают от кожицы. Мыть их после этого не надо.
5. Можно отжать овощи или плоды с помощью кухонного комбайна, но лучше это сделать по старинке: сначала натереть на терке, а потом отжать через марлю. Между прочим, при приготовлении сока таким способом вы на 40 % защищаете себя от вредных веществ, которые могут содержаться в овощах, купленных в магазине.

3 сентября

Правила приготовления соков (окончание)

1. Не заготавливайте сок впрок: уже спустя 30 минут после приготовления содержание витаминов начинает уменьшаться.
2. Для приготовления сока лучше всего использовать эмалированную посуду, а для его хранения – стеклянную.
3. Не добавляйте в сок соль и сахар.
4. Томатный сок лучше всего готовить, протирая томаты через металлическое ситечко.
5. Клубнику необходимо промывать, не отрывая плодоножку. В противном случае ягоды вберут в себя много воды и будут водянистыми. Отрывайте плодоножку только у промытых ягод.

4 сентября

Использование соковыжималки

Можно ли использовать соковыжималку? Давайте обсудим этот вопрос. Прежде всего замечу, что химикаты, которые применяются в сельском хозяйстве, скапливаются в клетчатке плодов, но не влияют на энзимы фруктов и ягод.

Если применять соковыжималку, ядовитые вещества попадают в сок. Советую действовать по старинке – растереть фрукты и ягоды. В этом случае вы избавляетесь от клетчатки, в которой и могут находиться химикаты.

5 сентября

Как надо пить соки

Если вы собираетесь употреблять соки в неразбавленном виде для профилактики, достаточно выпивать по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Если хотите хорошенько почистить свой организм, надо употреблять по 1 стакану 3 раза в день.

Диетологи не рекомендуют выпивать сок залпом. Свыкнитесь с мыслью, что это очень приятное лекарство. И если поначалу вам будет казаться непривычным вкус того или иного сока, то, поверьте мне, через пару недель вы к нему привыкнете. Главное – не торопитесь. Вы облегчили жизнь себе и своему организму: вам не надо жевать овощи, фрукты или ягоды, организму не нужно тратить 2–3 часа на переваривание плохо прожеванной пищи. Сок усваивается всего лишь за 15–20 минут, так что не торопитесь и пейте его маленькими глоточками.

6 сентября

Как надо пить соки (продолжение)

Свежевыжатый сок должен быть не только полезным, но и приятным на вкус. Если для вас непривычно употребление пресного сока (например сока спаржи, капусты, салата, редиса, огурца), то первую неделю смешивайте его с небольшим количеством сока цитрусовых, кислых ягод и яблок. После того как вы немного привыкнете к новому напитку, откажитесь от этих добавок.

Сок показался слишком кислым? Не торопитесь добавлять в него сахар, попробуйте разбавить его водой и пить в слегка разбавленном виде.

7 сентября

Как надо пить соки (окончание)

Если у вас проблемы с желудочно-кишечным трактом, то имейте в виду, что свежавыжатые соки могут способствовать раздражению ослабленной слизистой оболочки. При предрасположенности к гастритам и язве следует разбавлять соки минеральной водой без газа (а лучше вообще их исключить).

Пить сок можно за 20–30 минут до еды. Если у вас повышенная кислотность, лучше это делать через час после еды.

Помните, что самый полезный сок – сок с мякотью, поэтому не слишком тщательно процеживайте соки.

8 сентября

Фруктово-ягодные секреты

Конечно, максимум пользы при минимуме затрат можно получить, приготавливая фруктово-ягодные соки из плодов, выращенных на своем садовом участке. Вы ведь не травите химикатами фрукты и ягоды, они выращиваются с любовью. Но как быть с заморскими, южными «гостями»? Надеюсь, при покупке фруктов и ягод вам помогут мои рекомендации: 1. Старайтесь покупать фрукты и ягоды, выращенные в России или в бывших братских республиках.

2. Помните: не все то золото, что блестит! Слишком крупные, идеальной формы фрукты и ягоды должны вызвать у вас подозрение: в природе таких не бывает.

3. Узнать, много ли в яблоках витаминов, можно по срезу: если срезанная часть мякоти быстро темнеет, значит, яблоко насыщено витаминами и железом.

9 сентября

Фруктово-ягодные секреты (окончание)

1. Покупайте только спелые плоды. Недозрелые фрукты и ягоды могут никогда не дойти до нужной спелости. Перезрелые плоды, в частности бананы, могут содержать вредные вещества.
2. Не стремитесь покупать первые арбузы. Чаще всего их спелость «приукрашивают» марганцовкой. Подождите до августа.
3. Покупая на рынке ягоды, можно измерить их радиационный фон.
4. Не приобретайте вечером на рынке остатки черники, черной смородины или разрезанный арбуз. Воздух и солнце на 50 % убили в них витамин В₂. Зато на растущие ягоды солнце действует только благотворно.

10 сентября

Целебный сок капусты

Сок белокочанной капусты является продуктом с высокой биологической активностью. Он содержит глюкозу, фруктозу, клетчатку, белок, пектин, набор необходимых нашему организму витаминов, а также провитамин А, фолиевую и пантотеновую кислоты, комплекс минеральных элементов, ферменты и органические кислоты.

Среди полезных свойств капустного сока следует отметить его невысокую кислотность. Помимо этого, капустный сок выделяется среди овощных соков высоким содержанием азотистых веществ, большую часть которых составляют белки. В нем содержится до 16 свободных аминокислот, в том числе лизин, метионин, лейцин, триптофан.

11 сентября

Почему капустный сок лечит

Именно производное от аминокислоты метионина оказывает лечебное действие при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах, кожных заболеваниях. Если вы встретите в аптеке емкость с надписью «витамин U», знайте: это именно тот витамин, который в достаточном количестве содержится в свежем капустном соке и уберезет ваш организм от язвы.

Капустный сок отличается высоким содержанием витамина С. Между прочим, ранние сорта белокочанной капусты по содержанию этого витамина не только не уступают, но нередко даже превосходят позднеспелые. Но у ранних сортов есть один существенный минус: они очень быстро теряют витамин С – в первые же дни после уборки. Поздние же сорта сохраняют витамин С

во время зимнего и весеннего хранения. В капусте более лежких сортов лучше сохраняется аскорбиновая кислота. В кочанах позднеспелых сортов белокочанной капусты к концу хранения содержится 40–50 мг (на 100 г) аскорбиновой кислоты. Примерно столько же витамина С находится в лимонах и апельсинах.

12 сентября

Действие капустного сока

Минеральный состав капустного сока очень разнообразен. Больше всего в нем калия. Сок также содержит соединения кальция, фосфора, магния, натрия, серы, хлора и ряда микроэлементов: алюминия, бора, железа, йода, кобальта, меди, марганца, никеля, серебра, хрома, фтора, цинка.

Белокочанная капуста обладает противовоспалительным, противомикробным, противоязвенным, мочегонным, слабительным и отхаркивающим свойствами, а также стимулирует секреторную функцию желудка.

В соке много клетчатки, которая благоприятно действует на состояние желудочно-кишечного тракта, способствует выведению из организма холестерина.

13 сентября

Эффективный сок картофеля

Картофель называют вторым хлебом, поскольку по калорийности он превосходит все овощи, является важнейшим источником углеводов и играет важную роль в нашем питании. Именно за счет картофеля население нашей страны удовлетворяет значительную часть потребности в углеводах и до 46 % потребности в витамине С. Тем, кто обеспокоен своим здоровьем, лишним весом или просто хочет вести здоровый образ жизни, необходимо заменить жареную картошку, пюре, картофельные драники на свежий картофельный сок. Дело в том, что сок содержит мало калорий и много витаминов и полезных веществ.

Надо иметь в виду, что наряду с полезными веществами картофель может содержать и вредные. В про росших и позеленевших клубнях образуется ядовитое вещество соланин. Так что будьте внимательны и не травите себя!

14 сентября

Действие картофельного сока

Сок обладает противовоспалительным, противоязвенным, ранозаживляющим, спазмолитическим, мочегонным, антитоксическим, противоотечным, общеукрепляющим свойствами. Он прекрасно справляется с различными недугами из-за высокого содержания витамина С. В частности, именно этот витамин, если он станет систематически попадать в ваш организм с картофельным соком, будет способствовать снижению нервного напряжения, нормализации кровяного давления.

В клубнях этого популярного овоща содержатся и белки, которые отличаются хорошей усвояемостью, и углеводы, и огромное количество аминокислот, и пектиновые вещества, и органические вещества, и различные витамины (В₁, В₂, В₅, С, В, К, Е, U), а также соли калия, кальция, магния, фосфора, железа.

15 сентября

Действие картофельного сока (окончание)

В первую очередь этот сок необходим людям, у которых наблюдаются проблемы с желудком. Картофельный сок способен снижать концентрацию соляной кислоты в желудочном соке. Сок могут принимать все желающие заняться серьезной чисткой своего организма.

Это прекрасный диетический продукт. Полезные вещества, содержащиеся в картофельном соке, легко усваиваются. Сок нормализует работу сердечно-сосудистой системы, способствует ослаблению воспалительных процессов, помогает избежать голодных болей при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

16 сентября

Чудодейственный сок моркови

Морковный сок содержит большое количество каротиноидов, витамины В₁, В₂, В₅, С, D, эфирные и жирные масла, флавоноиды, ферменты, минеральные соли калия, кальция, магния, меди, марганца, цинка, йода, а также бария и бора.

Этот чудодейственный сок способствует повышению жизненного тонуса, иммунитета, активно участвует в процессе кроветворения. Он также является «дворником» нашего организма, поскольку способствует снижению холестерина в крови, выведению из организма промышленных микроэлементов (свинца). Поскольку сок моркови обладает антимикробным свойством, он способен оздоравливать кишечник.

17 сентября

Лечение соком моркови

Морковь отличается повышенным содержанием каротина, который обеспечивает синтез половых гормонов, нормализует и омолаживает кожу.

Морковный сок принимают при гиповитаминозе, воспалительных заболеваниях слизистых оболочек желудочно-кишечного тракта, гастрите, заболеваниях кожи, мочекаменной болезни, подагре, остеохондрозе, инфаркте миокарда, стенокардии, атеросклерозе, анемии, снижении потенции, расстройстве зрения, геморрое.

Противопоказания: гиперацидный гастрит, язвенная болезнь желудка, почечнокаменная болезнь, острый колит.

18 сентября

Целебные свойства свекольного сока

Основным целебным свойством свекольного сока диетологи считают способность повышать гемоглобин в крови, что улучшает состав крови.

Дело в том, что в свекле много железа. Именно соли железа являются незаменимым элементом в процессе кроветворения. Кроме того, они обеспечивают транспортировку кислорода от легких к другим органам.

Свекольный сок по содержанию аминокислот, необходимых нашему организму, опережает другие овощи. В свекле есть и клетчатка, и пектиновые вещества, и азотистые соединения. Ученые обнаружили в ней большое количество различных витаминов: С, В₁, В₂, В₉, РР, а также каротин и пантотеновую кислоту.

В свекле также присутствует медь, которая, как и железо, способствует поддержанию крови в здоровом состоянии. Калий и хлор помогают очистить печень, почки и желчный пузырь.

19 сентября

Лечебное действие сока свеклы

Употреблять свекольный сок в чистом виде не рекомендуется, поскольку он оказывает очень сильное очистительное действие. Его нужно смешивать с другими соками, на пример с морковным.

Сок рекомендуется регулярно употреблять беременным женщинам (в небольших количествах). Врачи рекомендуют выпивать по $\frac{1}{2}$ стакана свекольного сока 2 раза в день женщинам во время менструаций и климакса.

Сок показан при гиповитаминозе, анемии, заболевании слизистых оболочек дыхательных путей, болезнях желудочно-кишечного тракта, энтероколите, холецистите, гепатите, атеросклерозе, гипертонии.

Нельзя пить только что выжатый свекольный сок, поскольку в нем содержатся летучие вещества, действующие отравляющим образом. В очень больших количествах свежий свекольный сок может довести человека до коматозного состояния. Поэтому помните, что до употребления сок должен постоять несколько часов в холодильнике.

20 сентября

Полезный огуречный сок

Огуречный сок является прекрасным мочегонным средством. Огурцы на 97 % состоят из воды. Сок содержит клетчатку, витамины А, В₁, В₂, РР, С, пантотеновую и тартроновую кислоты, каротин, пектиновые вещества, различные микроэлементы. Особенно богат этот сок солями калия, которые нужны для нормального функционирования сердечной мышцы. Калий абсолютно необходим для профилактики склероза и различных нарушений сердечно-сосудистой системы. Он способствует выведению из организма солей натрия, что препятствует появлению отеков.

Помимо калия в огуречном соке содержится много кальция, магния, железа, фосфора, серы, йода.

21 сентября

Лечение огуречным соком

Очень полезен огуречный сок людям с воспалительными заболеваниями желудка и кишечника. При этом нужно соблюдать два условия: во-первых, надо делать сок из молодых огурцов, во-вторых, нельзя принимать сок в период обострения.

Огуречный сок, смешанный с медом, выводит мокроту из легких. Больным гепатитом этот сок поможет быстрее справиться с болезнью, а также восстановить силы после длительного лечения.

Сок применяется не только внутрь, но и наружно. Особенно он необходим людям, у которых проблемы с кожей. Под действием огуречного сока кожа лица становится белой, нежной, повышается ее эластичность, упругость, стягиваются расширенные поры, разглаживаются морщинки. Кроме того, огуречный сок помогает бороться с веснушками и родимыми пятнами.

22 сентября

Лечение огуречным соком (окончание)

Сок рекомендован при ожирении, гипертонической болезни, гипотонии, мочекишлом диатезе, заболеваниях желудка и кишечника, язвенной болезни, гастрите, хронической усталости, расстройстве нервной системы, дерматите, катаре верхних дыхательных путей, кашле, заболевании зубов и десен, пародонтозе, лихорадочном состоянии, гепатите, мочекаменной болезни, анемии и запоре.

Противопоказания: обострение язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, острые гастриты, острые энтериты, острые колиты.

23 сентября

Целебный сок редьки

В редьке большое количество белка, незаменимых аминокислот, углеводов и клетчатки, витаминов С, В₁, В₂, РР, каротина, различных эфир-содержащих масел.

По содержанию солей калия редька занимает первое место среди овощей. Кроме того, в ней присутствуют минеральные соли магния, железа, фосфора, серы, хлора, йода, брома.

Сок этого овоща (если употреблять его в разумных пределах) поможет людям, страдающим заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Это обусловлено тем, что редька оказывает стимулирующее действие на желудок и мочевыводящую систему. Микроэлементы, содержащиеся в редьке, усиливают секрецию желудочного сока, возбуждают аппетит, способствуют активизации оттока желчи, усиливают мочевыделение, ускоряют вывод ненужного холестерина.

24 сентября

Лечение соком редьки

Сок редьки стимулирует выделение желудочного сока, в результате улучшается состояние тканей кишечника и ликвидируются застойные явления.

Сок можно употреблять для профилактики образования камней в почках. Сернистое масло в составе сока помогает выводить желчь из желчного пузыря в кишечник. Этот процесс, если он происходит своевременно, препятствует образованию камней в желчном пузыре.

Соли калия, магния и кальция благоприятно влияют на сердечно-сосудистую систему. Поскольку они в избытке содержатся в соке редьки, этот напиток показан людям, страдающим заболеваниями сердца.

25 сентября

Показания к применению сока редьки

Сок из редьки используется для растирания суставов и поясницы, поэтому, дорогие дачники, обратите на редьку самое пристальное внимание.

Сок показан при желчнокаменной болезни, водянке, бронхите, бронхиальной астме, коклюше, кровохарканье, туберкулезе, анемии, ревматизме, радикулите, межреберной невралгии, подагре, флебите.

Противопоказания: гиперацидный гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, дуодениты, панкреатиты, воспалительные заболевания мочевыделительной системы, инфаркты, сердечная недостаточность. Сок нельзя употреблять внутрь при подагре.

26 сентября

Томатный сок

Плоды любимых всеми помидоров, или томатов, содержат и белки, и аминокислоты, и клетчатку, и жирное масло, и большое количество железа и каротина, и различные витамины: С, Е, В₁, В₂, В₆, К.

С помощью этих полезных микроэлементов и витаминов томаты повышают секрецию желчи и пищеварительных желез, стимулируют кроветворение. Благодаря минеральным солям калия, кальция, йода, фосфора, меди, цинка, фтора томатный сок нормализует обмен веществ и кислотно-щелочное равновесие желудка.

Содержащееся в томатах жирное масло обогащено жирными кислотами, которые способствуют выведению из организма холестерина.

Томатный сок усиливает перистальтику кишечника и желудка, тем самым оказывая мягкое слабительное действие. Повышенное содержание калия, помогающего выводить воду из организма, снижает кровяное давление.

27 сентября

Лечение томатным соком

В диетическом питании томаты и томатный сок используются как дополнительный источник витаминов и минеральных солей. Сок лучше всего зарекомендовал себя при лечении сердечно-сосудистых заболеваний. Поскольку он стимулирует активизацию процесса кроветворения, его рекомендуется употреблять беременным женщинам.

Томатный сок богат витамином Е, поэтому его не обходимо пить при нарушении функций половых желез, мужском и женском бесплодии, нарушении эластичности капилляров.

Медь, содержащаяся в этом чудесном соке, улучшает тканевое дыхание, активизирует выработку гормона поджелудочной железы.

Сок рекомендован при гастрите, ишемической болезни сердца, нарушении сердечного ритма, гипертонической болезни, гиповитаминозе, анемии, гепатите, циррозе печени, атонии кишечника, запорах, дисбактериозе, атеросклерозе.

Противопоказания: желчнокаменная болезнь, гастрит (противопоказаны кислые томаты).

28 сентября

Чудесный апельсиновый сок

Апельсиновый сок отличается высоким содержанием витамина С, поэтому является прекрасным средством для повышения иммунитета, восстановления сил во время и после болезни. Совокупность витаминов С и РР защищает наш организм от токсичных веществ и очищает кровь.

Помимо этого, в апельсиновом соке есть сахароза, лимонная кислота и витамины группы В, оказывающие благотворное влияние на обмен веществ.

Сок показан при авитаминозе, инфекционных заболеваниях, болезнях крови, заболеваниях сердечно-сосудистой системы и желудочно-кишечного тракта, нервных расстройствах, лихорадке, гриппе и других простудных заболеваниях, ревматизме.

29 сентября

Сила яблочного сока

В яблочном соке содержится витамин С. Если готовить сок из сорта антоновка, то вы получите максимальное его количество: достаточно выжать два яблока, чтобы восполнить суточную норму витамина С. Кроме того, в яблочном соке есть витамины В₆, РР, Е, К.

Сок отличается высоким содержанием фруктозы, а также органических кислот: яблочной, лимонной, винной, салициловой, бензойной. Это способствует оздоровлению микрофлоры, нормализации обмена веществ, улучшению внешнего вида.

Кожура яблок богата флавоноидами, поэтому при изготовлении сока очищать плод надо, снимая очень тонкий слой кожуры.

30 сентября

Лечение яблочным соком

В соке много пектиновых веществ, которые способны очищать организм изнутри, выводя шлаки, вредные продукты распада, тяжелые металлы, токсины. Это предупреждает развитие раковых опухолей.

В избытке присутствуют в яблочном соке минеральные соли: железо, марганец, кобальт, медь, калий, натрий, йод, фосфор, цинк, никель, молибден. Они улучшают состав крови и работу кишечника, укрепляют иммунную систему нашего организма.

Сок применяют при кишечных инфекциях, сердечно-сосудистых заболеваниях, болезнях почек, гипертонии, анемии, подагре, запорах, гастрите с пониженной кислотностью, авитаминозе, диабете, ожирении, кожных заболеваниях.

Людам, страдающим сахарным диабетом, ожирением, лучше всего употреблять сок из кислых сортов яблок.

Не рекомендуется употреблять яблочный сок после инфаркта.

Октябрь

Питание по Болотову

1 октября

Правила здорового питания

Сегодня уже научно доказано: чтобы пища нормально усваивалась, она обязательно должна быть вкусной. Только когда еда приносит радость, здоровье.

Все дело в том, что кашицеобразный продукт частично переваренной пищи – это пищевой комок однородного аминокислотного состава, который называется химусом. Чем более выровнен состав аминокислот химуса, тем лучше становится состав крови, которая и питает в конечном счете все клетки нашего организма. Однако оказывается, что если пища не вызывает соответствующего отклика вкусовых рецепторов (то есть если она употребляется через силу, например только из-за того, что чрезвычайно полезна), то никакого выравнивания аминокислотного состава крови не происходит. В результате вы от такой еды ничего не получаете, кроме, конечно, страданий и плохого настроения.

Так что кушать надо только вкусное и с аппетитом, так как наши вкусовые рецепторы являются непревзойденными советчиками по правильному питанию.

2 октября

Схема питания по Болотову

1. Главная цель завтрака – улучшение и усиление работы желудка, чтобы прямо с утра ферменты желудочного сока начали разрушать старые и больные клетки. Все утренние блюда должны активизировать работу желудка. Для этого можно использовать каши, «здоровый» хлеб, добавить травы в свою выпечку.

2. Обед помогает нам справиться с задачей выведения шлаков из организма. Здесь перед нами встает проблема некоторого повышения естественного уровня кислотности организма. Можно использовать мои уксусы, квашеные, маринованные, соленые овощи, корни, грибы.

3. Вечером наша главная задача – добиться полноценного сна. Для этого стоит употреблять высокоуглеродные блюда, например проростки, макароны, лапшу, хлеб, сладкие сочные фрукты, свежие овощи, самодельные сыры.

3 октября

Принцип парности в режиме питания

Для нормализации аппетита продукты питания должны соответствовать правилу парности. Это значит, что вкусной пищей должна быть только та, которая находится в паре «инь» и «ян», то есть кисло-щелочная.

Например, вкусным оказывается сыр с хреном, холодец с горчицей или хреном, сосиски с капустой, мясо с картошкой, мясо с рисом (плов), рыба с лимоном, птица с яблоками, молоко с хлебом (тюрля), яйца с квасом (окрошка), сметана с блинчиками, мясо с вареным тестом пшеницы (пельмени), молоко с вареным тестом (лапша, макароны, вермишель, галушки), молоко с земляникой или клубникой, малиной, черникой, шелковицей и так далее.

4 октября

Приготовление пищи

Пища может быть как сырой, так и подвергнутой тепловой обработке. Вкусовые качества сырой пищи полностью определяются пряностями, солью и уксусом. Вкусовые качества вареной пищи определяются еще и степенью варки. Так, например, переваренный картофель невкусен. Картофель должен быть сыроватым и слегка похрустывать во рту.

Мясо лучше недоваривать, а рыбу переваривать. Яйца хороши и всмятку, и сваренные вкрутую.

Капусту, морковь, свеклу лучше переваривать в борщах, а мучные блюда (лапшу, вермишель, галушки, клецки, макароны, вареники) нельзя ни переваривать, ни недоваривать.

5 октября

Как готовить каши

Все каши надо готовить специальным образом. Крупы лучше вначале подвергнуть квашению (как капусту), а уже потом уже варить. Точно так же вначале дробятся в крупу или муку горох, фасоль, бобы, соя и т. п., а уж потом только варятся, но очень мало. Длительная варка этих блюд бесполезна, так как они после брожения представляют собой типичную целлюлозу.

Длительность квашения всех круп может составлять от нескольких дней до нескольких недель.

6 октября

Пшениные каши

Пшениная каша с овощами и чесноком. Промыть 1½ стакана пшена 7 раз (последний раз – горячей водой); залить промытое пшено 3 стаканами кипятка, посолить по вкусу и оставить на 5 минут на среднем огне под закрытой крышкой. В это время мелко нарезать пучок петрушки, помидоры и чеснок. Выключить огонь и высыпать все, что нарезали, в кастрюлю, потом завернуть ее и поставить под подушку на 20–40 минут.

Каша пшениная – тыквенник. Для ее приготовления понадобятся: 1 стакан пшена, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 стакана воды, ½ стакана сливок, 1 ч. ложка соли, 2 стакана молока, 1 вареное яйцо, 1 стакан тыквенного пюре. Сварить пшеничную молочную кашу, смешать ее со сваренным на молоке тыквенным пюре, мелко рубленным крутым яйцом, половиной порции сливочного масла и переложить в глиняный горшок, обмазанный изнутри маслом. Поставить в духовку на 15 минут.

7 октября

Гречневые каши

Гречневая каша с репчатым луком. Промыть 2 стакана крупы и замочить на несколько часов в 3 стаканах холодной воды. После этого, не сливая воду, посолить, прокипятить крупу буквально 1–2 минуты. Затем засыпать в кашу 2 небольшие мелко нашинкованные луковицы и мелко нарезанную дольку чеснока. Вот и все! Осталось только поместить ее «под шубу», в тепло, на 30 минут, и можно подавать на стол.

Гречневая каша с квасом. Потребуется 300 г гречневой муки, 100 г солода, 100 мл кваса. Гречневую муку засыпать в горшок с кипятком, посолить, варить до готовности в печи. Заправить кашу солодом или квасом.

8 октября

Рисовая каша

Рисовая каша-похлебка. Для приготовления каши-похлебки нам нужны 2 ст. ложки риса, небольшой кусочек тыквы (200 г) или небольшой кабачок, головка репчатого лука, небольшая картофелина, 1 ч. ложка соли, корень петрушки или сельдерея, зелень кинзы, укропа и петрушки. Мелко нашинкованный лук бросить в 1 л подсоленной кипящей воды, когда же она снова закипит, положить туда мелко нарезанную вместе с кожурой картофелину и морковь, нарезанную кружочками. После очередного закипания туда же добавить промолотый в кофемолке рис, разболтанный в $\frac{1}{2}$ стакана холодной воды. После следующего закипания снять кастрюлю с огня и опустить в нее мелко натертую тыкву или кабачок. Затем дать каше-похлебке настояться, а напоследок посыпать зеленью.

9 октября

Несколько слов о мясе

А если вы любитель мясного и не мыслите начала дня без бутерброда с колбасой? Что ж, если вам это действительно приносит радость, не отказывайте себе в удовольствии. Только хлеб, на который вы положите колбасу или котлету, должен быть грубым, а сам бутерброд посыпьте зеленью.

Конечно, не забудьте про грубый салат из овощей, про проростки, отруби, блюда из орехов. Льняные и подсолнечные семечки, проростки, сухие пивные дрожжи, отруби, горсточка изюма (или высушенных ягод рябины, калины), смешанные за завтраком с йогуртом или кефиром, дадут вам замечательные деревенские мюсли.

10 октября

Рецепты блюд из хлопьев

Хлопья с цветной капустой и брусникой. Хлопья заранее замочить на 2 часа. Отваренную цветную капусту нашинковать мелко и смешать с брусникой – не бойтесь неожиданных сочетаний. Потом надо взбить простоквашу и добавить в нее сок половинки лимона и мелко натертую цедру этого же лимона. Такой смесью залить капусту и бруснику и все это смешать с хлопьями. Украсить и без того уже аппетитное блюдо можно все той же брусникой и яркими полосками лимонной корочки. Как только все будет готово, тут же подать на стол, поскольку такой деликатес ждать не любит.

Хлопья с капустой и морковью. Чтобы приготовить это блюдо, нам понадобятся 3 ст. ложки хлопьев, 50 г очищенных орехов или семян масличных культур, немного капусты и моркови. Предварительно замоченные хлопья смешать с молотыми орехами, нашинкованной соломкой капустой и натертой морковью. Размешать смесь и украсить тонкими колесиками моркови.

11 октября

Рецепты блюд с отрубями

Пирожки из отрубей с мясом. Для теста вам понадобится: отруби – 200 г, творог – 100 г, сливочное масло – 2 ст. ложки, сметана – 3 ст. ложки, яйца – 2 шт.

Для фарша будут нужны: говядина – 400 г, яйца – 2 шт., репчатый лук – 2 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, соль – 1 ч. ложка, зелень.

Отруби соединить с творогом, маслом, сметаной, яйцами (оставив пол-яйца для смазки), замесить тесто. Через 20 минут мокрой рукой приготовить

2 тоненькие лепешки. Лепешки начинить фаршем, придать форму пирожков, положить на противень, смазанный маслом, сверху смазать пирожки яйцом и печь в духовке до готовности. Приготовление фарша: вареное или тушеное мясо пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный и обжаренный на масле лук, посолить, обжаривать 5 минут, затем добавить крутые нарезанные яйца и зелень.

12 октября

Рецепты блюд с отрубями (окончание)

Свекла, тушенная с отрубями. Вам понадобятся: свекла – 2 шт. средних размеров, яблоко – большое зеленое, сметана – 2 ст. ложки, отруби – 100 г, масло сливочное – 2 ст. ложки, отвар овощей – 2 стакана, соль и лимонная кислота по вкусу. Свеклу отварить, очистить от кожуры, яблоко очистить от кожуры и семенных коробочек, свеклу и яблоко нарезать тонкими ломтиками. Отруби обжарить в масле до красноватого цвета, не допуская их подгорания. Соединить свеклу, яблоки, отруби, залить овощным отваром и тушить на слабом огне до готовности, затем заправить сметаной, солью, лимонной кислотой и довести до кипения.

Напиток из пшеничных отрубей. Отруби – 200 г, вода – 1 л, сахарный песок – 2 ст. ложки, дрожжи – 5 г. Отруби опустить в кипящую воду, варить в течение часа на медленном огне, процедить через марлю или сито, затем положить дрожжи, сахар. Напиток из отрубей можно добавлять в соусы, супы, а можно пить просто так (очень полезно при проблемной коже).

13 октября

Бессолевая капуста

Правильно приготовленная бессолевая капуста сохраняет свойства антибиотика. В конце первого дня квашения капусты резко активизируется процесс ее ферментации. Наилучшая температура для этого процесса – 25 °С. Этот режим способствует появлению у капусты приятного специфического запаха. К концу второго дня квашения в дело вступают лактобактерии. Они начинают быстро размножаться, и максимум их численности приходится на время между третьим и пятым днями ферментации. Через 5 дней процесс завершается.

Чтобы полностью использовать питательные компоненты и целебные свойства бессолевой кислой капусты, лучше готовить ее собственноручно. Бессолевая кислая капуста домашнего приготовления вкусна и куда ценнее обычной свежей.

14 октября

Приготовление бессолевой кислой капусты

Свежую зрелую белокочанную капусту зачистить от загрязненных, вялых и зеленых листьев, удалить кочерыжки. Кочаны нашинковать. Когда вы будете рубить капусту, оставьте несколько наружных больших листьев целыми – они вам еще понадобятся. Капусту уложить в емкость слоем толщиной примерно 3–4 см, наверх – слой нарезанного колечками репчатого лука, натертую на крупной терке морковь, 3–4 зубчика рубленого чеснока, посыпать зеленью петрушки и сельдерея, семенами тмина и укропа, тщательно перетереть руками и примять. Теперь толщина слоя капусты со всеми добавками будет составлять около 5 см.

Далее повторять укладывание таких 5-сантиметровых слоев, полностью соблюдая описанную выше технологию. Так следует делать, пока до верха емкости не останется 8–10 см. Затем всю смесь залить чистой холодной водой. Теперь положить сверху целые капустные листья, а поверх листьев – ткань, чтобы она их плотно закрывала, особенно по краям емкости. На ткань поместить дощечку и прижать ее камнем так плотно, чтобы выступила жидкость и залила ткань. Накрывать емкость чистым полотенцем и оставить в теплом помещении.

15 октября

Приготовление бессолевой кислой капусты (окончание)

Во время квашения капусты снимайте с поверхности любые пенистые образования, которые могут там появиться. Следите за тем, чтобы дощечка и гнет удерживали заквашенную массу полностью под ферментирующей жидкостью. Следует периодически снимать и прополаскивать ткань, дощечку и камень надо тщательно промывать и снова класть их на место.

В среднем для полного завершения процесса требуется 7 суток. Затем переложите капусту из емкости для квашения в другую посуду и поставьте в холодильник.

16 октября

Салат с бессолевой капустой

Продукты для 4–6 порций: 1 натертая морковь, 1 натертая свекла, $\frac{1}{2}$ стакана рубленого сельдерея, $\frac{1}{2}$ стакана рубленой петрушки, 1 стакан рубленой белокочанной капусты, 1 стакан рубленой краснокочанной капусты, 1 нарезанный кубиками зеленый перец, $\frac{1}{2}$ нарезанного кусочками красного перца, 1 нарезанный кубиками свежий огурец, 3 помидора, 3 мелко нарезанные луковицы, $\frac{1}{2}$ стакана свежего зеленого гороха, 2 стакана бессолевой капусты, 2 ст. ложки нарубленного укропа, 2 ст. ложки яблочного уксуса, 200 г майонеза (лучше всего оливкового).

Выложить в миску подготовленные овощи и зелень: свеклу, морковь, сельдерей, петрушку, белокочанную и краснокочанную капусту, огурец, зеленый и красный перец, лук, горох и все смешать. Побрызгать сверху яблочным уксусом и снова перемешать. Поставить блюдо на 1–1,5 часа в холодильник. Непосредственно перед подачей на стол положить в салат бессолевую кислую капусту и нарезанные помидоры и заправить майонезом, еще раз все хорошенько перемешав. Готовый салат можно выложить в салатницу и украсить веточками петрушки, сельдерея и укропа.

17 октября

Кислая капуста с яблоками

Простой в приготовлении отличный гарнир к любым запеканкам. Продукты на 6 порций: 3¼ стакана бессолевой кислой капусты, 2 ст. ложки желе из красной смородины, 3 стакана мелко нарезанных зеленых яблок, ¼ стакана меда или сахара, по ¼ стакана нерафинированного растительного масла и уксуса. Смешать кислую капусту, яблоки, мед, масло и уксус. Положить смесь в тяжелую кастрюлю с длинной ручкой, смазанную маслом. Варить, постоянно помешивая, эту массу на среднем огне до тех пор, пока она не примет светло-коричневый цвет. Подавать на закуску.

18 октября

Ферментирование овощей, зернобобовых и растений

Маринуют самые разные овощи: огурцы, помидоры, сладкий перец, капусту белокочанную, краснокочанную и цветную, кабачки, морковь, свеклу, репчатый лук, чеснок и другие. Можно мариновать и смеси из различных овощей.

Из пряностей в овощных маринадах используют лавровый лист, перец – красный стручковый горький, черный и душистый; гвоздику, корицу, бадьян, из овощной зелени – укроп, петрушку, сельдерей, эстрагон, базилик и другие, из прочих овощей – чеснок, корень хрена.

Банки должны быть тщательно простерилизованы.

19 октября

Капуста белокочанная маринованная

Кочаны зачищают от зеленых и вялых листьев, при необходимости (в случае загрязнения) моют, тонко шинкуют и на минуту погружают в кипящую воду. Пряности ополаскивают. Готовят маринадную заливку: в воде растворяют сахар и соль, доводят раствор до кипения и в конце добавляют уксус. На дно банки емкостью 1 л укладывают черный перец и гвоздику по 4–5 шт., корицу на кончике ножа, заливают 200 мл горячей маринадной заливки и заполняют, плотно приминая, пробланшированной капустой до плечиков банки так, чтобы заливка была выше уровня капусты. Банки накрывают крышками и пастеризуют в кипящей воде 13–15 минут. Затем банки герметично укупоривают и охлаждают. На 5 банок емкостью 1 л – 4 кг капусты, 1 л воды, 5 ст. ложек сахарного песка, 5 ч. ложек соли, 1 стакан 9-процентного уксуса, по 25 шт. черного перца и гвоздики, $\frac{1}{2}$ ч. ложки молотой корицы.

20 октября

Борщ постный с грибами и квашеной капустой

Вам понадобятся: 4 стакана воды, 40 г белых сушеных грибов, 3 свеклы, 1 стакан квашеной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки томатной пасты, лавровый лист, соль, перец, укроп – по вкусу.

Грибы промыть и замочить в 2 стаканах воды на 2 часа. Затем отварить в той же воде до мягкости и откинуть на дуршлаг. Нарезанные лук, капусту, свеклу, морковь и петрушку поджарить в масле, в конце жарения добавить муку. Готовые овощи залить грибным бульоном, добавить 2 стакана воды, соль, томатную пасту, перец и лавровый лист. В бульон положить нашинкованные и обжаренные в масле грибы, варить все вместе 30 минут. Перед подачей на стол посыпать укропом.

21 октября

Солянка из квашеной капусты

Вам понадобятся: 600 г квашеной капусты, 400 г белокочанной свежей капусты, 2 головки лука, 5–6 сушеных грибов, по 2 ст. ложки растительного масла и муки, 2–3 ст. ложки томатной пасты, красный перец, черный перец, сахар, майоран, соль – по вкусу. Квашеную капусту мелко порубить, залить $\frac{1}{2}$ стакана кипящей воды, довести до кипения. Добавить нашинкованную свежую капусту и все вместе тушить. Грибы вымыть, замочить в 1 стакане воды на 1 час, сварить в этой же воде, процедить, мелко порубить и вместе с томатной пастой добавить в капусту. Лук мелко нарезать, поджарить на масле, добавить муку, развести грибным отваром и положить в капусту. Посолить, поперчить, посыпать сахаром и майораном. Все хорошенько перемешать и тушить до готовности.

22 октября

Солянка грибная с квашеной капустой

Вам понадобятся: 1 стакан воды, 25 г белых сушеных грибов, 100 г соленых грибов, 2 стакана свежей нарезанной капусты, 1½ стакана квашеной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 2 луковицы, 2 помидора, 2 ст. ложки растительного масла, 12 маслин, 2 ст. ложки нарезанного укропа, 3 ст. ложки сметаны, сок ½ лимона, перец черный, 6 горошин черного перца, лавровый лист, соль, зелень укропа – по вкусу.

Грибы промыть, замочить в 1 стакане воды на 2 часа. Затем отварить, процедить, нарезать соломкой и вместе с шинкованными морковью, петрушкой и сельдереем снова опустить в отвар, немного поварить. Свежую и квашеную капусту, измельченные помидоры и лук тушить с маслом до мягкости. Подготовленную капусту и овощи соединить с бульоном, добавить пряности и варить 15 минут на умеренном огне. Солянку заправить сметаной и лимонным соком.

23 октября

Щи из квашеной капусты с грибами

Вам понадобятся: 4 стакана воды, 50 г сушеных грибов, 1 стакан квашеной капусты, 2 луковицы, 1 морковь, 2 ст. ложки жира, 4 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки томата-пюре, 2 ч. ложки муки, соль, перец, лист лавровый, зелень укропа или петрушки – по вкусу.

Грибы промыть и замочить в 2 стаканах воды на 1–1½ часа, пока не станут мягкими, отварить в этой же воде, откинуть на дуршлаг, промыть и нарезать. Квашеную капусту, нашинкованные лук и морковь положить в кастрюлю, добавить томат-пюре и ½ стакана воды, закрыть крышкой и тушить 40 минут, периодически помешивая. Затем влить в грибной бульон 1,5 стакана воды, довести до кипения, положить тушеную с овощами капусту, грибы, пассерованную муку, перец, лавровый лист, посолить и варить в течение 5–10 минут. Готовые щи посыпать зеленью укропа или петрушки, заправить сметаной.

24 октября

Рецепты блюд из ростков сои

Салат из соевых ростков. Ростки – 100 г, чеснок – 2 зубчика, черный перец, зелень, соевый соус, соль – по вкусу. Очистить проростки от тонкой пленки и ошпарить кипятком. Добавить чеснок, перец, зелень, соевый соус.

лапша жареная с соевыми ростками. Соевые ростки – 100 г, отваренная лапша – 100 г, отваренное филе курицы (или креветки) – 100 г, арахис – 100 г, корень сельдерея – 1 шт., чеснок – 2 зубка, растительное масло – 4 ст. ложки, соевый соус, перец, соль по вкусу. Арахис измельчить и обжарить. Чеснок измельчить и обжарить на масле до золотистого цвета, добавить мясо и перемешать. Затем добавить лапшу и жарить 15–20 минут, помешивая и встряхивая. В конце приготовления добавить измельченные ростки сои, сельдерей, арахис, посолить, поперчить и заправить соусом.

25 октября

Рецепты блюд из ростков сои (окончание)

Ростки сои, жаренные с грибами. Ростки – 100 г, сушеные грибы – 15 г, кунжутное масло – 2 ст. ложки, перец, соль по вкусу.

Грибы отварить и нарезать. Ростки сои измельчить, ошпарить водой, тотчас положить вместе с грибами на сильно нагретую сковородку с небольшим количеством кунжутного масла, добавить соль, грибной отвар (20 г). Неоднократно встряхивая сковороду, прожарить продукты, а затем влить остальное кунжутное масло, пережаренное с душистым перцем. Для этого душистый перец опустить в очень горячий фритюр из кунжутного масла и держать его в нем не более 0,5 минуты, после чего масло процедить. **Ростки сои, жаренные с сельдереем.** Сушеные ростки – 100 г, зелень сельдерея – 2 веточки, кунжутное масло – 2 ст. ложки, соевый соус – 1 ч. ложка, душистый перец – 1 ч. ложка, соль по вкусу. Зелень сельдерея перебрать, промыть и нарезать соломкой. Ростки сои также нарезать. Вместе с зеленью сельдерея ошпарить их кипятком и сейчас же положить на сильно разогретую сковородку с небольшим количеством кунжутного масла.

Добавить соевый соус, отвар бобовых (20 г), соль и прожарить, неоднократно встряхивая сковороду. После этого влить остальное кунжутное масло, пережаренное с душистым перцем.

26 октября

Рецепты блюд из ростков пшеницы и других злаковых

Проростки пшеницы и других злаковых. Замочить зерна на 2–3 часа, воду слить, зерна положить в плоскую посуду, накрыть мокрой марлей и поставить в нехолодное несолнечное место. В зависимости от вида зерен проростки появятся на 2–4-й день. Нужно следить, чтобы марля всегда была влажной, и промывать зерна каждый день, чтобы они не прокисли.

27 октября

Рецепты блюд из ростков пшеницы и других злаковых (окончание)

Сыр из семян. Проростки подсолнечника – 1½ стакана, проростки кунжута – 1½ стакана, реджвелака – 1 стакан. Измельчить миксером проростки с реджвелаком, чтобы получилась густая паста. Положить эту смесь в стеклянную банку, накрыть чистым полотенцем или салфеткой и оставить на 8–12 часов (чем больше время выдержки, тем острее вкус). Если у вас нет реджвелака, можно взять пасту из соевых бобов (1 ст. ложку на стакан воды). Однако в этом случае ферментация идет 12–18 часов. Когда ферментация закончится, проткнуть сыр ложкой и слить воду, собравшуюся на дне банки.

Попробуйте приготовить такой сыр с проросшим миндалем. Комбинации из проростков миндаля, подсолнечника и кунжута очень вкусны. Остатки сыра держать в холодильнике хорошо закрытыми не более 5 дней.

28 октября

Винегреты

Винегрет с маринованной свеклой. 3–4 ст. ложки маринованной свеклы, 2 средних маринованных патиссона, 4 картофелины, 2–3 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка сахарного песка, соль по вкусу.

Картофель промыть, отварить в кожуре, очистить, нарезать мелкими кубиками. Патиссоны промыть и тоже нарезать мелкими кубиками. Маринованную свеклу (без жидкости) посыпать сахаром, перемешать, оставить на 6–8 минут и вновь перемешать. Соединить картофель, патиссоны, свеклу, растительное масло, посолить по вкусу, перемешать, выложить в салатник.

Винегрет с маринованной капустой. 2 ст. ложки маринованной капусты, 4 картофелины, 2 моркови, 1 свекла, 2 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, соль по вкусу.

Картофель, морковь и свеклу промыть, отварить в кожуре по отдельности, очистить. Картофель и морковь нарезать кубиками. Свеклу нарезать отдельно, полить маслом, перемешать, затем все овощи соединить, посолить, вновь перемешать, выложить в салатник.

29 октября

Мучные изделия

Макароны с овощами и томатом. Для этого блюда нам потребуются 2 стакана ломаных макарон, 2 морковки, 2 головки репчатого лука, корень петрушки, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка томатного пюре, соль.

Овощи шинковать в виде лапши, спассеровать на масле, смешать с томатным пюре и прокипятить в течение 5–7 минут. Макароны нужно просто отварить и соединить с приготовленными овощами.

30 октября

Мучные изделия (продолжение)

Вареники с луком. Тесто для вареников: 2 стакана муки, 2 яйца, 20 г сливочного масла, $\frac{1}{2}$ ст. ложки сахарного песка, $\frac{1}{2}$ ч. ложки соли, $\frac{1}{2}$ стакана воды. Иногда добавляют мелко нарезанную зелень.

Муку просеять, тщательно смешать все ингредиенты с водой так, чтобы тесто было густым. Тесто положить в кастрюлю и, закрыв крышкой, дать ему постоять 30 минут.

Теперь приготовить луковый фарш. Для него понадобятся 1 кг лука, 2 яйца, стакан растительного масла. Лук мелко шинковать и спассеровать на растительном масле. После того как лук остынет, в него осторожно ввести $\frac{1}{2}$ стакана кефира, добавить нарезанные яйца и мелко нарубленную зелень, перец, соль. Фарш как следует перемешать.

После того как тесто полежит 30 минут, разрезать его на части и раскатать в жгуты толщиной 2–3 см. Каждый жгут разрезать поперек на куски, которые раскатать в кружки. На один положить начинку, другим кружком закрыть нижний, прижимая края. Начиненные вареники хранить в холодильнике, а затем, по мере надобности, отваривать в подсоленной воде.

31 октября

Мучные изделия (окончание)

Оладьи из геркулесовой каши. Глубокая тарелка геркулесовой каши, 1–2 яблока, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка сахарного песка, $\frac{1}{2}$ стакана растительного масла.

В геркулесовую кашу добавить натертые яблоки, сахар и муку. Тщательно перемешать. Жарить оладьи на раскаленной сковороде в растительном масле. Подавать горячими, с медом, вареньем или джемом к чаю, кофе.

Оладьи тыквенные. 1 кг очищенной тыквы, 1 стакан пшеничной муки, соль, сахар по вкусу.

Тыкву натереть на мелкой терке, добавить соль и сахар, всыпать муку, замесить однородное тесто. Раскладывать ложкой на раскаленную сковороду в разогретое растительное масло, обжаривать с обеих сторон.

1 ноября

Аптека Болотова

Гиппократ считается первым врачом, создавшим теорию лечения болезней. Он отмечал наличие гармонии в организме, утверждая, что болезни возникают именно при нарушении гармонии. Он же рекомендовал принимать растения целиком и в виде соков.

Мною предложено использовать растения в виде жмыхов, содержащих пектины, способных выводить из организма тяжелые металлы, в том числе радио нуклиды. Это мое предложение успешно опробовано учеными-медиками КГБ на больных, пораженных радионуклидами. По официальным сообщениям, сорбенты на пектинах спасли много тысяч облученных. С другой стороны, мною также разработаны методики получения ферментов за счет брожения, то есть жизнедеятельности как бактерий молочной сыворотки, так и бактерий кишечника животных.

Далее я опишу растения, которые помогают при различных заболеваниях.

2 ноября

Аконит джунгарский

Цветы аконита, переброженные на молочной сыворотке, применяют при снятии острых ревматических болей, они также помогают при лечении многих разновидностей саркомы. Водочная настойка цветков аконита снимает прострельные боли при радикулите, помогает при мигрени, лечит изъязвленные раковые шишки и другие острые боли.

Для ее изготовления берут $\frac{1}{2}$ л водки (спирта), полстакана сухих цветов и листьев аконита. Все настаивают 5–10 дней. Настойка очень ядовита и вынуждает пользоваться ею очень осторожно и только под наблюдением врача.

Ферменты аконита приготавливают на молочной сыворотке.

3 ноября

Барвинок розовый

Настойки листьев барвинка используют для остановки кровотечения, при зубной боли, для лечения диабета, как средство, снижающее сахар. Некоторые алкалоиды барвинка, например, винбластин, винкристин, онковин, применяют при лечении острой формы лейкемии у детей. Но наиболее эффективен барвинок в виде ферментов, которые образуются в результате молочнокислого брожения.

Для его изготовления берут 3 л молочной сыворотки, полстакана листьев барвинка, стакан сахара, 1 ст. ложку сметаны. Растение погружается на дно с помощью марлевого мешочка и каменного грузика. Все бродит не менее 3 недель в теплой комнате (18–25 °С). Пьют по полстакана во время болей и за 10–15 минут до еды.

4 ноября

Безвременник осенний

Алкалоиды безвременника воздействуют на ядра асцитных клеток. Одним из действующих веществ является колхицин ($C_{22}H_{25}O_6N$), относящийся к кариокластическим ядам растительного происхождения, обладающим способностью вызывать деструктивные изменения и распад ядер (кариолиз).

Токсичность колхицина снимается путем молочнокислого брожения. Для этого берут 3 л молочной сыворотки; добавляют в нее размолотые верхние части растения, стакан сахара, 1 ст. ложку сметаны. Все бродит не менее месяца. Образующиеся при брожении кислые белки (пептиды) обладают обезболивающими свойствами. Пьют ферменты при ощущении болей в зонах развития опухолевых процессов по 1 ст. ложке. Дозу постепенно увеличивают до полстакана.

Сок клубневой части безвременника устраняет бородавки, папилломы, пигментные пятна. Алкалоид омаин $C_{21}H_{25}O_5N$, полученный из безвременника великолепного, применяют в мазях для лечения рака кожи 1-й и 2-й степени, при этом некроза хрящевых пластинок не наблюдается. Аналогичными свойствами обладает лизол, получаемый из каменноугольной смолы, мумие и пеньковая гниль хвойных деревьев.

5 ноября

Болиголов пятнистый

Настойку болиголова применяют как болеутоляющее и противосудорожное средство. С ним делают припарки к опухолям. Из травы готовят ферменты на основе молочной сыворотки.

Для этого на 3 л сыворотки берут полстакана травы, стакан сахара, одну 1 ч. ложку сметаны. Все бродит не менее 2 недель. Пьют при фибриоме матки, при раке, при кашле по полстакана за 10–15 минут до еды. Делают ингаляции. Растение очень ядовито, и пользоваться им надо очень осторожно.

6 ноября

Бузина черная

Плоды бузины применяют в виде ферментов при опухолях в мочеполовых органах.

Фермент приготавливают так: берутся 3 л воды, 1–2 стакана плодов или цветов бузины, 1 стакан сахара, 1 ч. ложка сметаны. Все бродит не менее 2 недель. Пьют по полстакана за 10–15 минут до еды.

Квасы из плодов помогают при запорах, геморрое, а также при раке предстательной железы.

7 ноября

Горичник русский

Фурукумарин – пеоуцеданин, полученный из растения горичник русский (4-метокси, 5-изопропил-фуру-2, 3, 6, 7-кумарин), совместно с ультрафиолетовым облучением помогает лечить болезнь витилиго. Ферменты, полученные на основе молочнокислого брожения горичника, способствуют рассасыванию опухоли в молочных железах.

Для их изготовления на 3 л молочной сыворотки берут $\frac{1}{2}$ стакана размолотой верхней части растения, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит не менее 2 недель. Пьют $\frac{1}{2}$ стакана за 10–15 минут перед едой.

8 ноября

Дягиль лекарственный

Отвар корня дягиля на молоке помогает рассасываться опухолям в молочных железах. Настойка корня дягиля на виноградном вине позволяет получить целебный напиток, который употребляют по 50–100 г за 15–20 минут до еды при опухоли в почках и мочеполовых органах. Дягиль иногда смешивают с бедренцом камнеломким – *Pimpinella axifraga* L. (сем. зонтичных). Готовят ферменты по следующей схеме:

3 л воды, ½ стакана дягиля, ½ стакана бедренца, 1 стакан сахара, 1 ч. ложка сметаны. Все бродит не менее 2 недель. Пьют по полстакана за 10–15 минут до еды.

9 ноября

Кровохлебка лекарственная

Кровохлебка, настоянная на уксусе и виноградном вине (кагоре), применяется при фибриоме матки. Ее употребляют по 50–100 г за 15–20 минут до еды. Чай из кровохлебки останавливает маточные кровотечения.

Часто кровохлебку заваривают как чай вместе с пастушьей сумкой или барвинком розовым. Ферменты кровохлебки помогают рассасыванию опухолей в молочных железах.

Ферменты готовят на воде. Берут 3 л воды, 1 стакан соцветий, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит не менее 2 недель при комнатной температуре. Пьют по ½ стакана за 10–15 минут до еды.

10 ноября

Крушина ольховидная

Крушину ольховидную применяют в виде настоек на водке с добавкой квасцов при опухолях наружной части половых органов.

При раке молочной железы используют водную настойку смеси крушины и касатика желтого (чирса) – *Iris pseudacorus* L. (сем. касатиковых), хорошо подсоленную (на 1 стакан кипятка берут по 1 ст. ложке крушины и касатика). Настаивают в термосе около часа, добавляют 1 ст. ложку соли на 1 стакан настойки. Затем смоченный бинт в несколько слоев прикладывается к опухоли. Сверху

повязки прикладывают водяную грелку. Когда бинт подсохнет, его дополнительно смачивают приготовленным настоем. Ферменты крушины помогают при запорах и раке предстательной железы.

11 ноября

Лук репчатый

Лук применяют при лечении лимфосистемы (лимфадениты, лимфогранулематозы, лимфосаркомы, лимфокарциномы).

Для этого лук вымачивают в виноградном вине в течение 2–3 месяцев, а затем употребляют с пищей.

Печеный лук прикладывают к местам опухолей (лимфоузлам, включая узлы щитовидной железы).

Ферменты из лука способствуют очищению сосудов от соли и холестерина элементов.

Для их изготовления берут на 3 л воды 2 стакана разрезанных на дольки головок лука, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит не менее 2 недель. Пьют в течение дня вместо воды по полстакана или стакану в любое время, кроме ужина (из-за сильного мочегонного свойства).

12 ноября

Лютик едкий

Лютик едкий (куриная слепота) содержит ядовитые гликозиды g-лактоны (ранункулин и протоанемонин), флавоноиды (кемпферол, кверцетин и другие). Применяют только после ферментирования на молочной сыворотке для наружного действия при лимфогрануломатозе. Быстро прекращает гнойный процесс, если на вскрывшиеся шишки лимфоузлов прикладывать соль, смоченную квасом из лютика.

Квас употребляют внутрь в малых дозах при глаукоме и катаракте при врачебном контроле.

13 ноября

Мак

Ненасыщенные жирные кислоты семян мака применяют при лечении некоторых форм карцином, сарком, а также рака Эрлиха.

Для изготовления лекарства хорошо размалывают семена мака, заливают старым виноградным вином. Вино по 50–100 г употребляют внутрь за 5–10 минут до еды.

Размолотые коробочки используют для получения обезболивающего фермента.

Для его приготовления на 3 л воды берут полстакана маковой соломки, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит не менее 2 недель. Пьют по ½ стакана или стакану во время болей, а также за 10–15 минут до еды.

14 ноября

Морковь посевная

Переброшенная корневая часть моркови используется при лечении рака крови.

Для изготовления лекарства размолотая масса моркови смешивается с сахаром в пропорции 3: 1 (3 кг моркови на 1 кг сахара). Все хранится в тепле 1–3 месяца. Употребляют по 2–4 ст. ложки во время еды.

Свеженатертая морковь (жмыхи) вытягивает из опухолей щелочные металлы (цезий, серебро, стронций, барий, ртуть, таллий, свинец, висмут и другие) и тем самым способствует излечению ожогов и опухолей (рака). Свойствами вытягивать из опухоли щелочные металлы обладают также жмыхи капусты, свеклы, редьки, лука, чеснока, яблок, картофеля. Они вытягивают металлы из желудочно-кишечного тракта. Введение жмыхов в желудочно-кишечный тракт является крайне необходимым при раке ЖКТ.

Морковь содержит кобальт, что ценно для кроветворных процессов. Она, как и тысячелистник (молокогонник), усиливает молокогонные процессы, что очень важно для рожениц. Морковь лучше есть квашеной, подержав ее 2 недели в кислой капусте.

15 ноября

Мята перечная

Мята, варенная в течение 5 минут в уксусе, помогает рассасыванию опухоли в полости рта и горла.

Для изготовления лекарства на $\frac{1}{2}$ л 9-процентного уксуса или виноградного вина берут полстакана мяты перечной или $\frac{1}{2}$ стакана любистока лекарственного – *Levisticum officinale* Косп. (сем зонтичных). Можно оба растения брать в равной пропорции. Кипятят на слабом огне или держат в кипятке в термосе в течение 50 минут.

16 ноября

Ноготки лекарственные

Толченые с солью листья и цветы ноготков используют для выведения бородавок, мозолей. Употребление этой массы внутрь способствует излечению рака молочной железы и рака женской половой системы.

Помогает также при опухолях щитовидной железы и при лимфаденитах.

Ферменты, приготовленные на цветах, являются общеукрепляющими при раке эндокринной системы и являются крайне необходимыми для людей, подверженных влиянию радиации.

Ферменты готовят так: на 3 л воды берут 1 стакан травы с цветами (можно сухими), добавляют 1 стакан сахара, 2 ст. ложки перца (горошек), 1 ст. ложку соли, 1 ч. ложку сметаны. Все киснет не менее 2 недель. Пьют без нормы и в любое время.

Чтобы в траве не заводились винные мошки, ее помещают в марлевый мешочек и с помощью каменного грузила погружают мешочек на дно банки. Вода и сахар добавляются по мере употребления. Данного объема травы хватает на 10–30 л воды.

17 ноября

Облепиха крушиновидная

Водочная настойка коры облепихи тормозит рост опухоли Эрлиха и некоторых других опухолей.

Квасы из плодов обладают общеукрепляющим свойством, стимулируют выделение пепсинов желудка и тем самым способствуют рассасыванию практически всех видов опухолей.

Для приготовления кваса на 3 л воды берут 1 стакан размятых плодов облепихи, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все киснет в тепле около 10 дней. Пьют по полстакана или стакану за 10–15 минут до еды.

18 ноября

Пион необычный

Клубни пиона (марьиного корня) в виде ферментов применяют при ревматизме, подагре, эпилепсии, бессоннице, раке желудка, печени, матки. В клубнях пиона обнаружено много различных микроэлементов, таких как стронций, свинец, медь, хром, сурьма, марганец, никель, висмут, молибден, вольфрам, титан, магний, натрий, кальций, барий.

Ферменты марьиного корня ароматны и очень вкусны. Их можно пить без ограничений. Способ приготовления ферментов обычный.

19 ноября

Подорожник большой

Навар листьев подорожника на уксусе или виноградном вине применяют при полоскании ротовой полости и горла. Навар способствует рассасыванию опухоли в желудочно-кишечном тракте, если употреблять его внутрь по 1 ст. ложке с кислым молоком, кефиром, ряженкой или с первыми блюдами – супами, борщами.

Размолотый подорожник, пересыпанный солью (до 1–2 %), как свежий, так и сухой, помогает рассасыванию опухоли в желудке. Особенно хорошо он рассасывает полипы в желудочно-кишечном тракте.

20 ноября

Подофилл щитовидный

Алкалоиды подофилла применяют при раке кожи. Иногда спиртовым раствором подофилловой смолы пользуются для лечения папиллом гортани. Лучшие результаты получаются при перебродке размолотых корневищ подофилла.

Для этого на 1 кг корней подофилла берут 1 кг сахара. Все тщательно размалывается и под прессом с деревянной крышкой хранится не менее 2 месяцев. Образовавшуюся кисло-сладкую кашицу можно употреблять внутрь, начиная с $\frac{1}{4}$ ч. ложки, за 10–15 минут до еды. Потом дозу можно увеличивать до 1 ст. ложки в день.

Во всех случаях применение перебродженной массы следует согласовывать с лечащим врачом. Хороший эффект получается, если использовать смесь подофиллина (25 %) с раствором салициловой кислоты (20 %) при лечении открытых опухолевых образованиях, включая и рак кожи. Аналогичные результаты наблюдаются при лечении рака перебродженными или размолотыми ветками туи.

Для изготовления лекарства на 1 кг мелко размолотой массы листьев туи берут 2 кг сахара. Все под прессом бродит не менее 2 месяцев. Употребляют внутрь по 1–2 ст. ложки во время еды.

21 ноября

Полынь волосовидная

Чай полыни повышает кислотность желудочного сока, способствует выведению глистов, рассасыванию полипов. Ферменты на полыни позволяют излечивать многие опухоли в молочной железе, поджелудочной железе, печени и желудке. Ферменты приготавливают по обычной схеме.

Замечено, что семена полыни обладают сильным свойством отторгать не только раковые клетки, но и глистовые клетки, которые часто сходны с раковыми.

Квасы на полыни применяют при раке легкого и лимфогрануломатозе.

22 ноября

Полынь обыкновенная

Спиртовой раствор корней полыни помогает при эпилепсии, менингите, при раке желудка и женской половой сферы.

Молодые побеги и листья квасят как капусту и употребляют при раке желудка и раке легкого.

23 ноября

Ромашка аптечная

Применяют ромашку при полипозе кишечника. Пьют в виде чая по полстакана перед едой или через 30–40 минут после еды.

Ромашку используют в качестве пепсиностимулятора.

Для этого свежую траву размалывают на мясорубке, смешивают с сахаром (на 1 кг травы берут 2 стакана сахара и 1 ч. ложку сметаны). Все под прессом хранится в тепле в течение 3 месяцев. Образованную темную массу используют по 1 ст. ложке во время еды.

24 ноября

Тарактогенос курца

Масло семян тарактогеноса, содержащее чаульмугровую ($C_8H_{32}O_2$), гиднокарповую ($C_{16}H_{28}O_2$), пальмитиновую, стеариновую, тарактогеновую ($C_{36}H_{60}O_6$), изогадолеиновую ($C_{20}H_{38}O_2$) и арахидоновую ($C_{20}H_{40}O_2$) кислоты и другие вещества, способствуют рассасыванию многих опухолей.

Ферменты на основе семян усиливают рассасывание опухолей в печени, поджелудочной железе. Способ приготовления ферментов обычный.

25 ноября

Фиалка трехцветная

Фиалку в виде чайного настоя применяют при легочных воспалениях. Чай из фиалки пьют перед посещением сауны или ванной.

При лечении опухолей в легком употребляют ферменты из фиалки.

Для их изготовления на 3 л воды берут 1 стакан сухой или сырой травы фиалки, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит в теплом месте в течение 2 недель. Пьют образовавшийся квас по $\frac{1}{2}$ стакана за 10–15 минут до еды.

26 ноября

Чеснок

Чеснок, настоянный в вине или виноградном уксусе, употребляют при опухолях в половых органах, а также при фиброматозах. Отвар чеснока посевного в молоке применяют для наружных примочек. Иногда чеснок смешивают с дягилом.

Чеснок очищает организм от известковых солей, от жировиков. Он улучшает обмен веществ, стимулирует ферментовыделение (пепсинов желудка, желчи печени, трипсинов и инсулинов поджелудочной железы). Чеснок улучшает сосуды, делая их эластичными, предупреждает стенокардию, инфаркт миокарда, склероз, паралич, детскую сухотку, болезнь Бехтерева, артриты, улучшает зрение, восстанавливает память, омолаживает организм.

27 ноября

Чеснок (окончание)

Берут 300 г чеснока, размалывают в фарфоровой или деревянной ступке. На 1 л 90–97-процентного спирта берут 200 г размятой массы чеснока. Настаивают в темном прохладном месте 10 дней. Затем настойку процеживают через плотную ткань и отстаивают 2–3 дня. Употребляют с прохладным молоком за 15–20 минут до еды. В первый день перед завтраком принимают 2 капли настойки на $\frac{1}{4}$ стакана молока, столько же принимают перед обедом, а перед ужином принимают 3 капли; так по капле увеличивают дозу до 15 капель, а затем уменьшают – опять по капле. Курс повторяют через месяц, затем через год.

Чесночный квас приготавливают по обычной схеме. Только на 3 л молочной сыворотки берут 2–3 стакана размятого в деревянной ступке чеснока и перебраживают в течение 1–2 месяцев. Такой квас пьют по $\frac{1}{4}$ стакана. Он вызывает сильное опьянение, которое помогает избавиться от алкогольной и наркотической зависимости. Квас помогает также избавиться от тяги к курению и излечивает склероз всего организма.

28 ноября

Чистотел большой

Экстракты травы чистотела (ферменты, настойки на уксусе, вине, водке, керосине, лизоле и т. д.) применяют при различных чужеродных разрастаниях на поверхностях (коже, носоглоточных поверхностях, поверхностях желудочно-кишечного тракта, легочных, ушных и глазных поверхностях, поверхностях мочеполовых органов). Чистотел задерживает рост метастазов и уничтожает их. Кроме того, у этого растения выраженные противовоспалительные, противозудные, противомикробные, ранозаживляющие, болеутоляющие свойства. Чистотел снижает или предупреждает развитие некоторых грибковых заболеваний, обладает антивирусным действием.

29 ноября

Чистотел большой (окончание)

Готовят ферменты чистотела путем перебраживания молочной сыворотки.

Для этого берут 3 л молочной сыворотки, $\frac{1}{2}$ стакана травы чистотела (можно использовать и сухую траву), стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все бродит в теплом помещении в течение 2–3 недель. Квас употребляют по $\frac{1}{2}$ стакана за 10–15 минут до еды, а также в момент ощущения болей в зоне желудочно-кишечного тракта.

Ферментами чистотела можно также ингалировать путем пульверизации при бронхите, астме, раке легкого, при запыленности радионуклидами. Ими спринцуются при фибриомах в матке и раке; при раке прямой кишки и толстого кишечника ферменты используются в виде клизм.

30 ноября

Щавель конский

Листья конского щавеля, размолотые и подсоленные, применяют при опухолях в ротовой полости. Листья также квасят с подорожником, хреном и любистоком и употребляют во время еды.

Подсоленные листья конского щавеля при употреблении внутрь снижают в крови уровень сахара за счет усиленной стимуляции выработки поджелудочной железой инсулина.

1 декабря

Очищение организма

Если нет противопоказаний, то, перед тем как начинать лечение того или иного заболевания, необходимо пройти курс полного очищения организма. Однако не все решаются на такую чистку. В таком случае можно выполнить очистительные процедуры с помощью моих ферментов, квасов, очищающего уксуса и чая. Конечно, возникает вопрос, какое лечебное растение выбрать в качестве их ферментной основы. Обычно я использую какое-то одно растение, которое наиболее часто рекомендуется для лечения конкретного заболевания. Это может быть зверобой, тысячелистник, адонис, крушина и т. д. Главное – соблюдать гомеопатический принцип приготовления лечебного уксуса.

На $\frac{1}{2}$ л 6-процентного уксуса положите 3–5 ст. ложек высушенного растения. Не забывайте при этом обратить внимание на противопоказания к применению лечебного растения.

2 декабря

Очищение организма (продолжение)

Если же по каким-то причинам вы не сможете подобрать для себя лечебный уксус, то можно воспользоваться универсальными рецептами. Прежде всего, для очищения организма я предлагаю уксус, настоянный на траве багульника.

Готовят его так. Берут 0,5 л 6-процентного уксуса, добавляют в него ½ стакана нарезанных веток или корней багульника и настаивают 2–3 дня. Этот настой можно добавлять во всякий чай по 1 ч. ложке на стакан. Такая добавка нейтрализует вредные алкалоиды, сохраняя все ароматические качества чая и его полезные свойства. Этот уксус можно добавлять даже в супы и борщи. Также установлено, что уксус из багульника значительно снижает степень ожирения, поэтому с этой целью его можно применять в повседневном рационе.

3 декабря

Очищение организма (окончание)

Можно рекомендовать другой рецепт универсального уксуса, который обладает прекрасными очищающими и лечебными свойствами. Готовят его аналогично первому, но в качестве наполнителя берут полстакана корней или листьев сабельника болотного, декопа.

Что касается очищающих чаев, то для каждого заболевания подбирается соответствующее сырье. В чай стоит добавить 1–2 ч. ложки яблочного уксуса. Можно взять и простой зеленый чай (слабо заваренный) и влить в него несколько ложек моего лечебного уксуса.

4 декабря

Очищение при аритмии

Начинать очищение лучше с ферментов и квасов. В качестве основы для ферментов подойдут адонис, желтушник, ландыш, наперстянка, пустырник, валериана, для кваса – черника, земляника, малина, виноград. Ферменты пейте 2–3 раза в день за 15 минут до еды, а квасы – через час после. Курс – 1 месяц.

После этого рекомендовано посещение сауны, в которую стоит взять чай из шиповника с яблочным уксусом и медом. В сауне обязательно надо сделать массаж.

Хороший очистительный эффект при аритмии дает уксус: 2 ч. ложки соцветий календулы настаивайте в уксусе в течение 10 дней в теплом месте. Принимайте по ½ ч. ложки 3 раза в день.

5 декабря

Очищении при гипертонии

Из картофеля и рябины черной готовят жмыхи и сок. Жмыхи глотают по 2–4 ст. ложки, а сок пьют после еды. Хороший очистительный эффект дает квас из бузины, малины, клюквы, калины. Также принимайте ферменты из пшена, свеклы, омелы дубовой, цветов липы, сенны, коры крушины.

Приготовьте уксус: возьмите 20 г створок фасоли на 0,5 л яблочного уксуса, настаивайте не менее 3 дней. Пейте 3 раза в день по 0,5 ст. ложки, разведенной в 50 мл воды.

Истолките 2 большие головки чеснока и залейте стаканом лечебного уксуса, настоянного на стручках фасоли. Настаивайте 10 суток. Принимайте по ½ ч. ложки на 50 мл воды 3 раза в день до еды. Курс – 1 месяц.

6 декабря

Очищение при гипертонии (окончание)

Очищение чаем проводите в течение месяца. Для приготовления чая надо 1 ст. ложку плодов шиповника залить 3 стаканами воды, вскипятить и поставить парить на 3 часа. Подогревать и пить как чай в течение дня. Во время очищения пить только чай. Приготовьте глиняные ванны с уксусом. Возьмите 0,5 л отвара валерианы (для приготовления отвара сухих корней валерианы берут примерно 2 ст. ложки), 300 г глины, 200 мл лечебного уксуса, настоянного на фасолевых створках. Принимайте ванны не более 30 минут, 2 раза в неделю.

7 декабря

Очищение при гипотонии

Очистительные ферменты готовят из аралии маньчжурской, родиолы розовой, калгана, земляники, аира, девясила. Также рекомендую пить квасы из винограда, вишни, зубровки, зверобоя, алоэ.

Приготовьте уксус: 4 ст. ложки листьев татарника настаивайте в 250 мл яблочного уксуса не менее суток. Пейте по 1 ч. ложке, разведенной 50 мл воды, 3 раза в день.

Возьмите 1 ч. ложку (с верхом) плодов шиповника, растолките в эмалированной посуде, залейте 250 мл крутого кипятка. Подержите 10 минут на маленьком огне. Добавьте 1 ст. ложку лечебного уксуса. Принимайте по 1 ст. ложке 3 раза в день за 15–20 минут до еды.

8 декабря

Очищение при гипотонии (окончание)

При гипотонии я рекомендую также проводить частичные глиняные ванны с добавлением 100 мл моего лечебного уксуса. Делают их в небольшом тазике, в котором растворен стакан глины. Продолжительность ванны – 20–30 минут. Можно принять и полную глиняную ванну. Принимают ее 30 минут, а количество растворенного в ней лечебного уксуса должно быть не меньше 150–200 мл.

Приготовьте очищающий чай: 2 ч. ложки (с верхом) сушеных плодов шиповника залейте стаканом кипятка, добавьте 1 ч. ложку лечебного уксуса и пейте 3 раза в день после еды.

9 декабря

Очищение при ревматизме

Приготовьте уксус: залейте 2 ст. ложки (с верхом) кукурузных рылец стаканом яблочного уксуса. Настаивайте не менее 2 суток. Пейте в течение 2 месяцев раз в день (утром) по 2 ч. ложки, разведенные в 50 мл воды.

Сделайте уксусное обертывание. Льняное полотенце смочите в слабом растворе уксуса (на 0,5 л воды – 1 ст. ложка лечебного уксуса), слегка отожмите и оберните им больное место. Затем укутайте шерстяным платком. Держите от 1,5 до 8 часов.

Приготовьте уксусную настойку: залейте 30 г измельченных лавровых листьев 200 мл лечебного уксуса. Настаивайте 6 суток в теплом месте, после чего процедите и используйте для втирания.

10 декабря

Очищающие ванны при ревматизме

Взять 30 г измельченных корней валерианы на 1 л холодной воды. Настаивать 1 час, кипятить 20 минут, добавить 100 мл лечебного уксуса, настаивать еще 5 минут, процедить и влить в ванну. Принимать ванну перед сном. Курс лечения – 12–14 ванн.

Залить 50 г измельченной травы клевера лугового 1 л кипятка. Добавить 100 г лечебного уксуса. Настаивать 2 часа. Ванну принимать на ночь. Курс – 12–14 ванн.

Залить 50 г измельченной травы чабреца 1 л кипятка. Кипятить 5 минут. Добавить 100 мл лечебного уксуса. Настаивать 2 часа. Ванну принимать на ночь. Курс – 14–18 ванн.

Залить 2 ст. ложки измельченных корневищ аира 1 л кипятка. Кипятить 20 минут. Добавить 100 мл лечебного уксуса. Настаивать 30 минут. Процедить. Курс – 10–12 ванн.

11 декабря

Очищение при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки

При накоплении токсичных шлаков желудочно-кишечный тракт становится вялым. А ведь чем бодрее он работает, тем больше выделяет желудочных ферментов, которые играют ведущую роль в уничтожении старых клеток организма. Поэтому его так важно вовремя очищать. При язвенной болезни желудка необходимо использовать жмыхи из овощей и фруктов (картофеля). Как я уже указывал, они имеют отрицательный потенциал. Он сохраняется несколько недель, пока жмыхи не втянут ионизированные элементы воздуха. Благодаря этому овощные и фруктовые жмыхи вытягивают из стенок желудка и двенадцатиперстной кишки остатки жидкостей, различные металлы, а также свободные радикалы и канцерогенные вещества. Употреблять их рекомендую как сами по себе, так и со сметаной.

12 декабря

Очищение при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки (продолжение)

Взять 1 ст. ложку с верхом семян подорожника, залить стаканом кипятка. Настаивать в термосе всю ночь. Пить по $\frac{1}{3}$ стакана за полчаса до еды 3 раза в день (то есть нужна 1 ст. ложка семян на один день).

Провести курс в течение месяца, затем сделать месячный перерыв и приступить ко второму курсу очищения подорожником, и так – до выздоровления. Излечение наступает после 3–4 месяцев лечения. Если весной или осенью будет наступать обострение, очистительные процедуры нужно повторить.

13 декабря

Очищение при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки (окончание)

Если вас донимают боли, положите горячий влажный компресс на область желудка и на прилегающую область спины. Тепло понизит активность желудка и расслабит мышцы желудочной стенки, что снимет спазм и уменьшит выделение желудочного сока. Меняйте компресс, пока не пройдет боль. Советую ставить горячие влажные компрессы также на живот и смежные отделы позвоночника, но, если вам больше нравится, можно использовать горячий душ слабого напора на подреберье или на пупок. Помогут в какой-то мере снять боль и холодные компрессы на лоб.

Пейте глиняную воду утром и вечером за полчаса до еды (2 ч. ложки порошка глины на стакан воды). Через 2 недели увеличьте количество глины до 3 ложек на стакан воды.

14 декабря

Очищение при запоре

Используйте жмыхи овощей и фруктов. Если у вас повышенное давление, капустные жмыхи лучше чередовать со свекольным.

При запорах стоит готовить очистительные ферменты. Прежде всего из чистотела, который следует принимать по ½ стакана 2 раза в день, утром и вечером, за полчаса до еды. Курс лечения – 2 недели, затем перерыв на 10 дней, после этого нужно допить оставшуюся сыворотку. Также можно делать ферменты из сенны, коры крушины, плодов бузины, черемухи, черники и омелы дубовой, а также сок алоэ древовидного (1–2 ч. ложки 3 раза в день за 30 минут до еды).

15 декабря

Очищение при запоре (окончание)

При борьбе с запорами можно принимать уксус, настоянный на плодах жостера и цветках бузины. Для приготовления лечебного уксуса 1 ст. ложку измельченных плодов жостера и 1 ст. ложку цветков бузины залейте 200 г яблочного уксуса, настаивайте не менее суток в теплом месте. Принимайте по 3 ч. ложки на полстакана воды утром и вечером.

Эффективно очищение глиной. Надо 2 ч. ложки порошка глины развести 200 мл холодной воды. Оживить 1 ч. ложкой лечебного уксуса. Принимать по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день за 1 час до еды.

Приготовьте очищающий чай. Заварите 1 ч. ложку плодов аниса стаканом кипятка, настаивайте 20 минут, процедите, добавьте 1 ч. ложку лечебного уксуса. Пейте по $\frac{1}{4}$ стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

16 декабря

Очищение при геморрое

Рекомендую ферменты на молочной сыворотке. Для их приготовления берут полынь, аир, укроп или фенхель, обычным способом готовят из них фермент и пьют по 2–4 ст. ложки перед едой.

Приготовьте очищающий уксус (для наружного употребления). При геморрое, если нет противопоказаний из-за других болезней, можно принимать уксус, настоянный на чистотеле. Для его

приготовления 1 ст. ложку измельченной травы чистотела залить 0,5 л яблочного уксуса и настаивать 5 дней.

Сделайте очищающий уксус (для внутреннего употребления). Залить 3–4 ст. ложки ягод калины 0,5 л яблочного уксуса, настаивать 8 часов в теплом месте. Принимать по 1 ч. ложке, разведенной в 50 мл воды, 3 раза в день перед едой.

17 декабря

Очищение при геморрое (продолжение)

Частичные глиняные ванны делают в небольшом тазике, в котором растворен примерно стакан глины, оживленной 50 мл лечебного уксуса. Ванны проводят 20–30 минут.

В очищающие ванны советую добавлять стакан настоя травы кровохлебки (или 1 стакан отвара корней коровяка (медвежьего уха)). Ванна с этими настоями проводится в течение 10 минут.

При обострениях различных форм геморроя лечебный эффект оказывают лекарственные микроклизмы. Делают их и в профилактических целях. Чтобы избежать повреждения и раздражения геморроидальных узлов при хроническом геморрое, при кровотечениях и болях во время дефекации, используют клизмы, способствующие жидкому стулу и облегчению дефекации.

18 декабря

Очищение при геморрое (окончание)

Для большего размягчения кала в раствор для клизмы можно добавить растительное масло или глицерин. Микроклизмы ставят с помощью резиновой груши объемом 50–150 мл. Наконечник необходимо обильно смазать вазелином или жирным кремом и вводить в задний проход очень осторожно, стараясь дополнительно не травмировать и без того болезненные узлы.

Для клизм лучше всего использовать не воду, а травяные настои и отвары коры дуба, ромашки, зверобоя, корневища кровохлебки, соплодий ольхи. Можно еще посоветовать применять для клизм настой листьев земляники лесной.

Залить 1 ст. ложку листьев земляники стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить.

Клизмы из отвара плодов черники рекомендуют при геморроидальных кровотечениях.

19 декабря

Очищение при панкреатите

При панкреатите хорошо помогают гормон-содержащие ферменты, стимулирующие органы с левой стороны тела. Например, ферменты из аира, цикория, горчака, ястребинки, черники, калгана, лимонника.

Квасы приготавливают из тех же растений, что и ферменты, и пьют их без нормы.

20 декабря

Очищение при артрите

При артрите организм окисляют ферментами окопника, живокости, калужницы, аира, любистока, сережек ореха лесного. Уксусные настои готовят из багульника, лилии болотной (корня), лютика, чемерицы. Уксусами обтирают больные места.

На больные суставы кладут компрессы. Для них готовится смесь из измельченных в порошок корней аира болотного, багульника, девясила и соли, взятых в равных частях. Время наложения определяют по самочувствию, в начале процедур оно не должно превышать 10–15 минут, затем постепенно его можно будет увеличить до получаса.

21 декабря

Очищение при артрите (окончание)

Компресс из глины, оживленной 3 ст. ложками лечебного уксуса, накладывайте прямо на больное место, затем компресс надо обвязать бинтом и покрыть шерстяной тканью. Снимайте компресс через 2–3 часа. Если же до истечения этого срока глина станет сухой и горячей, не поленитесь ее сменить. За день процедуру можно повторить 2–3 раза.

В случаях сильных болей при артритах делайте компресс из глины, оживленной 1 ст. ложкой лечебного уксуса и 3 ст. ложками касторового масла. Смешайте глину, лечебный уксус и касторовое масло до пастообразного состояния. Кладите глиняную пасту на больное место и держите ее до полного высыхания. Для того чтобы усилить лечебный эффект, обязательно после глиняного компресса приложите к больному месту нагретый мягкий капустный лист. Капустный лист поможет окончательно вытянуть токсические вещества.

22 декабря

Очищение при подагре

Для очищения при подагре уксус готовят по такой схеме: на 0,5 л 9-процентного яблочного уксуса берут стакан свежих или $\frac{1}{2}$ стакана сушеных брусничных листочков.

Принимают глиняную воду, оживленную лечебным уксусом, по обычной схеме: по 2 ч. ложки порошка глины, разведенной в стакане воды с добавлением 1 ч. ложки лечебного уксуса, 2 раза в день, утром и вечером, за 1 час до еды.

23 декабря

Очищение при подагре (продолжение)

При подагрических болях хорошо поставить компресс из глины, оживленной уксусом, и касторового масла. Добавьте в глину по 1 ч. ложке касторового масла и лечебного уксуса и смешайте до пастообразного состояния. Кладите глиняную пасту на больное место и держите ее до полного высыхания. После компресса приложите к больному месту нагретый мягкий капустный лист. Капустный лист поможет окончательно вытянуть токсические вещества.

Установлено, что употребление в течение 1–2 месяцев чая из корней подсолнуха помогает вывести из организма большое количество солей.

24 декабря

Очищение при подагре (окончание)

Перед употреблением корни режут на мелкие кусочки длиной 3–4 см и готовят чай. На 3 л воды кладут примерно 1 стакан мелко нарезанных корней, кипятят 1–2 минуты. Чай пьют по 1 стакану на прием, за 2–3 дня следует выпить 3 л приготовленного чая. Затем эти же корни кипятят, но уже 5 минут в том же объеме воды и выпивают за 2–3 дня. Затем кипятят эти же корни третий раз в том же объеме воды, но уже 10–15 минут и также выпивают за то же время. Закончив пить чай из данной порции корней, приступают к следующей порции и так далее. Чай из корней подсолнуха (сабельника болотного) пьют большими дозами в течение месяца и даже более, после чего необходимо сделать перерыв в один месяц.

Надо учесть, что при употреблении этих чаев соли начинают выводиться через 2 недели. Выведение следует продолжать до тех пор, пока моча не станет прозрачной, как вода, и в ней больше не будут образовываться осадки. Естественно, во время приема солерастворяющего чая из подсолнуха или сабельника болотного из рациона исключаются острые приправы, соленья, сельдь и уксусы. Пища должна быть приятно соленая, но не кислая и преимущественно растительная.

25 декабря

Очищение при диабете

Приготовьте очищающий уксус. На 0,5 л яблочного уксуса возьмите 3–4 ст. ложки измельченных створок фасоли и настаивайте 10 ч. Пейте по 1–2 ч. ложки, разведенные в 50 мл воды 3 раза в день за 20 минут до еды. Можно добавлять в пищу.

Приготовьте глиняную воду из 2 ч. ложек глиняного порошка, оживите 1 ч. ложкой лечебного уксуса и пейте небольшими глотками 5–6 раз в день.

Сделайте настой почек березы. Суточная норма – 2–3 ст. ложки почек на 3 стакана кипятка. Настаивайте 6 часов.

Приготовьте настой почек сирени. Залейте 20 г почек 1 стаканом кипятка. Настаивайте 30 минут. Принимайте по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой.

26 декабря

Очищающие ванны при диабете

Ванна из корневищ девясила высокого. Залейте 50–60 г измельченных корневищ девясила 3 л холодной воды, настаивайте 3–4 часа, кипятите 20 минут, процедите. Смешайте со 100 мл лечебного уксуса и вылейте в наполненную ванну. Ванна из травы клевера лугового. Возьмите 50 г сухой травы на 1 л кипятка. Настаивайте 2 часа, процедите. Смешайте со 100 мл лечебного уксуса и вылейте в приготовленную ванну. Ванну (36–37 °С) принимайте на ночь. Курс – 12–14 ванн.

Ванна из корневищ пырея ползучего. Залейте 50 г измельченных корневищ пырея 1 л кипятка. Кипятите 15 минут. Смешайте со 100 мл лечебного уксуса и вылейте в наполненную ванну. Ванну принимайте на ночь. Курс – 12–14 ванн.

27 декабря

Очищение при ангине

Ротовую полость надо промыть уксусом, настоянным на чистотеле, или провести ингаляцию этим же настоем с помощью пульверизатора. В день надо делать 5–7 таких процедур.

При ангине необходимо проводить потогонные процедуры, для чего после ванны смочить тело крепким чаем из багульника.

2 ст. ложки багульника аптечного кипятить в 1 л воды в течение 10–15 минут, а затем охладить до температуры тела.

28 декабря

Очищение при бронхите

При остром бронхите приготовьте очищающий уксус. В 0,5 л яблочного уксуса добавьте $\frac{1}{2}$ стакана почек сосны и настаивайте 2 дня. Этот настой нужно ежедневно подливать в чай по 1 ч. ложке на стакан.

При хроническом бронхите сделайте другой уксус. 2 ст. ложки исландского мха залейте стаканом яблочного уксуса и настаивайте 2 дня. 1 ч. ложку этого настоя разведите в 50 мл воды и пейте на ночь.

Очень хорошее средство – очищающий чай. В 0,5 л кипящей воды засыпьте 150 г любых отрубей и дайте закипеть. Немного остудите, процедите, добавьте 1 ч. ложку лечебного уксуса. Пейте горячим.

29 декабря

Очищение при бронхите (окончание)

Готовьте глиняную воду, исходя из нормальной дозы для взрослого – 2 ч. ложки порошка глины в день. Глину разводят холодной водой, оживляют 1 ч. ложкой лечебного уксуса и принимают 2 раза в день, утром и вечером, за час до еды.

Ставьте 2 раза в день глиняный компресс, оживленный лечебным уксусом, на область груди. Кстати, можно делать и картофельный компресс. Отварите картофель «в мундире», растолките его, добавьте 1 ст. ложку растительного масла, 1 ст. ложку лечебного уксуса и 2 капли йода. Хорошо размешайте. Компресс ставьте на ночь. Как только он остынет, снимите.

30 декабря

Очищение при бронхиальной астме

Приготовьте очищающий уксус. стаканом яблочного уксуса залейте 2 ст. ложки измельченных листьев подорожника, настаивайте не менее 2 дней.

Сделайте чесночно-лимонную смесь. Очистите 2 головки чеснока, натрите в кашицу, также натрите в кашицу 5 лимонов вместе с кожурой. Все это залейте 1 л теплой кипяченой воды и перемешайте. Настаивайте неделю в темном месте, затем отожмите, процедите, добавьте 1 ч. ложку лечебного уксуса. Принимайте 4 раза в день за полчаса до еды и на ночь.

Рекомендую пить глиняную воду по обычной схеме: 2 ч. ложки порошка глины в день. Глину разводят холодной водой, оживляют 1 ч. ложкой лечебного уксуса и принимают 2 раза в день, утром и вечером, за час до еды.

31 декабря

Очищение при туберкулезе легких

При туберкулезе легких важно окислять организм ферментами девясила и мать-и-мачехи.

Стоит употреблять спиртовую настойку на прополисе. Ее принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды.

Также рекомендую проводить потогонные процедуры с багульником и кислыми потогонными чаями, употреблять черную редьку, перетертую с медом (1: 1) и настоянную в течение недели.