

Данный файл представлен исключительно в ознакомительных целях.

Уважаемый читатель!

Если вы скопируете данный файл,
Вы должны незамедлительно удалить его сразу после ознакомления с содержанием.
Копируя и сохраняя его Вы принимаете на себя всю ответственность, согласно действующему международному законодательству .
Все авторские права на данный файл сохраняются за правообладателем.
Любое коммерческое и иное использование кроме предварительного ознакомления запрещено.

Публикация данного документа не преследует никакой коммерческой выгоды. Но такие документы способствуют быстрейшему профессиональному и духовному росту читателей и являются рекламой бумажных изданий таких документов.

————— ЗДОРОВЬЕ — ЭТО СЧАСТЬЕ —————

Сестра Стефания

**Большая книга
целебных свойств воды**

**КАК
ЛЕЧИТЬ СЕБЯ
ВОДОЮ**

УДК 615.89
ББК 53.59
С79

*Все права защищены. Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена в какой бы то
ни было форме без письменного разрешения
владельцев авторских прав.*

Стефания, сестра

С79 Большая книга целебных свойств воды. Как лечить
себя водою / Сестра Стефания. — М.: АСТ, 2011. —
247, [9] с. — (Здоровье — это счастье).

ISBN 978-5-17-072900-5

Перед вами полный справочник по исцелению самым доступным и в то же время самым действенным целительным веществом на белом свете — водой. В эту книгу вошли все самые важные рецепты, советы, молитвы и заговоры. И, что очень важно, многие из них звучат в этой книге более точно, более развернуто. Кроме того, автор добавила в книгу новые методы, которые до времени тщательно проверяла на практике. Этот справочник станет вам надежной опорой, поможет в трудную минуту, принесет здоровье, счастье и радость.

*Данное издание не является учебником по медицине.
Все лечебные процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом.*

Популярное издание

Сестра Стефания **БОЛЬШАЯ КНИГА ЦЕЛЕБНЫХ СВОЙСТВ ВОДЫ.** **КАК ЛЕЧИТЬ СЕБЯ ВОДОЮ.**

Подписано в печать 19.10.2010. Формат 84×108^{1/32}.

Усл. печ. л. 13,44. Тираж экз. Заказ №

Санитарно-эпидемиологическое заключение
№ 77.99.60.953.Д.012280.10.09 от 20.10.2009 г.

ООО «Издательство АСТ».

141100, Россия, Московская обл., г. Щелково, ул. Заречная, д. 96.

Наши электронные адреса: WWW.AST.RU Email: astpub@aha.ru

© Сестра Стефания, 2011

© ООО «Издательство АСТ», 2011



СОДЕРЖАНИЕ

ВОДА — ЖИВОТВОРЯЩАЯ СИЛА8

О чем вы узнаете10

ЧТО МЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ О ВОДЕ12

У воды священная роль во всех мировых религиях и учениях12

Вода обладает удивительными свойствами17

Вода запоминает и передает информацию17

Вода может исцелять и калечить25

Что такое болезнь26

Излечение водой. Возможно ли?	31
Вода несет информацию о том, каким человек задуман Богом	34
Какая вода поможет нам?	36
Человек болеет и стареет без воды	38
Обезвоживание — начало многих болезней	39
Теория доктора Батмангхелиджа. Боль — результат обезвоживания	40
Замена воды различными напитками	48
Хватает ли вашему организму воды	49
Как правильно пить воду	50
Лечит любая чистая вода	51
Целебные свойства простой чистой воды	53
ИСЦЕЛЕНИЕ ВОДОЙ	54
Важные правила, которые следует изучить, прежде чем приступать к контакту с водой для исцеления	54
Очищение при помощи воды	57
Почему необходимо начать лечение любой болезни именно с очищения	57
Не только шлаки и токсины, но и паразиты	60
Тест. Как узнать, страдает ли ваш организм от шлаков	61
Тест. Страдает ли ваш организм от паразитов	64

Очищение водой — просто и безопасно . . .	65
Почему вода лучший очиститель	65
Очищение кипяченой водой	66
Очищение минеральной водой	67
Очищение от паразитов при помощи талой воды	70
Очищение при помощи соленой воды (шанк пракшала́на)	72
Очищение от негативных эмоций, которые мешают быть здоровыми	81
 Лечение разных болезней при помощи воды	 87
Водяные компрессы от боли и недомоганий . . .	88
Промывание носоглотки	89
Лечение холодной водой	90
Моржевание	102
Лечение горячей водой: похудение и очищение	106
Баня от всех 100 болезней	109
Рецепты лечения конкретных заболеваний при помощи воды	112
Святая вода и вода святых источников	129
Как обращаться со Святой водой	130
Как принимать Святую воду для лечения болезней	135
Как лечить Святой водой детей	136

КАК ЛЕЧИТЬСЯ ЗАРЯЖЕННОЙ ВОДОЙ155

На что способна заряженная вода155

Какая вода используется
для программирования156

Как можно заряжать воду157

Заряжаем воду на здоровье158

Усиливаем действие запрограммированной
воды161

Программирование воды изображением162

Программирование воды словом.
Молитвы и заговоры162

Как совершить обряд163

Программирование воды молитвой165

ЗАКЛЮЧЕНИЕ203

ПРИЛОЖЕНИЕ.207

Способы очищения и улучшения качества
водопроводной воды207

Три ступени очистки воды208

Домашние способы очистки воды210

Серебряная вода215

Чистая вода из магазина222

Наполняем воду полезными минералами223

Заряжаем воду энергиями Вселенной229

Омагниченная, или структурированная вода	229
Солнечная вода	233
Лунная вода	234
Вода радуги	235
Пирамидальная вода	236
Как приготовить личную воду и настроить ее на исцеление	238



ВОДА — ЖИВОТВОРЯЩАЯ СИЛА

«Я дам тебе воду живую... всякий пьющий воду, которую Я дам ему, тот не будет жаждать вовек; но вода, которую Я дам ему, сделается в нем источником воды, текущей в жизнь вечную».

(Ин. 4,10-14)

На протяжении всей жизни человека рядом с ним всегда присутствует великая сила — вода. Без этой силы человеку невозможно прожить и дня. Вода питает и очищает наше тело. Это известно каждому человеку. Но не все знают, что у простой воды есть и удивительные свойства. Одно из них — возможность исцелять.

За свою жизнь я видела немало больных и страждущих. Люди приходят ко мне за помощью, желая получить некое удивительное лекарство, эликсир, который избавит их от страданий. И как же удивлены они бывают, с каким недоверием смо-

трят на меня, когда вместо такого чудо-лекарства я предлагаю им простую воду! А между тем, придумать и создать более совершенное и чудодейственное средство, чем вода человек пока не может. И не только потому, что вода настолько удивительна, что даже не попадает под всеобщие законы существования веществ (об этом я расскажу в своей книге). Вода уникальна потому, что это лекарство мы носим в себе всю нашу жизнь.

Чем больше в нас воды, тем больше жизни!

Врачи и ученые создают свои теории болезни и здоровья. И я позволила себе сделать что-то подобное. Мне кажется, я имею на это право, поскольку я помогла многими своими советами. Моя теория в том, что здоровье зависит от количества и качества внутренней воды, из которой состоит наше тело, которая наполняет наши клетки. Чистая вода правильной структуры делает тело совершенным, гармоничным, здоровым. Грязная и плохо организованная — разрушает его. Каждый сейчас подумает о том, что его вода далека от идеала: городская среда, стрессы, спешка — все это изменяет воду в худшую сторону. Но в наших силах вернуть воде чистоту, а телу — здоровье. Вода потому и является чудом, что человек может своим желанием и очень простыми действиями из той хлорированной, не очень чистой воды, что течет из любого городского крана, сделать идеальную воду, воду исцеляющую, воду животворящую. Я недаром не употребляю слово «лечение» водой, я говорю «исцеление». Способы, о которых я расскажу в этой книге — это именно «исцеление». Я научу вас создавать «живую воду» — воду, дающую вам жизнь и здоровье, — и наполнять ею ваше тело, то есть

делать его гармоничным, целым, таким, каким оно было задумано Богом.

Все, что я знаю о воде, все, что узнала от моих учителей, что открылось мне в результате различных экспериментов, и все, что получила Свыше, я раскрою в этой книге.

О чем вы узнаете

Вы узнаете о Тайне, которую долгие годы скрывала вода и которая сегодня уже приоткрыта для многих ищущих знания — узнаете о том, какими удивительными свойствами обладает вода. Уверена, что каждый человек найдет в этой книге для себя что-то полезное, важное. Здесь будут новые, только что полученные наукой знания, а также Знания, которым много тысяч лет, те, что, возможно, известны людям, но почему-то редко используются ими на благо своего здоровья.

Сначала я расскажу вам о самой воде — удивительном произведении Природы.

Затем перейду к методам исцеления водой. Их множество, и они очень разнообразны. Это не только прием воды внутрь, но и различные омовения, лечение холодной и горячей водой, применение воды соленой, минеральной, талой и т.д. Я даю рецепты для лечения разных болезней: от головной боли и ангины до подагры и гипертонии. Расскажу, как можно сбросить вес, вернуть красоту и молодость. А начну этот раздел с методов очищения водой — одного из самых простых и безопасных. Помните, что вода уже присутствует внутри нашего тела, поэтому навредить водой своему здоровью довольно сложно.

Затем мы прикоснемся к таинству, которое дает нам вода святая и вода святых целебных источников. Целебная сила такой воды не зависит от вашей веры. Вода помогает как верующему, так и атеисту. Вы можете на себе ощутить ее удивительное воздействие и благодатную мощь. Вы узнаете правила обращения с этой драгоценной водой, узнаете, как с ее помощью лечить многие болезни, как изменить мир вокруг к лучшему.

В заключительной части книги мы поговорим о зарядке воды. Эта процедура по силам каждому из нас. Наверняка вы хоть раз видели, как экстрасенсы заряжают воду, вода над ней руками. Вам кажется, будто для этого нужен особый дар? Уверяем вас, тех знаний, которые собраны в книге, будет достаточно, чтобы самим в домашних условиях зарядить воду на здоровье, молодость, красоту. Это доступно любому смертному. При помощи особых слов благословения, молитв и наговоров вы будете сами творить чудо на благо вам и вашим близким.

В приложении я даю простые, но проверенные способы обращения с водой. Вы научитесь очищать обычную воду, убирать из нее яды, вредные вещества, наполнять полезными минералами, заряжать энергиями природы, узнаете конкретные способы изменения воды, улучшения ее качества, а также способ создания особой личной воды, которая будет, словно внутренний лекарь, заботиться о вашем здоровье.

Ваша Сестра Стефания



ЧТО МЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ О ВОДЕ

У ВОДЫ СВЯЩЕННАЯ РОЛЬ ВО ВСЕХ МИРОВЫХ РЕЛИГИЯХ И УЧЕНИЯХ

Наше сегодняшнее восприятие воды даже отдаленно не напоминает то, как относились к ней наши предки. А относились они к ней уважительно, благоговейно, воду почитали как источник жизни, символ женского начала, дающего жизнь всему живому.

Практически во всех культурах и религиях существует своя мифология воды. Но все учения и религии объединяет одно: вода — это сущность, которая очищает и освящает тело. Два этих свойства придают воде важный, почти священный статус. Именно поэтому она стала ключевым элементом во многих религиозных церемониях и ритуалах. Вода не просто смывает физическую грязь — она из-

бавляет и от духовных тягот. Соприкоснувшись с водой или погрузившись в воду, верующий очищает себя от грехов, от духовной нечистоты или просто символически обозначает освобождение от мирской жизни перед тем, как приобщиться к религиозному, духовному измерению. Во всем мире распространены традиции омовений перед священными обрядами — бракосочетанием, отпеванием, молитвой.

Нет ни одной религии на свете: ни древней, ни современной, которая бы не почитала воду.

Древние славяне поклонялись богине Мокше, которую можно было видеть, когда шел дождь. Дождевые струи считались волосами Мокши. Мокша была для них праматерью всего живого — и человека, и зверя, и хлебного колоса.

Египтяне боготворили Изиду — богиню водной стихии, считали ее матерью всех людей. Ацтеки были убеждены, что праведная душа после смерти возвращается в материнское лоно, или тлалокан: Тлалока — таково было имя бога воды.

Во всем Ветхом завете отразилась вера в то, что вода обладает мистической силой и, соединившись с Богом, способна очистить грехи и нечистоту, тем самым открывая путь к перерождению человека. Религиозная символика жизни распространяется на воду. Христос говорил, что в Царствии Небесном вода — средство перерождения. Вода — символ благодати в религиозном смысле этого слова: она очищает тело, Дух очищает душу и, таким образом, идея купания перекликается с идеей омовения человеческой души в водах Духа.

Большое значение воде придается и в исламе. Перед тем как обратиться к Богу с молитвой, му-

сульманин обязан пройти через ритуальное омовение. В некоторых мечетях существуют специальные внутренние дворики с бассейном или фонтаном посередине, хотя чаще всего ритуал омовения совершается за стенами мечети. Мечеть Кааба в Мекке построена прямо над древним священным источником. Ислам — религия, зародившаяся в аравийских пустынях, поэтому неудивительно, что в исламе вода приобрела дополнительное значение: если человека постоянно окружают пыль и сухость, то очищение водой становится событием исключительным, которое можно приравнять к духовному очищению.

Особое место вода занимает и в индуизме. Для индуса священна любая вода, особенно речная; в Индии поклонением пользуются семь священных рек: Ганг, Ямуна, Годавари, Сарасвати, Нармада, Синдху и Кавери. И хотя индуизм вобрал в себя множество религиозных течений, у них всех есть нечто общее: стремление сохранить чистоту и избегать соприкосновения с обыденным или вредоносным как в физическом, так и в духовном смысле.

В буддизме принято оставлять воду на могилах — сначала воду для омовения, потом — для питья. На буддистских похоронах воду наливают в кувшин, который ставят перед монахом и перед умершим.

В иудаизме ритуальное омовение считается средством для восстановления и сохранения чистоты. Омовения могут ограничиваться мытьем рук и ног, а могут заключаться в погружении в «живую воду» — то есть или бассейн с проточной водой, так называемую микву, или естественный водоем: море, реку или ручей.

Основа синтоизма, исконной японской религии, — почитание ками, бесчисленных божеств, населяющих горы, деревья, скалы, ручьи и другие природные объекты. Водопады в синтоизме считаются священными, и считается, что, постояв под водопадом, человек очищается от духовной нечистоты.

Во многих китайских храмах по традиции строят водоемы, через которые перебрасывают зигзагообразные мосты, чтобы по ним не смогли пройти духи: согласно учению фэн-шуй, духи могут пересекать воду только по прямой линии.

Когда римляне захватили кельтские земли во Франции, Германии и Великобритании, они часто находили на дне рек и озер монеты и браслеты, которые местные жители бросали в воду, чтобы умилостивить или поблагодарить богов, ведь, по представлениям кельтов, боги обитают именно в воде.

Следует помнить, что вода соотносится не только с рождением, жизненной силой и изобилием, но и со смертью. Нехватка воды убивает быстрее любой болезни, наводнение или засуха одинаково опасны для человечества. Вода — это символ и жизни и смерти, и вполне естественно, что она во всем мире используется в погребальных ритуалах. Во многих традициях при помощи воды очищают не только тело покойника перед переходом к загробной жизни, но и живых людей, дотрагивавшихся до мертвеца: после соприкосновения с миром мертвых человек должен «заново родиться» в мире живых. В этом проявляется еще одно очень важное свойство воды — исцелять.

Начиная с древнейших времен целительные культы были связаны с источниками воды. В Ев-

ропе эпохи неолита и бронзового века религиозные церемонии проводились у рек и ручьев. С очистительными свойствами воды связана и вера в то, что вода способна служить средством исцеления и оберегом.

В обрядах благословения, имянаречения и крещения воду опрыскивают вокруг жилища или размазывают по лбу, чтобы защитить дом или человека от опасности или чужой злой воли.

Часто считается, что чудесные, целебные свойства органически присущи воде. В средние века христиане часто вешали у дома амулеты со святой водой, чтобы оградить свои жилища от злых духов. Люди окунались в святую воду, чтобы излечиться от самых разных болезней — от артрита до слепоты, а паломники преодолевали огромные расстояния, чтобы совершить омовение в воде, обладающей целительной силой.

Во французском городе Лурде собираются миллионы людей, чтобы набрать немного воды или окунуться в горячие источники, которым приписываются целебные свойства. За несколько десятилетий в Лурде произошло несколько сотен чудес, 67 из которых официально признаны римско-католической церковью.

У всех без исключения земных народов вода является чем-то сакральным, удивительной сущностью. Я воспринимаю воду как живое существо, и рекомендую и вам относиться к ней точно так же.

Назвать ее «веществом» невозможно. У обычного химического вещества нет разума, нет души. А у воды — есть. Об этом знали наши предки, и эта простая истина открылась ученым лишь в позапрошлом веке.

ВОДА ОБЛАДАЕТ УДИВИТЕЛЬНЫМИ СВОЙСТВАМИ

Вспомните сказки, в которых говорится о духах воды — водяных, русалках, морских царях. Древние мореходы, отправляясь в плавание, приносили жертвы богу воды, старались договориться с морем о хорошей погоде, спокойной воде и попутном ветре. Рыбаки перед рыбалкой «задабривали» воду, бросали в нее деньги и угощение, надеясь, что за это она даст им хороший улов. Люди так поступали тысячелетиями! И не просто потому, что их обязывала вера предков, а потому что каждый, кто тесно общается с водой, уверен: у воды есть сознание и с этим сознанием можно входить в контакт. В чем же дело? Существует ли какое-либо рациональное объяснение такому отношению к воде? Представьте себе — существует.

Вода запоминает и передает информацию

Ученые доказали, что в основе всего сущего лежат вибрации. А при воздействии внешних стимулов (т. е. тех же вибраций) вода воспринимает исходящую от них информацию. Наглядным доказательством этого удивительного факта является простой лед. Окружите воду красотой, создайте вокруг нее атмосферу мира и гармонии, а затем заморозьте ее. Под микроскопом вы увидите удивительно красивые кристаллы воды. А теперь ругайтесь, кричите, создайте вокруг воды хаос, и красивые ледяные кристаллы сломаются, в микроскоп вы увидите такой же хаос и беспорядок.

В глубокой древности, когда не было электронных микроскопов, людям уже было известно о кристаллической структуре воды и о ее свойстве сохранять информацию.

Китайский иероглиф, обозначающий воду, в точности повторяет кристаллический рисунок воды, который она имеет при температуре таяния, — то есть, от 0 до +5°C. Есть и другие, не менее удивительные факты. Каждый католический собор — древний, готический или современный — обязательно украшен красивыми розетками. Это символ Божьей Матери. Но посмотрите, как похож церковный орнамент на кристаллическую структуру воды. А ведь вода — мать всего живого, как и Богородица — духовная мать всех людей. До возникновения христианства розеточные орнаменты обозначали материнское начало. Разве может быть случайным такое совпадение?

Вода похожа на холст живописца. Его можно разрисовать словами, мыслями и поступками — получится картина. Вопрос лишь в том, какие именно картины мы нарисуем.

Мы должны знать, что вода не просто часть нашего быта, призванная только утолять жажду, а нечто гораздо, гораздо большее.

Кристаллы воды — носители знания

Истинная природа воды — быть хранителем знаний о жизни.

Казалось бы, о воде мы все знаем из школьных уроков химии. Простая формула — H_2O . Два атома водорода и один — кислорода.

Но если вдуматься, эта формула мало что объясняет. Из нее не ясно, благодаря чему вода является универсальным растворителем. Она ведь способна (со временем, правда) растворить практически все что угодно! Хотя, казалось бы, по своему составу это вовсе не агрессивное вещество. Опять — загадка природы. А дело в том, что работает в данном случае не столько химия, сколько информация, заложенная в воде. Иными словами — в воде заключена программа на растворение. Это ее природная программа. А кроме этого, в воде может быть заложено еще множество других программ, как созданных опять же самой природой, так и людьми. Но сама по себе молекула воды не является носителем таких программ. Носителем может быть лишь особая конфигурация молекул — жидкий кристалл.

Молекулы воды могут соединяться между собой, образуя самые разные конфигурации. Иногда они скрепляются хаотично, иногда — слоями, иногда образуют те или иные фигуры. В зависимости от этого в природе существует более двухсот разновидностей воды: это вода талая, дождевая, речная, озерная, колодезная, ключевая, и т. д., у каждой из которых тоже множество подвидов.

Наиболее совершенной является вода, молекулы которой соединены в жидкие кристаллы. Жидкий кристалл — это молекулы воды, соединенные в шестигранную форму. Когда такая вода замерзает и выпадает на землю в виде снега, мы можем видеть эти кристаллы воочию — в виде шестигранных снежинок. Эта форма сохраняется и в жидком виде, хотя в этом случае кристаллы, конечно, невооруженным глазом не заметишь.

Именно жидкий кристалл воды является по своей природе носителем информации. В жидких кристаллах воды в голографическом виде записываются программы, благодаря которым вода производит то или иное действие.

Русский язык очень хорошо подметил родство, существующее между водой и информацией. Запомните: слова «вода» и «ведать» — исторически однокоренные. Таким образом, вода — вещество, которое о многом ведает, и может поведать человеку. Аналогично от общего корня произошли слова «река» и «речь». Река — это говорящая вода! И не только потому, что она шумит и журчит, а еще и потому, что приносит с собой вести, и рассказывает о них. Наши предки очень хорошо об этом знали, и использовали свойства воды для различного рода предсказаний будущего, или получения информации о событиях, произошедших где-то в отдалении.

В кристалле воды энергия и информация не просто хранится — она стремится реализоваться, действовать. Поэтому вода является активной, действующей субстанцией. Ее энергии рвутся наружу, чтобы воплотить заложенную программу во внешнем мире — в организме человека, в его жизни.

Любая информация передается по воде — благодаря ее структурированности. Происходит все так: структура кристаллов чувствительна к энергетическо-информационным воздействиям, она претерпевает изменения, начинается цепная реакция изменений. Колебания передаются от кристалла к кристаллу, при этом меняются их решетки. Считывание этих измене-

ний и есть считывание информации. Возможно, в будущем человек научиться использовать эту способность воды и наши громоздкие железные компьютеры будут заменены простыми и миниатюрными устройствами, где в капле воды будет храниться огромное количество информации.

Вода добрая и злая

В журнале «На грани невозможного» была опубликована удивительная статья. В ней рассказывалось о том, что японский ученый, доктор Эмото Масару выявил взаимосвязь между человеческими мыслями, эмоциями и вообще информационным воздействием, с одной стороны, и формой кристаллов воды, на которую действует информация, с другой.

Он замораживал капельки воды и затем изучал их под сильным микроскопом, имеющим встроенную фотокамеру. Полученные фотографии наглядно демонстрируют различия в молекулярной структуре воды при ее взаимодействии с окружающей средой. Этот метод дал возможность показать всему миру, каким образом энергетические вибрации человека, его мысли, слова, идеи и музыка воздействуют на молекулярную структуру воды. Если вода перед замораживанием «прослушивала» Моцарта, Шуберта или Бетховена, то она превращалась в красивые снежинки идеальных форм. Если в ее присутствии ругались или просто негативно мыслили, после заморозки получались безобразные композиции. На сосуды с водой Эмото Масару наклеивал бумажные этикетки с различными словами и фразами, типа «Я люблю тебя» или «Я тебя

убью», а также с именами «Гитлер», «Наполеон», «Христос», «мать Тереза» и затем, заморозив эту воду, наблюдал результат, который был просто ошеломляющим. Однажды японский исследователь провел такой эксперимент. Он взял пробу воды у плотины Фудзивара. Она оказалась грязной и токсичной. И эта же вода стала кристально чистой после того, как монахи-буддисты совершили над ней молитвенный обряд. Все это лишний раз доказывает, что вода — это субстанция, которая реагирует на каждую нашу эмоцию, на каждое слово и каждую мысль и обменивается этой информацией со всей Вселенной. Не зря, видимо, сказано в Библии, что каждый человек обязательно будет держать ответ за каждое свое слово!

Как запоминает вода

Всем нам из авантюрно-исторических романов известно, что любой злодей может легко отравить положительного героя, подсыпав ему в воду малую толику яда. Глотнет герой такой водички, и неприятности ему обеспечены весьма серьезные. Но с давних времен особо «продвинутые» интриганы от политики знали, что совершенно не обязательно сыпать яд в воду: достаточно ненадолго бросить в нее предмет, содержащий внутри себя отравляющее вещество, например, перстень. Вкус у такой воды не изменится, более того, ни один медик не найдет в ней признаков отравы, а человек, испивший этой водицы, может серьезно заболеть или даже умереть. Дело в том, что вода надолго сохраняет информацию обо всех веществах, находившихся в ней в любом виде.

До нас дошли свидетельства исполнителей знаменитых отравлений, режиссером которых был Медичи. В 30% случаев к яду они не прибегали! Они использовали «чародейство», убивали своих жертв «злой» водой, сохранившей информацию об опосредованном взаимодействии с отравой.

Не верите? Тогда, если вы храбрый человек, попробуйте бросить в стакан с водой запаянную ампулу с сильнодействующим ядом, а потом выпейте эту воду. С точки зрения логики, ничего страшного произойти с вами не может: ведь яд накрепко «заперт» в ампуле, он не соприкасается с водой непосредственно. А вот интуиция вам подскажет: пить такую воду опасно для здоровья! Самый строгий химический анализ подтвердит чистоту воды, но не учтет ее информационную память о яде, который был в ампуле. И вот эта-то память воды и может той сыграть губительную роль. Будете пробовать или поверите на слово?

Многие специалисты «по воде» с достаточной степенью уверенности утверждают, что советскими учеными все-таки было создано сверхоружие на основе структурной матрицы воды. Об этом говорит анализ очагов распространения вирусных заболеваний в 1970-е годы. Так, в Монголии в 1972 году прокатилась локальная эпидемия желтой лихорадки, которая внезапно поразила около полутора тысяч кочевников в ареале нескольких десятков квадратных километров пустыни Гоби. В течение трех дней эпидемия прекратилась так же внезапно, как и началась. У переживших эти события людей было такое чувство, что кто-то на-

слал болезнь, а потом «забрал» ее. Один из них, со временем перебравшийся в СССР и ставший видным ученым, впоследствии говорил о том, что здесь имело место испытание сверхнового оружия, которое было разработано с определенным прицелом. Случаев, подобных «монгольской эпидемии», насчитывается около десятка. К ним относится и странный случай коллективного сумасшествия на одном из островов в Атлантическом океане (к счастью, все окончилось так же спонтанно, как и началось) и массовая цинга у эскимосов Аляски, также носившая и в пространственном, и во временном отношении локальный характер, и т. д.

Не так давно ученые провели опыт: в сосуд с водой запустили амёбу, после чего капнули туда слабую уксусную кислоту. Амёбу тут же парализовало, хотя она была далеко от источника, и молекулы кислоты дойти до нее в этот момент не успели. Объяснить это явление можно было только тем, что информация о кислоте в воде распространилась мгновенно по всему объему сосуда. Эта информация изменила структуру воды, и вода стала смертельно опасной для амёбы.

В электронный микроскоп можно увидеть, что вода состоит из полумикронных ячеек. В одной такой ячейке содержится около трех миллионов структурных элементов, а в каждой из них — по 912 молекул, которые не распадаются, представляя собой супермолекулу. Вся вода состоит из таких кубиков. Как только на нее воздействует какое-либо поле, вещество или просто осуществляется механическое воздействие, получается новая

комбинация элементов в ячейке, и ее свойства меняются. Эта комбинация передается соседним ячейкам и сохраняется до тех пор, пока не произойдет какое-либо новое воздействие на воду.

ВОДА МОЖЕТ ИСЦЕЛЯТЬ И КАЛЕЧИТЬ

Мы все ежедневно имеем дело с водой, причем не по одному разу в день. Без воды нормальному человеку не обойтись и нескольких часов: нам регулярно требуется пить, умываться, очищать от грязи жилище и вещи. Вода эта часто неструктурированная — от нее вообще никакой пользы, лишь информационная «грязь», которой мы заполняем себя и свое жилище, не оставляя места для действительно нужной и полезной информации. Но встречается и структурированная вода, бывает, что мы сами, спонтанно, структурируем воду в процессе взаимодействия с ней. И вот тут встает вопрос: что за информация заложена в этой воде? Ведь в итоге именно этой информацией наполняется и наш собственный организм, и наш дом, и наша жизнь! В каких же энергоинформационных реках мы с вами «плаваем» изо дня в день? В чистых, заряженных позитивно, настраивающих нас на добро, любовь и созидание, или же наоборот?

Так давайте не удивляться тому, откуда берутся болезни и несчастья. Все отсюда же — из загрязненной энергоинформационной среды, в которой

мы обитаем. А формируем мы эту среду «при помощи» воды, несущей в себе негативные программы. Такая вода не очищает, а загрязняет нас. Хотя внешне мы можем выглядеть вполне чистенькими и ухоженными. Но что внутри — вот главный вопрос.

А внутри — то, что мы думаем, чувствуем, говорим, желаем и делаем. Все это записывается в жидких кристаллах воды, и материализуется в виде энергоинформационных программ, разворачивающихся в нашей жизни.

Если смотреть с большой высоты, то можно увидеть, что на поверхности океана след от прошедшего судна сохраняется до нескольких суток. Как это возможно, если вода все время движется, перемешивается, уносится разными течениями? Тем не менее, память о том, что здесь прошел катер, сохраняется, передаваясь от одних жидких кристаллов к другим, пришедшим на место прежним после того, как вода перемешалась. Вода эта уже другая, но она вновь и вновь вписывается в форму оставшегося следа. Таким образом вода способна запоминать даже физическую форму.

Что такое болезнь

Болезнь и здоровье — это две программы, по которым живет человек. И программа эта записана в клетках нашего тела. А в каждой клетке нашего тела присутствует вода.

Вообще человеческий организм — это преимущественно жидкая среда, а вовсе не набор сухих и плотных органов, как можно было бы подумать, заглянув в анатомический атлас. Тело взрослого

человека более чем на 60 % состоит из воды*. Жидкости организма, присутствующие на клеточном уровне (а если в клетке нет влаги, то она уже мертва), прекрасно сохраняют и транслируют информацию. Благодаря жидкостям организм действует как единая система, а не как тот самый набор отдельных органов.

Вода, присутствующая в клетках нашего тела, — это и есть запоминающее устройство нашей клетки, именно она определяет, будем мы здоровы или больны.

К сожалению, у большинства людей сегодня все не Дух Божий, не Свет, не идеальная матрица жизни записана в клетках — а совсем другие программы. Те, которые создаются нашими мыслями и чувствами, далеко не всегда позитивными.

Как мысли влияют на воду

Известно, что мысль материальна: это не только информация, но еще и энергия. Сама по себе эта энергия далеко не всегда достаточно сильна. А вот когда мысль запечатлевается в жидких кристаллах воды — сила ее возрастает многократно. Поэтому можно говорить о том, что вода в буквальном смысле материализует наши мысли. Сначала мысли записываются в жидких кристаллах воды, затем образуется энергоинформационная програм-

* В разных источниках вы найдете разные значения количества воды в организме человека. Назвать какую-то одну цифру, в самом деле, сложно. Дело в том, что разные органы человека наполнены водой по-разному. Так например, в костях всего 22% воды, а в мозгу — 75%, кровь же состоит из воды на 92 %. Кроме того, содержание воды в организме меняется с возрастом: в теле новорожденного 90% воды, а в теле пожилого человека только 50%.

ма, которая начинает действовать. Если в нашем организме присутствует какая-то энергия — то она стремится как-то себя проявить. Энергия не может долго оставаться в неподвижности, она должна действовать. Вот она и действует, создавая здоровье и болезни.

Программа, заложенная в воде, обладает особой силой, потому что вода обладает свойством усиливать энергию. Все, что мы ни направим воде — хорошее или плохое, — она усиливает многократно. Ну а поскольку мы сами на такой большой процент состоим из воды — то и в самих себя мы, соответственно, закладываем очень мощные программы своими мыслями, чувствами и намерениями.

В лаборатории профессора Короткова, доктора наук, академика Российской академии естественных наук, проводились многочисленные эксперименты по влиянию человеческих эмоций на воду. Опыты проводили простые. Собрали группу людей, поставили перед ними колбу с водой и попросили, глядя на эту колбу, думать о чем-нибудь приятном: о любви, доброте, нежности и т. д. Потом колбу поменяли и предложили собравшимся подумать о чем-нибудь плохом: вспомнить старые обиды, ссоры, неприятные моменты в жизни. После этого ученые произвели измерения образцов воды в обеих колбах. Вода в первой, обласканной положительными эмоциями колбе была прекрасно структурирована, ее кристаллы были красивыми и гармоничными. Вода же во второй колбе, на которую участники эксперимента выплеснули свои негативные эмоции, под микроскопом выглядела совершенно иначе: ее кристаллы имели неправильную форму

или вовсе отличались бесформенностью и разорванностью.

Профессор Коротков так прокомментировал результаты опытов:

— Для нас совершенно очевидно, что любовь повышает энергетику воды и стабилизирует эту воду, а агрессия ее резко понижает, резко меняет в худшую сторону.

Однажды у профессора Короткова спросили, может ли наука объяснить чудеса, которые творил Иисус Христос. Профессор ответил:

— Давайте возьмем знаменитый случай, когда Иисус Христос превратил воду в вино. Он не вносил туда сахар и лактозу. Он просто придал воде совершенно особые свойства. «Бог есть Любовь», — говорится в Священном писании, а Христос был Богом. Думаю, именно эмоциональным воздействием — воздействием любви на воду можно объяснить чудо, совершенное Христом.

Многие ученые мира рассуждают и высказываются о воздействии структуры воды на человека. На сайте Рериховской общины мы можем найти такие мнения корифеев изучения водной стихии.

Профессор Пенсильванского университета, член международных академий США Рустум Рой:

— Основная часть мозга — это вода. Вода и то, что ее молекулы так легко подвижны, составляет часть запечатления в мозгу. Так что да, в определенном мире вода вовлечена в формирование образцов информации в мозгу.

Лауреат Нобелевской премии Курт Вютрих:

— Если рассматривать органы: сердце, легкие или мускулы, мозг, то все, что вы сможете увидеть при по-

мощи простого эксперимента, — это наличие воды в этих органах. Все, что вы видите, — это вода. Ваша голова полна воды. В нас, собственно, ничего такого нет, кроме воды.

Аллоис Груббер, австрийский исследователь:

— Как человек обращается с водой? Если он обращается с хорошими мыслями к этой воде, благословляет ее, говорит ей «спасибо», качество этой воды растет, и вода будет положительно влиять на человека и его тело.

В США проводились исследования, в результате которых выяснили, как структурированная вода воздействует на кровь человека. Врач Перл Лаперла, доктор медицины, иммунолог, брал у пациентки кровь из пальца и по этой капле с помощью электронного микроскопа наблюдал состояние ее организма. На мониторе электронного микроскопа были видны красные кровяные тельца, слипшиеся вместе, потому что они утратили свой электрический заряд. Они слиплись как стопка монет, эти сращения связаны с болезнями сердца, артритами и заболеваниями легких, другими заболеваниями. Затем врач предлагал пациентке выпить немного структурированной воды. Через 12 минут у пациентки снова брали кровь и исследовали ее. На экране электронного микроскопа видно, что клетки стали оживленными, потому что восстановили свой электрический заряд так, что стали отталкиваться друг от друга и обрели способность переносить кислород. При этом внутри клетки начинает образовываться новое ядро. Так глоток обыкновенной структурированной воды может служить мощным лекарством.

Какой вывод напрашивается, когда осмысливаешь эту информацию? Самый простой и логичный: чтобы нормализовать свое здоровье, исцелиться от болезней, сохранить молодость и силу, человеку достаточно заставить свои внутренние водные кристаллы вступить в реакцию с кристаллами положительно заряженной «внешней» воды. Тогда от кристаллов к кристаллам пойдет целительная, полезная информация, и болезни отступят. Общение же с водой, обладающей неправильной структурой, отрицательной матрицей, может значительно ухудшить здоровье и эмоциональное, психическое состояние каждого человека.

Еще в 1970-х годах советские ученые пришли к удивительному выводу: структурную матрицу внутренней воды человека нарушают любые сильные эмоции: гнев, радость, стремление к сексуальному удовлетворению, ненависть, страх.

Чем спонтаннее эмоциональная реакция, тем больше вероятность, что структурная матрица внутренней воды будет нарушена. А это значит, придет в действие равновесный резонанс и структура будет воосстановлена любыми способами. Поэтому очень важно в моменты наибольшего накала страстей «помогать» своей внутренней воде в поиске «правильных» элементов для восстановления структуры. В противном случае человека ждут болезнь и неприятности.

Излечение водой. Возможно ли?

Поскольку вода разумна и обладает сознанием, то контакт человека с водой осуществляется во многом похоже на контакт человека с человеком.

Ведь каждый из нас несет в себе какие-то свои программы.

Допустим, встречаются два человека, один из которых пребывает в пессимизме, а другой, напротив, весел и оптимистично настроен. Они вступают в контакт. В результате очень часто случается, что у одного из них, а то и у обоих, настроение изменится. Вопрос в том, кто кого сможет заразить своим настроением, подчинить своему состоянию. Пессимист развеселится, или оптимист впадет в апатию? Это зависит от того, чье воздействие окажется более сильным, и от того, насколько податлив другой человек.

Поначалу нечто похожее происходит и при нашей встрече с водой. Вода по своей природе гибка и податлива. Однако же все мы знаем, что она может превращаться в сокрушающую все на своем пути стихию. Если энергия водной стихии хлещет через край — лучше всего отойти в сторону и переждать бурю. А вот если вода в спокойном состоянии — с ней вполне можно «договориться».

И тогда либо она передает нам свои программы, либо мы передаем ей свои.

Вода не просто воспринимает наши программы — она способна как избавить нас от них, так и многократно их усилить. Являясь природным растворителем, вода растворяет и тот негатив, который люди несут в себе. Поэтому пессимист перестает быть пессимистом, отдав воде свой пессимистический настрой.

В этом смысле мы можем говорить о воде как о могущественном целителе.

Предположим, вы встречаетесь с нейтральной водой, не несущей в себе никаких привнесенных человеком программ. В этом случае, если вода структурирована, то есть представляет собой жидкокристаллическую структуру, то она несет в себе природные программы — а именно, идеальную матрицу жизни (соответственно и здоровья, благополучия), и программу на растворение.

Такая вода моментально сканирует ваше состояние, сравнивая его с идеальным (тем, информация о котором записана в ее жидких кристаллах). Вода «видит», где у вас отличия от этой идеальной матрицы. Она в буквальном смысле отражает в себе, как в зеркале, ваше состояние.

При некотором навыке можно научиться считывать эту отраженную информацию — и таким образом решить проблему диагностики.

Затем вода начинает растворять ваши негативные программы. Она делает это даже без вашей на то просьбы.

Если ваши негативные программы очень сильны, и вы к тому же не просите воду очистить вас от них — то воздействие воды может быть недостаточно сильным. Вы получите облегчение — но оно будет кратковременным и довольно слабым, так что в итоге ваши проблемы не решатся.

А вот если вы, вступая в контакт с водой, осознанно выразите свое намерение очиститься — то есть попросите воду об этом, — воздействие будет достаточно сильным, чтобы вы могли далеко продвинуться в решении ваших проблем.

Потому что вода многократно усиливает все то, что мы направляем ей.

Если мы направляем воде Свет — мы получаем в ответ намного больше Света. Соответственно, направляемое воде добро, тепло души, любовь, мы тоже получаем обратно многократно усиленными.

Вот почему простая просьба «Вода, дай мне здоровья» мгновенно придает сил и бодрости и включает в организме программу оздоровления.

Но если на воду уже воздействовали другие люди, и воздействовали негативно — например, ругались, ссорились, выражали негативные мысли и чувства рядом с водой — вот тогда вода эта будет воздействовать на тех, кто вступит с ней в контакт, также негативно. Один нездоровый человек, поплавав в бассейне, способен передать программу болезни всем, кто плавал там рядом с ним, причем еще и в усиленном виде.

Но, как мы знаем, вода, находящаяся в спокойном состоянии, податлива и послушна. Поэтому мы можем и очистить негативно заряженную воду, и вернуть ей совершенную структуру.

Вода несет информацию о том, каким человек задуман Богом

Особая роль воды и в христианстве. В книге книг, Библии, о начале времен говорится: «...И Дух Божий носился над водою...». То есть не было на Земле ничего, кроме Духа Божия — и воды. Оказывается, для начала жизни ничего больше и не требовалось.

Именно вода стала основой, тем первоначалом, с которого началась жизнь.

Сущность и роль воды именно в том и состоит — давать начало жизни, для чего она и несет в себе

Дух Божий. Таково ее предназначение на нашей планете. Таков данный Творцом ее дар людям.

Ну а если говорить языком не библейским, а более современным, научным — то можно сказать и так: идеальная программа зарождения и развития жизни заложена в воде. Сам код жизни, чистейшая матрица, по которой мы, люди, и идеале должны бы развиваться — как сильные, здоровые, совершенные, Богоподобные существа.

В воде, как на самом совершенном носителе, записана эта программа. С тем, чтобы люди, не способные существовать без воды, постоянно в самих себе эту программу бы корректировали и, если что, восстанавливали.

Почему вода не подчиняется законам физики

Удивительно, но факт. Вода — единственное вещество на Земле, казалось бы, не подчиняющееся законам физики. При замерзании она не сжимается, как другие вещества, а расширяется. А иначе лед не мог бы стать легче воды — для этого он должен превышать ее в объеме. Будучи легче воды, лед не тонет, а плавает на поверхности водоемов. В противном случае водоемы промерзли бы до самого дна и никогда не таяли, и на Земле просто не могло бы быть жизни.

Лед только на первый взгляд легко и быстро тает. Попробуйте растопить килограмм льда и заметьте, сколько времени у вас это займет. Даже при воздействии температур, при которых плавится металл, килограмм стали расплавится в два раза быстрее, чем килограмм льда! Как ни странно,

лед — одно из самых тугоплавких веществ в мире. Было бы иначе — мировые ледники уже давно бы растаяли и просто-напросто затопили Землю.

Вода ведет себя «неправильно», будто бы вопреки законам природы — только для того, чтобы человеческая цивилизация продолжалась.

Какая вода поможет нам?

Но вот только за тысячелетия человеческой истории люди много чего на Земле понаделали. Воздействие людей непосредственно отразилось на состоянии воды — потому что вода отражает любые воздействия. Исконная природа воды оказалась сильно искажена. Чем? Варварским отношением к планете и ее ресурсам. Негативным, разрушительным настроем душ и умов людей. Склонностью загрязнять все, что можно, не заботясь о последующей очистке.

В древней рукописи, найденной при строительстве ГЭС в Азии, говорилось о воде как о живом существе. О том, что у воды есть разум. Что можно услышать голос воды. Это не просто метафора. Если мы попросим у воды здоровья, то его и получим.

Почаще благодарите воду, просите у нее прощения — и она будет вам помогать

Вода сейчас страдает по всей Земле. Люди, не понимая, что вода — живое, одушевленное существо, попросту убивают ее. Всего несколько капель спирта, добавленного в стакан с водой, непоправимо разрушают структуру воды. Кода жизни там уже нет, и быть не может! А еще убивают воду всевозможные излучения от бытовой электроники, химия,

радиация, а также ругань и сквернословие, и, несомненно, плохие мысли и негативные эмоции находящихся поблизости людей.

Поскольку человеческое тело более чем на 60 % состоит из воды, то, подвергаясь всем этим вредным воздействиям или употребляя воду, подвергшуюся им, мы, сами того не замечая, медленно убиваем себя! Попросту истребляем в своих собственных клетках тот самый код жизни, носителем которого является вода.

Но мы можем и должны помочь воде — чтобы она, в свою очередь, помогла нам. Даже сейчас, будучи порядком искалеченной, вода служит людям: очищает нас не только от физической грязи, но и от накопленного нами негатива. За примером далеко ходить не надо: все мы знаем, что после купания, бани, или даже обычного душа проходит не только усталость, но и улучшается настроение и самочувствие. Вода смывает негативную информацию не только с поверхности нашего тела, но и с самой души, очищает разум, сознание, психику, или, говоря иначе, не только физическое тело человека, но и энергоинформационные структуры. Вода помогает нам как может, даже когда мы об этом не просим. Потому что она способна считывать информацию, и «видеть», от чего нас надо освободить, чтобы мы были здоровы.

Вода заботится о нас! Она существует ради нас, людей. Ради того, чтобы на планете могла поддерживаться жизнь. Надо помочь воде, вернуть ей изначальную структуру. Ту самую, являющуюся идеальным носителем для Духа Божия, или идеальной матрицы жизни. Мы, люди, созданы по подобию Творца, хоть часто об этом забываем. У нас тоже

есть возможности Творца. Мы тоже несем в себе Свет, хоть и не всегда помним об этом. Мы можем пропускать Свет через себя и возвращать его воде, чтобы и она могла вспомнить свою изначальную сущность. Таким образом мы сможем исправить то, что сами и испортили.

Вода восприимчива и к разрушительным, и к созидательным воздействиям. Если вода загрязнена всякой химией, или радиацией, то, увы, помочь ей уже нельзя. А вот от вредных микроорганизмов, от тяжелых металлов и прочих примесей очистить воду можно. И уже затем вернуть воде ее изначальную природу.

Будучи на берегу водоемов, или просто употребляя обычную воду из-под крана, — не поленитесь хотя бы иногда попросить у воды прощения, поблагодарить ее, направить ей энергию своей признательности, любви и уважения. Не сомневайтесь, вода услышит и воспримет вашу информацию! И сполна вернет вам обратно те вибрации добра, которые вы ей направите.

В книге вы найдете способы доброго, бережного обращения с водой и восстановления ее изначальной структуры. Такая, возрожденная вами вода и станет самым лучшим лекарством от многих болезней.

ЧЕЛОВЕК БОЛЕЕТ И СТАРЕЕТ БЕЗ ВОДЫ

Есть и еще одно удивительное свойство воды — ее роль в жизни человека.

Вы помните, чем лечили от смертельных недугов прекрасных царевичей в русских сказках? Живой водой. Почему именно водой, а не волшебным хлебом, например, или не чудодейственным чаем? Потому, что уже в те древние времена, когда складывались любимые нами с детства сказки, люди знали о том, что вода обладает целительными свойствами. Гидротерапия — один из самых действенных и безопасных способов оздоровления организма. Потому что ведь вода — наряду с воздухом — является основным элементом жизни.

Обезвоживание — начало многих болезней

Знайте, что количество воды в организме влияет на процессы старения. Чем мы старше, тем меньше воды в наших клетках. Оплодотворенная яйцеклетка состоит из воды более чем на 95 процентов, ребенок — на 80 процентов, взрослый человек — на 70 процентов, а старик — всего на 60 процентов. По мере того как мы стареем, движение воды в клетки и из клеток замедляется. Увы, с наступлением старости уровень воды и в клетках, и за их пределами снижается, порой доходя до уровня 40 процентов. А с уменьшением содержания воды снижается и способность клеток к восстановлению.

Вы можете своими глазами убедиться: чем старше человек, тем меньше воды в его теле. Кожа утрачивает эластичность, лицо покрывается морщинами, а некоторые ее участки начинают провисать. К сожалению, старость — процесс необратимый, рано или поздно все мы состаримся, однако, хорошо снабжая организм водой, мы в силах отодви-

нуть этот срок. Где вода — там и жизненная энергия. А значит, чтобы выглядеть моложе, старайтесь пить воду, но как уже говорилось выше, не любую, а позитивно заряженную — это гораздо эффективнее, чем косметика, да вдобавок и намного дешевле.

Теория доктора Батмангхелиджа. Боль — результат обезвоживания

Обезвоживание действительно может приводить к некоторым заболеваниям. Всем известно, что вода «полезна». Но не все знают, что это основа хорошего самочувствия. Они не знают, что происходит с организмом, не получающим необходимого ежедневного количества воды.

Фирейдон Батмангхелидж. Доктор медицины, известен по книгам «Ваше тело просит воды», «Вы не больны, у вас жажда» и других, а также по его работам, касающимся здоровья. В 1979 году, когда вспыхнула Иранская революция, он был отправлен в тюрьму Эвин. Обвинения против него были сфабрикованы, и его должны были казнить. Однако тюремщики осознали, что он может быть полезен в качестве врача среди заключенных, смертную казнь отменили. В тюрьме доктор Батмангхелидж сделал открытие лечебных свойств простой воды.

За время своего заключения (31 месяц), доктор Батмангхелидж вылечил более 3000 больных язвой желудка и двенадцатиперстной кишки простой водой.

За заслуги в тюрьме доктора освободили досрочно и сняли все обвинения.

В 1983 году, в Америке, его усилиями был основан фонд «За простоту в медицине». Он возглавил программу исследований в области воздействия хронического, произвольного обезвоживания на человеческий организм на клеточном уровне.

Доктор Ф. Батмангхелидж считает, что можно выделить три основные стадии регулирования воды.

Первая — стадия развития плода в матке; *вторая* — стадия роста по достижении максимального роста и веса (примерно между 18 и 25 годами); *третья* — фаза, длящаяся до смерти человека.

Батмангхелидж считает, что все хронические боли, возникающие у человека на протяжении жизни, — результат хронического обезвоживания. Эти боли означают, что в неблагополучном районе организма ему не хватает водных ресурсов.

Обезвоживанием Ф. Батмангхелидж объясняет боли при диспепсии, ревматоидном артрите, колике, боли в ногах при ходьбе, мигрени, боли в спине и т. д. Батмангхелидж уверен: если воздействовать на боли не анальгетиками, а ежедневным употреблением воды (следует выпивать ее не менее 2,5 литра в сутки), от них вскоре не останется и следа.

Согласно теории доктора Батмангхелиджа, достаточное поступление и правильное распределение в организме воды — единственный способ обеспечить доступ к органам гормонов, химических веществ, несущих генетическую информацию, и питательных веществ. Как только вода достигает обезвоженных областей, там восстанавливаются жизненно важные физические и химические процессы, и болезнь отступает.

Рассмотрим некоторые практические советы Ф. Батмангхелиджа по лечению разнообразных расстройств и дисфункций организма.

Боли при диспепсии, гастрите, язве двенадцатиперстной кишки и обезвоживание

Батмангхелидж имеет значительный опыт лечения диспептических расстройств, вызванных разными заболеваниями пищеварительного тракта. Он уверен: диспепсия — следствие обезвоживания организма. «Я лечил одной лишь водой более 3000 пациентов, страдающих диспепсией, — утверждает он. — Все они положительно отреагировали на увеличение количества потребляемой воды, в результате чего болезненные ощущения и связанные с ними проблемы исчезли».

Отчет о новом способе лечения диспепсии при помощи воды был опубликован в качестве редакционной статьи в «Journal of Clinical Gastroenterology» в июне 1983 года. Если вы начнете пить больше воды, то при условии соответствующего питания со временем язва обязательно заживет.

Боли при колите и обезвоживание

Боли при колите — еще один сигнал жажды. Такие боли практически всегда связаны с запорами, причиной которых выступает длительное обезвоживание.

При достаточном потреблении воды боли в нижней левой части брюшной полости, связываемые с запорами, исчезают.

Ревматоидно-артритные боли и обезвоживание

Ревматоидно-артритные боли — индикатор недостатка воды в пораженных суставах. Иногда такие боли осложняются недостатком соли. Вода способствует тому, что поверхности соприкасающихся хрящей в суставе свободно трутся друг о друга, недостаток воды делает их соприкосновение болезненным.

Боль в спине и обезвоживание

В суставах спинных позвонков вода, заполняя межпозвоночное пространство, поддерживает вес верхней части тела. Почти 75% верхней части туловища поддерживается объемом воды, содержащейся в ядрах межпозвоночных дисков. Строение всех суставов предусматривает, что вода будет действовать как смазочное вещество, а также нести нагрузку, производимую весом, и напряжение, производимое движением мышц. Поэтому боли в спине прекрасно лечатся увеличением потребления воды.

Боли в области шеи и обезвоживание

Чтобы избежать болей в шее, необходимо создать хорошую жидкостную циркуляцию в пространстве межпозвоночных дисков в области шеи.

Ф. Батмангхелидж предлагает простое упражнение: лягте на спину на самый край кровати, так, чтобы ваша голова находилась без опоры. Это положение помогает растянуть шею, не несущую в

этом случае никакой нагрузки, и отклонить ее назад. Несколько минут полежите в таком положении, полностью расслабившись, — это поможет ослабить напряжение в области шеи. В результате в пространстве между дисками создается необходимый вакуум. После аккуратных наклонов назад — так, чтобы вы смогли увидеть пол, — поднимите голову настолько, чтобы увидеть стену около ступней. В результате этой процедуры периодически создается вакуум в пространстве между позвонками. Начинайте ежедневно употреблять как можно больше воды: попадая в пространство между дисками и распространяясь по всем частям шейных суставов, вода будет действовать как смазочное вещество, и боли прекратятся.

Головные боли и обезвоживание

Согласно теории Ф. Батмангхелиджа, мигрень свидетельствует о «тепловом стрессе», который возникает на фоне обезвоживания. Наиболее разумный и логичный способ борьбы с мигренью — регулярное употребление воды в достаточном количестве.

Стресс и депрессия и обезвоживание

«Классические» врачи утверждают: состояние депрессии возникает, когда мозг сталкивается с неразрешимой эмоциональной проблемой. Доктор Батмангхелидж добавляет: патология, ассоциируемая с социальным стрессом — страхом, волнением, неуверенностью, постоянными психологическими проблемами, — это результат дефицита воды в тканях мозга. А следовательно, лучший метод

лечения депрессивных состояний — увеличение количества потребляемой жидкости.

Повышенное давление и обезвоживание

Повышенное кровяное давление (артериальная первичная гипертензия) — результат адаптации организма к серьезному дефициту воды. Наши сосуды должны справляться с изменениями объема крови, проходящей через их русло. Когда объем жидкости в организме уменьшается, сосуды сужаются. Если мы не выпиваем достаточного количества воды, некоторые клетки отдают свою воду в кровь и обезвоживаются. Отдельные капиллярные ложа при этом оказываются вынуждены закрыться, чтобы компенсировать потери. Процесс начинается с закрытия капилляров в менее активных областях.

В результате развивается артериальная гипертензия. Лечить ее следует прежде всего увеличенным потреблением воды. «Классические» же врачи рекомендуют гипертоникам обратное: они советуют принимать мочегонные средства и избавляться от воды. Почему-то никому не приходит в голову, что сама вода — прекрасное мочегонное средство.

Повышенное содержание холестерина в крови и обезвоживание

В живых клетках холестерин выступает в качестве вещества, регулирующего пропускание воды сквозь клеточную мембрану. Повышенное содержание холестерина — признак того, что клетки включили защитный механизм против осмотиче-

ского давления крови, которая вытягивает воду из клеточной мембраны. Выработка холестерина — это часть системы выживания клетки. Усиленная продукция холестерина — ответ этой системы на обезвоживание. Стало быть, чтобы снизить производство холестерина в организме, следует дать ему нужное количество воды.

Избыточный вес и обезвоживание

Доктор Батмангхелидж утверждает: люди часто путают чувство жажды с чувством голода. В своей книге он пишет: «...ощущения жажды и голода зарождаются одновременно, чтобы сигнализировать о потребностях мозга. Мы не различаем эти ощущения и полагаем, что оба “индикатора” свидетельствуют о желании есть.

Мы едим даже тогда, когда организм настойчиво требует воды. Те, кто перед приемом пищи пьет воду, разделяют эти ощущения. Они не переедают, чтобы утолить потребность в воде». Что надо делать для борьбы с избыточным весом? Очень просто: пить тогда, когда думаешь, что хочешь есть.

Астма и аллергии и обезвоживание

Астма и аллергия являются свидетельством того, что организм приспособился к повышенной выработке гистамина — сенсорного регулятора водного обмена и распределения воды в организме.

У астматиков наблюдается повышенное содержание в ткани легких гистамина, который регулирует сокращение бронхиальных мышц. Поскольку в легких благодаря испарению теряется очень много воды, бронхиальное сжатие, вызванное ги-

стамином, означает пониженное испарение во время дыхания. Эту уловку организм придумал для сохранения запасов воды.

В результате опытов с животными было доказано, что при увеличении ежедневного потребления воды выработка клетками гистамина значительно падает. Это значит, что и аллергические реакции, и бронхиальную астму можно снимать, просто увеличивая потребление воды!

Сахарный инсулинонезависимый диабет и обезвоживание

Как известно, существует два вида диабета — инсулинозависимый и инсулинонезависимый. В случае инсулинозависимого диабета больной должен постоянно вводить себе инсулин уколами, так как поджелудочная железа не способна вырабатывать его самостоятельно. Если диабет инсулинонезависимый, больному необходимо получать химические препараты, которые помогают высвобождению инсулина из поджелудочной железы, которая сохраняет способность вырабатывать инсулин, но для этого ей и требуется помощь извне.

Инсулинонезависимый диабет, по мнению доктора Батмангхелиджа, — следствие обезвоживания мозга, в результате которого поражаются некоторые его системы. Наш мозг автоматически поддерживает необходимое количество глюкозы, чтобы поддерживать свой объем и восполнять затраты энергии. Для этого он «отдает команду» поджелудочной железе вырабатывать инсулин. Однако мозг четко работает в данном направлении только тогда, когда мы даем ему нормальное количество

воды. В противном же случае может усохнуть и перестать работать его участок, отвечающий за поддержание баланса глюкозы, «команды» поджелудочной железе не будут «отдаваться», возникнет инсулинонезависимый диабет.

Чтобы его предотвратить и излечить уже случившийся недуг, нужно выпивать ежедневно не менее 2,5 литров воды.

Замена воды различными напитками

Многие сегодня считают, что насытить организм водой можно, и употребляя любые напитки — от лимонада до чая и кофе. Какая разница? Ведь во всех напитках главный компонент — вода! Доктор Батмангхелидж категорически не согласен с такой постановкой вопроса. Более того, он уверен, что употребление большей части таких напитков наносит нашему организму огромный вред. Взять хотя бы столь любимый нами кофе. Кофеин, хоть и слабенький, но все-таки наркотик. И, как любой наркотик, вызывает привыкание. А еще кофеин, воздействуя на почки, вызывает повышенную выработку мочи. То есть он обладает всеми свойствами диуретика. Поэтому-то человек может выпить огромное количество кофе и все равно будет продолжать испытывать жажду — вода просто не задерживается в организме.

А все «безобидные» газированные напитки просто напичканы химией. Будет ли польза от их употребления? Вряд ли.

Доктор Батмангхелидж настаивает: напоить тело можно только чистой, правильно структурированной водой!

Все остальные «водные образующие» идут человеку не на пользу, а во вред.

Хватает ли вашему организму воды

Количество воды, содержащейся в организме, соотносится с жизненными силами. Вот один из способов проверить, достаточно ли в вашем организме воды. Прижмите палец к середине ладони. Подержите его так секунд десять. Как только вы его отпустите, кожа немедленно распрямится и вернется в первоначальное состояние. Это значит, что воды у вас в организме достаточно. Если же кожа распрямится не сразу или на ладони на одну-две секунды останется вмятинка, немедленно выпейте несколько стаканов чистой воды. Это значит, что организм посылает вам недвусмысленные сигналы.

Вот еще один небольшой тест. Хотите понять, что употребляете достаточное количество воды и обезвоживание не грозит вашему организму? Тогда попробуйте честно ответить на вопросы такого короткого теста:

1. Вы чувствуете усталость по утрам, даже если хорошо выспались?
2. Вы плохо спите, часто просыпаетесь?
3. Вы чувствуете постоянную, непреодолимую усталость?
4. Вы не очень выносливы физически?
5. Вы склонны к частым сменам настроения или раздражительности?
6. Вы часто простужаетесь?
7. Вы страдаете аллергией?

8. Вы часто напряжены или чувствуете себя на грани срыва?
9. У вас часто бывают запоры?
10. У вас часто болит спина или плечи?
11. У вас есть проблемы с весом?
12. Вы большой любитель сладостей, газировки, спиртного?

Если вы положительно ответили на четыре вопроса или более, вы, вопреки своим убеждениям о хорошем самочувствии, страдаете хроническим обезвоживанием! Значит, ваше тело просит воды. Прислушайтесь к нему!

Как правильно пить воду

Человеческий организм можно уподобить часам с четко отлаженным механизмом: сам организм сообщает человеку, сколько ему нужно еды и питья, чтобы не испытывать голода и жажды. И в больном, и в здоровом состоянии мы ощутим голод, когда надо есть, и жажду — когда надо пить. Разным людям может требоваться разное количество воды, так как потребность в воде зависит от индивидуальных особенностей организма.

Однако лекари не рекомендовали пить много воды сразу. Когда испытываешь жажду, лучше пить часто и понемногу — так организм лучше всего воспринимает воду. Например, лучше пить по 1 ст. ложке каждые 5–10 мин, чем выпивать сразу большое количество воды.

Вредно пить во время еды, так как, запивая, мы вредим естественному процессу пищеварения.

На обработку воды желудку требуется всего лишь 15–30 минут. За это время вода расщепляется на молекулы и сквозь стенки желудка попадает непосредственно в межклеточное пространство, начиная там свое очистительное воздействие. Начинать есть можно через 15–30 минут после питья.

Лучше всего пить воду с температурой 15–18 °С.

Пить можно в любое время. Хорошо выпить стакан воды перед завтраком, еще лучше — прямо в постели, когда проснетесь с утра. В этом случае очень быстро восстанавливается водный баланс организма (естественно, за ночь наступает небольшое обезвоживание: ведь мы несколько часов подряд не пьем).

Очень полезно выпивать большой стакан воды на ночь перед сном, это предохраняет организм от образования камней в почках.

ЛЕЧИТ ЛЮБАЯ ЧИСТАЯ ВОДА

Возможно информация о том, что вода может запоминать и передавать нам информацию о здоровье необычна для вас, вызывает сомнения, и вы все еще не знаете, стоит ли вам лечиться водой. Для таких людей сообщаю: **даже не заряженная, не наполненная какой-то особой информацией вода оказывает лечебный эффект.**

Во-первых, вода действует в соответствии с природными особенностями нашего организма, не оказывая вредного воздействия на здоровье. Отсутствие же воды, наоборот, приводит к болезням.

Во-вторых, лечение водой не дает побочных эффектов, не вызывает привыкания, словом, вода — идеальное лекарство.

В-третьих, действие воды на организм обусловлено ее свойствами уникального растворителя.

В-четвертых, вода легко выводится из организма, унося с собой все лишнее и ненужное, очищая наше тело.

С ее помощью можно нормализовать работу внутренних органов, укрепить естественные защитные механизмы, освободиться от накопившихся шлаков, повысить общий тонус организма. Гидротерапия может использоваться как в качестве основного способа лечения, так и в качестве дополнения к другим методам. Поэтому к водолечению обращались и обращаются многие целители, работающие в самых разных направлениях.

Гениальный врач Гиппократ, которого эллины считали полубогом, утверждал: «вода — врач всех болезней». Вот вам мнение человека, который в течение тысяч лет считается образцом совершенного врача!

Некоторые средневековые лекари рекомендовали людям, которые страдают слабостью и недомоганием, принимать холодные ванны и обливаться водой. Секреты водолечения сохранились и до наших дней. Для них характерны постепенность вхождения в курс лечения и бережное отношение к человеческому организму. Лечение водой неизменно дает не слишком быстрый, но заметный результат. Можно принимать теплые ванны с травами, лечиться паром (это помогает растворить токсичные вещества в крови), обертывать тело мокрой тканью, накладывать компрессы (это способству-

ет выведению ядов из организма), обливаться холодной водой и выполнять другие процедуры закаливания. Я считаю, что при лечении любой болезни следует применять разные виды лечебных процедур: лечить болезнь, закаливаться, налаживать общий тонус, потому что болезнь сигнализирует нам — в укреплении нуждается все тело.

Целебные свойства простой чистой воды

Подведем итог, вода обладает тремя важными свойствами, обеспечивающими ее лечебную силу:

- ✱ растворяет вредные вещества, которые скапливаются в крови во время болезни,
- ✱ выводит их,
- ✱ помогает закалить и укрепить организм.

Ну, а теперь рецепты и советы по использованию воды для лечения различных хворей. Как бы ни было просто это лекарство, а эффект от него действительно грандиозный. Но и вред, как любое лекарство, вода может оказать немалый. Поэтому будьте внимательны, а лучше перед началом любых новых для вас процедур проконсультироваться с лечащим врачом, которому хорошо известны все ваши физиологические особенности и недуги.

Я расскажу о разных способах лечения водой и приведу конкретные рецепты лечения некоторых заболеваний.



ИСЦЕЛЕНИЕ ВОДОЙ

Важные правила, которые следует изучить, прежде чем приступить к контакту с водой для исцеления

Я советую соблюдать эти правила, чтобы эффект от водолечения был максимальный. Кроме того, правильное обращение с водой, помимо исцеления, может сделать вас по-настоящему счастливым, любимым, даже богатым. Вода творит настоящее чудо, но только при особом подходе к ней. Люди даже не догадываются, что их жизнь в очень большой степени зависит от того, как они взаимодействуют с водой. Вода в клетках нашего организма — это матрица, на которую можно записать что угодно. Но люди не замечают, как сами закладывают в воду, которую пьют или которой умываются, будущее здоровье или болезни, грядущие события своей собственной жизни. Очень часто люди вносят в

воду, а значит, и в самих себя, программы болезней и несчастий, вместо того, чтобы создать себе здоровье и счастье. Но теперь у нас есть знание, которое поможет это изменить.

Правило 1. Лечитесь чистой и заряженной водой

Прежде чем использовать воду для лечения, ее обязательно нужно приготовить. Использовать воду из-под крана неверно, а иногда и опасно. Во-первых, обязательно нужно очистить воду, или набрать хорошую воду из проверенного источника. Это правило касается всех людей, и тех, кто не верит в особые свойства воды и не хочет тратить время на ее зарядку. Во-вторых, желательно воду подготовить, наделить ее дополнительными лечебными свойствами. Это и программирование воды словом, и приготовление шунгитовой, омагниченной, талой и других видов воды*.

Правило 2. Готовьте воду в хорошем настроении

Если вы будете особо готовить воду для исцеления, обязательно делайте это с позитивным, либо, в крайнем случае, нейтральным настроением.

Помните, что вода мгновенно впитывает наши чувства и мысли. Работая с водой в плохом настроении, вы приготовите отраву вместо целебного эликсира. Об этом же надо помнить при обычных бытовых контактах с водой — когда вы завариваете чай, готовите пищу, и т. д. А вот принять

* В Приложении вы найдете подробные инструкции по очищению и приготовлению разных видов воды с описанием их полезных свойств.

ванну или душ, если у вас плохое настроение — подчас не только полезно, но необходимо. Смойте негатив, и только потом заряжайте воду на позитив.

Правило 3. Будьте сдержанны

Не рассказывайте непосвященным людям о том, что вы делаете.

Их скептический настрой может свести на нет все ваши усилия.

Правило 4. Не стремитесь получить больше, чем нужно

За один раз готовьте воду для лечения какого-то одного недуга, не стремитесь исцелиться мгновенно от всех болезней.

Правило 5. Охраняйте воду

Если вы приготовили воду для лечения — проследите, чтобы ею не пользовались другие люди. Если вы умываетесь водой, приготовленной для очищения, проследите, чтобы после вас ею не воспользовались другие люди, и сами тоже не пользуйтесь вторично. Для этого не оставляйте эту воду ни в каких емкостях — сразу же выливайте. Можно выливать либо в канализацию, либо в землю — земля нейтрализует оставшиеся в воде негативные энергии. Можно выливать и в цветочные горшки — растения преобразуют негатив в нужные им для роста энергии, и могут даже начать расти и цвести еще пышнее.

Правило 6. Чаще используйте воду

Приготовив воду для очищения, оздоровления и омоложения, используйте ее максимально — можно готовить на ней пищу и добавлять в напитки другим людям даже без их ведома.

Правило 7. Любите воду

Научитесь хорошо относиться к воде — не важно, вода это морская, озерная, или та, что течет из-под крана. Время от времени посылайте любой воде Свет, энергии добра и любви. Очень скоро вы заметите, что вода отвечает вам взаимностью. Вы начнете получать гораздо больше пользы и удовольствия от любых водных процедур. Вы будете застрахованы от любых неприятностей, происходящих от воды. Дело в том, что даже если вы направите позитив одной капле воды — эта информация мгновенно передастся всей стихии воды, поскольку вся вода на планете представляет собой единый организм, внутри которого налажены мгновенные информационные связи. Поэтому вся водная стихия мира начнет любить и оберегать вас.

ОЧИЩЕНИЕ ПРИ ПОМОЩИ ВОДЫ

Почему необходимо начать лечение любой болезни именно с очищения

Начать, конечно же необходимо с очищения. Часто человек даже не подозревает, в каком плачев-

ном состоянии находится его организм, насколько он загрязнен, зашлакован, буквально забит токсинами. С чем это связано?

На каждом углу трубят о том, что Земля находится на грани экологической катастрофы, а мы живем в ее эпицентре. Именно поэтому вопрос очищения встал так остро в последние десятилетия — загрязненность окружающей среды достигла угрожающих масштабов. И как следствие, значительно возросла загрязненность человеческого организма, а соответственно и потребность в очищении.

Сегодняшний образ жизни не способствует сохранению организма в чистоте. Мы постоянно спешим куда-то, все делаем на бегу, чуть ли не на лету. И между делом, перехватываем вместо обеда какую-нибудь булочку, сэндвич, печенюшку... Зачастую всухомятку. Лишь бы хоть как-то «подзаправиться».

Так, конечно, действуют не все. Сейчас все большее количество людей старается заботиться о качественном питании, понимая, что от рациона во многом зависит здоровье. Но даже если мы стараемся избегать продуктов, содержащих консерванты, ароматизаторы и усилители вкуса, это, к сожалению, не значит, что мы употребляем экологически чистую еду. Увы, в наш век сельское хозяйство больше зависит от химической промышленности и производства удобрений, чем от погоды и качества почв. Удобрения, гербициды, стимуляторы роста — везде и всюду. А мы сами даже эту уже изначально не совсем натуральную пищу еще солим, варим, обрабатываем, лишая ее тех не-

многих полезных веществ, которые она содержит. Надо ли говорить, что от такого питания пользы не очень много...

«Мертвая» — то есть ненатуральная, лишенная витаминов и полезных веществ, убитая варкой и жаркой, пища откладывается в организме, затрудняет работу кишечника, печени, почек.

У современно человека из-за несбалансированного питания чаще всего:

- ✱ нарушен обмен веществ;
- ✱ замедлено выделение продуктов распада;
- ✱ имеются жировые отложения;
- ✱ нарушен баланс витаминов и микроэлементов.

На самом деле — некачественная пища — только верхушка айсберга. Список неблагоприятных факторов, воздействующих самым негативным образом на внутреннее состояние организма, можно продолжать до бесконечности. Но важнее понять, как человек реагирует на то, что его организм, наполнен шлаками, токсинами. Ведь не чувствовать их присутствие невозможно. Увы, но чаще всего мы начинаем усиленно лечиться с помощью подручных средств, даже не подозревая о причинах дискомфорта, не пытаясь в них разобраться. В результате неумелых действий, мы только еще больше засоряем организм всевозможными таблетками, порошками, микстурами — то есть вреднейшей химией. Так и ходим по кругу, не зная, как из него выбраться.

Не только шлаки и токсины, но и паразиты

Еще один фактор загрязнения организма — паразиты. Паразиты (от греч. *parasitos* — нахлебник, тунеядец) — это организмы, которые живут за счет своего хозяина, в данном случае речь идет о людях — то есть о нас с вами. Зачастую мы как-то поверхностно, легко относимся к проблеме паразитов, мало зная о них, да и не интересуясь ими особенно. А уж глисты считаются в народе чуть ли не безобидными. И мало кто подозревает, насколько губительно паразиты влияют на здоровье и благополучие человека. Они многочисленны, многообразны и очень опасны! Наличие паразитов в организме очень часто является причиной серьезных заболеваний. В последнее время изучению паразитов и их влияния на здоровье человека придается огромное значение, и результаты такого пристального внимания ошеломили многих.

Не так давно Всемирная Организация Здравоохранения обнародовала данные, из которых следует, что до 80% всех болезней человека либо напрямую вызываются паразитами, либо являются следствием их жизни в нашем организме! Паразитами заражено более 4,5 млрд человек. Каждый трети житель Европы является «обладателем» паразитов. Ежегодно инфекционные и паразитарные болезни уносят 15–16 млн. человеческих жизней.

В теле человека может жить более 100 видов паразитов — от микроскопических, невидимых глазу, до огромных, длиной в несколько метров. Они

могут найти «приют» в любой части организма: в легких, печени, мышцах и суставах, пищевode, мозгу, крови, коже и т.д. Они питаются нами, то есть нашими тканями, они откладывают яйца, испражняются — и все это внутри нас. Последствия их жизнедеятельности губительны, причины их появления в наших телах разнообразны.

Тест. Как узнать, страдает ли ваш организм от шлаков

Узнать, есть ли в вашем организме избыток вредных веществ, можно по следующим признакам:

- * чувствительность к факторам окружающей среды,
- * быстрая утомляемость,
- * повышенная раздражительность,
- * бессонница,
- * частые смены настроения,
- * депрессия,
- * блеклый цвет лица,
- * частый насморк,
- * головные боли или частые головокружения,
- * раздражение слизистой оболочки глаз,
- * боли за грудиной,
- * боли в суставах,
- * боли в позвоночнике,
- * расстройства кровообращения,
- * тяжесть в желудке,
- * тошнота,

- ✱ запоры,
- ✱ поносы,
- ✱ неприятный запах изо рта,
- ✱ отсутствие аппетита.

Если вы отмечаете у себя что-либо из перечисленных признаков, то можно сказать, что одной из причин этого состояния является избыток токсинов или непереварившихся отходов пищи.

Как определить уровень зашлакованности организма?

Представители как нетрадиционной, так и официальной медицины уверяют, что зашлакованность организма может привести не только к легким нарушениям, но и к самым серьезным заболеваниям. Все наши внутренние органы гармонично связаны энергетически, и патология в одном из них влечет за собой изменение другого, перетекая в хроническую форму. Важно не просто понять — есть ли зашлакованность, но определить ее уровень.

Специалисты выделяют несколько этапов загрязнения организма.

На первом этапе загрязнения внутренних органов внешне абсолютно здоровый человек начинает ощущать повышенную утомляемость и раздражительность. Если при этом питание несбалансированное, сопровождается диетами и голодовками, то появляются неприятные ощущения в желудке и печени, головная боль, расстройство кишечника.

На втором этапе происходит изменение цвета лица, т.к. кожа активнее всего реагирует на поступление ядов в организм и пытается их вывести. Правда ослабление ее защитных функций приводит к дерматозам, прыщам и т.д. Кожа становится обезвоженной и быстро увядает, легко поражаясь холодом и пересушиваясь от жары. Наряду с этим происходит ослабление иммунитета, появляются легкая ломота в суставах, частые простудные заболевания и головные боли.

Третий уровень зашлакованности может сопровождаться такими необоснованными на первый взгляд аллергоподобными проявлениями, как избыточное слезотечение, выделения из носоглотки, постоянно скапливающаяся слизь в горле, конъюнктивиты, синуситы. На этом этапе начинают появляться устойчивые хронические заболевания.

Четвертый уровень характеризуется застойными и патологическими заболеваниями, такими, как ожирение, доброкачественные опухоли, полипы, киста яичников и т.д.

Пятый этап зашлакованности является началом деформации органов тела: возникают серьезные заболевания костного аппарата, в том числе, воспаления суставов, пародонтозы, стоматиты и др.

Шестой уровень сопровождается серьезными нарушениями нервной системы.

Для *седьмого этапа* характерны патологические изменения клеток организма в целом или отдельных органов и тканей, формирование злокачествен-

ных опухолей. В ряде случаев рак молочной железы у женщин развивается из-за сильного загрязнения толстой кишки.

На восьмом этапе, когда организм серьезно запускается и зашлакованность достигает предела, появляются тяжелые хронические заболевания, финал которых очень печален.

Тест. Страдает ли ваш организм от паразитов

Как мы выяснили, кроме шлаков и токсинов, нам угрожают паразиты. Число возможных симптомов их присутствия почти бесконечно.

Паразиты маскируются под самые широко распространенные заболевания. Это еще одна причина начать оздоровление организма именно с очищения.

Вот самые распространенные симптомы, указывающие на то, что в вашем теле обитает кто-то посторонний:

- * запоры;
- * понос;
- * газы и вздутие;
- * желудочные заболевания;
- * боли в суставах и мышцах;
- * анемия;
- * аллергия;
- * плохая кожа;
- * гранулемы;
- * нервозность;

- ✱ нарушение сна;
- ✱ скрежетание зубами;
- ✱ хроническая усталость;
- ✱ иммунные нарушения.

Любой из приведенных выше симптомов указывает на то, что пришло время делать «генеральную уборку» в организме, иначе беды не избежать. Очищение должно в любом случае предварять лечение. Ведь, пока не выведены шлаки из засорённых органов и тканей, бороться с нарушениями бесполезно. Организм тратит свои ресурсы не на самовосстановление, а на борьбу с биологическим мусором. Поэтому, принимая лекарства, можно достичь лишь временного улучшения в состоянии здоровья.

ОЧИЩЕНИЕ ВОДОЙ — ПРОСТО И БЕЗОПАСНО

Почему вода лучший очиститель

Во-первых, вода точно не навредит, а принесет огромную пользу. Об этом я уже говорила выше.

Во-вторых, вода доступна каждому: не требует финансовых вложений. Все, что вам нужно — открыть кран, набрать воду и подготовить ее соответствующим образом (очистить и зарядить).

Вода, всегда находится под рукой, и вы можете приступить к очищению в любой момент.

И наконец, самое главное, вода обладает удивительно сильным растворяющим действием, поэто-

му может разрушить даже многолетние шлаковые отложения.

Вода — растворитель шлаков и токсинов

Вода — это универсальный, самый сильный природный растворитель. Она способна растворить любые вещества. Не зря существует выражение «Вода камень точит». И этот растворитель — основа жизни на Земле, то есть безвреден для человека.

Молекула воды устроена таким образом, что частицы любых других веществ в воде отталкиваются или притягиваются с силой, в 80 раз большей, чем в вакууме. Это обеспечивает высокую растворимость веществ в воде: молекулы воды словно «растаскивают» частицы или ионы веществ, сила притяжения между которыми ослаблена. Поверхности тел, погруженных в воду, становятся менее прочными. Вещество в воде начинает растворяться.

К примеру, тончайшие весы показали, что в стеклянном стакане с водой может быть растворено 0,0001 г стекла.

Очищение кипяченой водой

Данный метод очищения организма посредством питья кипяченой воды, позволяет достичь следующих результатов:

- * избавиться от хронических запоров;
- * привести в норму вес;
- * очистить кожу и улучшить, соответственно, ее внешний вид и функционирование;

- ✱ без стресса, очень мягко и постепенно вывести песок и камни из почек, желчного пузыря, печени.

В процессе такой чистки вы можете испытывать легкую слабость. Это не должно вас пугать, напротив, это свидетельствует о том, что процесс очищения идет правильно и эффективно, ваш организм избавляется от шлаков и ядов.

Суть этого способа состоит в том, чтобы каждое утро за полчаса до завтрака выпивать стакан кипятка. Пейте воду мелкими глоточками, не спеша. Помните, что речь идет именно о кипяченой воде, температура которой должна быть достаточно высокой, однако такой, чтобы ее можно было пить, не обжигаясь при этом.

Полный курс очищения довольно длительный — он рассчитан на 6 месяцев.

Очищение минеральной водой

Покупая минеральную воду, помните, что это должна быть именно лечебная минеральная вода, а не столовая, которая в больших количествах продается в супермаркетах.

С помощью предлагаемых методов вы сможете:

- ✱ очистить печень, почки, желчные протоки и кровь,
- ✱ нормализовать и восстановить полезную микрофлору кишечника,
- ✱ повысить защитные силы организма,
- ✱ нейтрализовать воздействие внешних загрязняющих факторов,

- ✱ вывести из организма до 30% тяжелых металлов,
- ✱ очистить организм от принятых ранее лекарств.

За месяц правильного приема минеральной воды, не изменяя привычного режима питания, можно сбросить до 8 кг лишнего веса.

Но! Использовать очистку минеральной водой можно только после консультации с гастроэнтерологом, так как при некоторых заболеваниях желудочно-кишечного тракта такой способ очистки противопоказан.

А теперь перейдем непосредственно к правилам приема насыщенной минералами воды.

Способ первый, «щадающий»

Этот способ очищает организм очень мягко, спокойно, без стресса для организма. Методика очень проста: пейте воду курсами три раза в день за 20 минут до еды в расчете 6-8 мл на килограмм тела. В первые дни вы можете почувствовать легкий слабительный эффект, но это не должно вас смущать, подобные ощущения исчезнут уже через 20–30 минут после приема пищи. Кишечник полностью очищается уже через 7–10 дней такой чистки. После этого дозу приема воды можно уменьшить вдвое и пить ее в таком количестве до конца месяца. После того как вы завершите курс, можно за полчаса до каждого приема пищи и через 2,5 часа после еды выпивать по стакану столовой минералки.

Способ второй, «двуступенчатый»

Данный метод более интенсивный, он состоит из двух ступеней очистки: сначала очищается кишечник, а затем печень.

Первая ступень — очищение кишечника: 10 стаканов (2 литра) минеральной воды необходимо подогреть до 40 градусов и подсолить. Для этого лучше всего использовать морскую соль, которая продается в аптеках. Но обычная поваренная соль тоже подойдет. Такая подсоленная вода будет вытягивать из стенок кишечника жидкость, а вместе с ней — и вредные вещества. Кроме этого, такая вода обеспечит слабительный эффект. Необходимый уровень концентрации соли можно получить, если добавить соль из расчета чайная ложка на литр воды. Подготовленную таким образом воду надо выпить в течение полутора часов. Приступать к этой процедуре следует утром натощак. Лучше всего для этого подходит выходной день, который вы можете целиком посвятить очищению организма. Пить надо следующим образом: сначала выпить один за другим без перерыва два стакана воды, а затем через 40 минут — медленными глоточками — все остальное. Во время проведения процедуры вы будете периодически ощущать позывы к стулу — это свидетельствует о правильном течении очищения. Когда результатом испражнения станет абсолютно чистая вода, вы поймете, что чистка успешно завершена. После этого нужно подкрепиться. Самым полезным в этой ситуации блюдом станет богатая клетчаткой овсяная каша.

Если вы прибегаете к этому методу впервые, то вам нужно будет повторить описанную процедуру

4–5 раз с интервалом в 2 дня. В дальнейшем достаточно будет очищать кишечник ежесезонно — 4 раза в год.

Вторая ступень — очищение печени: к этому этапу можно приступать только тогда, когда ваш кишечник будет очищен, иначе вы не только не добьетесь положительного результата, но и можете получить крайне нежелательные побочные эффекты.

Для того, чтобы провести чистку печени (или, говоря медицинским языком, «дьюбаж») нужно с вечера откупорить бутылку с минеральной водой, чтобы из неё естественным образом вышел газ. Наутро вы должны выпить полный стакан воды, предварительно добавив туда 5 граммов сернокислой магнезии или сорбита. Действие этих препаратов заключается в том, что они ускоренно освобождают желчный пузырь от желчи, а вместе с ней и от накопившихся там вредных веществ. Через 20 минут приём воды следует повторить. После этого нужно два часа полежать, приложив к области правого подреберья грелку. В первый год процедура проводится довольно часто — примерно раз в два-три месяца, далее её достаточно повторять дважды в год.

Очищение от паразитов при помощи талой воды

Талая вода прекрасно очищает организм от глистов и других паразитов. Нужно лишь запастись терпением, потому что эта процедура не одноразовая. Курс лечения занимает 3 дня, которые придется полностью посвятить очищению.

Итак, заранее приготовьте талую воду любым выбранным вами способом и приступайте.

Первый день: все действия следует производить утром, на голодный желудок. Наберите полный стакан холодной талой воды. Отпейте три глотка. Сделайте перерыв на 5 минут. Затем отпейте пять глотков, сделайте перерыв на 7 минут. Затем отпейте семь глотков, сделайте перерыв на 9 минут. После этого выпейте залпом оставшуюся воду. Через 3 часа налейте еще стакан холодной талой воды. Отпейте девять глотков, перерыв — 7 минут. Отпейте семь глотков. Перерыв — 5 минут. Отпейте пять глотков. Перерыв — 3 минуты. Отпейте три глотка. Перерыв 9 минут. После этого залпом выпейте оставшуюся воду. Еще через 3 часа повторите первую процедуру.

Второй день: утром натошак выпейте 0,5 стакана талой воды комнатной температуры. Через час налейте полный стакан талой воды и отпейте двенадцать глотков. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Отпейте еще шесть глотков талой воды. Сделайте еще три глубоких вдоха и выдоха. Отпейте три глотка талой воды. Остальной водой брызните себе на лицо.

Третий день: утром натошак выпейте стакан талой воды. Через 2 часа выпейте еще 0,5 стакана. Еще через 2 часа налейте стакан талой воды и отпейте девять глотков. Затем подождите 3 минуты и отпейте еще три глотка. Остальную воду пейте медленно в течение последующего получаса.

На четвертый день вы увидите, как глисты покидают ваш организм.

Очищение при помощи соленой воды (шанк пракшалана)

Шанк пракшалана — это очень простой и в то же время действенный способ очищения. В этом методе, который широко практикуется в йоге, для очищения также используется соленая вода, но на этот раз не минеральная, а просто хорошая очищенная полезная вода. Шанк пракшалана позволяет полностью очистить толстую кишку и удалить остатки пищи из пищеварительного тракта — от желудка до заднего прохода. Результат очищения вы почувствуете буквально сразу:

- * Нормализуется работа пищеварительной и выделительной систем.
- * Вы будете засыпать легко и просыпаться по-настоящему отдохнувшими.
- * Кожа станет более гладкой, подтянутой, исчезнут высыпания и экземы.
- * Дыхание станет свежим.
- * Повысится общий тонус организма.
- * Оздоровление желудочно-кишечного тракта положительно скажется на усвоении пищи, постепенно сама собой исчезнет проблема лишнего или недостаточного веса.

ПОКАЗАНИЯ. Наибольшую пользу подобное очищение принесет людям, склонным к запорам.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. Не следует проводить процедуру при:

- * язве желудка;
- * дизентерии;

- ✱ остром поносе;
- ✱ остром колите;
- ✱ остром аппендиците;
- ✱ раке желудочно-кишечных органов;
- ✱ кишечном туберкулезе.

Для процедуры понадобится выпить 3–3,5 л теплой кипяченой воды с растворенной в ней солью (5–6 г на каждый литр). Если вода покажется слишком соленой, можно уменьшить концентрацию соли. Если вы не можете пить соленую воду, замените ее некрепким бульоном из лука или другого некрахмалистого овоща.

Шанк пракшалану лучше всего делать утром в выходной день натошак. Процедура занимает не менее часа. В день ее проведения, а также на следующий день следует избегать физических нагрузок. Если вы регулярно практикуете йоговские упражнения, то после данной процедуры придется на некоторое время от них отказаться.

Последовательность действий

1. Выпиваете один стакан теплой соленой воды и сразу выполняете упражнения (комплекс упражнений см. ниже). Эту процедуру нужно повторить 6 раз. Следите, чтобы не возникало чувства тошноты.
2. После того как будет выпит шестой стакан и выполнена 6-я серия упражнений, следует сразу идти в туалет. Должно произойти первое опорожнение кишечника. Опорожнение кишечника произойдет несколько раз: организм должен вывести всю воду, а вместе с ней накопившуюся

ся в пищеварительном тракте грязь. Каждый раз после опорожнения нужно ополаскивать анус теплой водой, промокать мягким полотенцем и смазывать растительным маслом.

3. После первого результативного посещения туалета нужно снова выпить стакан воды и выполнить упражнения, после чего вернуться в туалет.
4. Следует чередовать питье воды, выполнение упражнений и посещение туалета до тех пор, пока в результате опорожнения не будет выходить совершенно чистая вода, после этого процедуру можно прекратить. Объем воды, которую вам придется выпить, зависит от того, насколько загрязнен ваш кишечник. Обычно это 10–14 стаканов.
5. После последнего посещения туалета следует выпить подряд еще 3 стакана теплой, но уже не-соленой воды. После этого вызовите рвоту, чтобы вышла выпитая вами вода, это закроет прямой проход воды в кишечник.

Возможные затруднения

Вы можете почувствовать, выпив 4 стакана воды, тошноту: ваш желудок будет переполнен, так как его содержимое не переходит в кишечник. Тогда следует 2–3 раза выполнить серию упражнений, не выпивая при этом воду. Когда ощущение тошноты исчезнет, вернитесь к последовательному выполнению действий. Если же и после выполнения упражнений чувство переполненности желудка и тошнота останутся, вызовите у себя рвоту или дождитесь, пока вода не выйдет в виде мочи.

Обычно после первых выпитых 6 стаканов воды опорожнение кишечника происходит немедленно, но возможны небольшие задержки. Тогда подождите 5 мин и еще раз повторите упражнения, но воду больше не пейте. Если и после этого опорожнения не произойдет, сделайте обыкновенное промывание полулитровой клизмой.

Как питаться после очищения

От окончания процедуры до первого приема пищи должно пройти не менее получаса, но и не более часа.

До первого приема пищи не пейте никакой жидкости. Вместе с первой едой и позже можно пить воду и легкие настои, например липовомятный или из шиповника, а также слегка газированную минеральную воду.

Первая пища, которую вы должны съесть, — это белый шлифованный рис, разваренный до состояния мягкости. Можно дополнить это блюдо хорошо проваренной чечевицей или морковью и сбрызнуть 40 г растопленного сливочного масла. Можно заменить рис макаронами или вермишелью, приправленными маслом. Можно заправить блюдо неострой томатной пастой (без перца).

В следующую еду можете включить хлеб и твердые или полутвердые сыры.

В течение первых суток после очищения нельзя употреблять кефир, молоко, кислую пищу или напитки, фрукты и сырые овощи, а также алкоголь. Затем можно вернуться к обычному меню, однако излишнего употребления мяса следует избегать.

Первое опорожнение кишечника произойдет через 24–36 ч. Если вы все сделали правильно, испражнения будут золотистожелтого цвета, без неприятного запаха, как у грудных младенцев.

Насколько часто надо выполнять шанк пракшалану

Это очищение нужно проводить как минимум 2 раза в год. Йоги же выполняют эту процедуру при каждой смене времени года, то есть 4 раза в год.

Если вы страдаете хроническим запором, можете выполнять шанк пракшалану каждую неделю, выпивая при этом не более 6 стаканов воды. Так вы сможете перенастроить работу своего кишечника, чтобы в дальнейшем запоры вас больше не беспокоили.

Прежде чем приступить к очищению шанк пракшаланой, изучите внимательно все упражнения. Вы должны выполнять их не останавливаясь, иначе желаемого результата не добиться.

Комплекс стимулирующих упражнений

Каждое упражнение следует повторить 4 раза в быстром темпе: весь комплекс не должен занимать более 1–1,5 мин.

Упражнение 1

И. п.: стоя, ступни расставлены на 30 см, руки подняты, пальцы переплетены, ладони обращены вверх (рис. 1).

Спина прямая, дыхание спокойное.

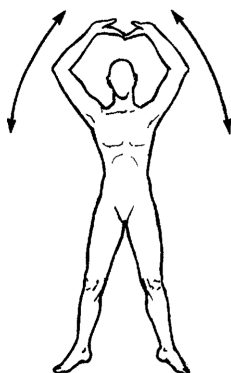


Рис. 1

Наклонитесь влево. Сразу выпрямитесь и немедленно наклонитесь вправо.

Важно не делать остановку в конечной точке наклона, а сразу переходить к наклону в другую сторону.

Это упражнение нужно выполнить 4 раза, то есть сделать 8 наклонов попеременно влево и вправо. На выполнение этого упражнения у вас должно уйти около 10 с.

Упражнение 2

И. п.: стоя, ступни расставлены примерно на 30 см, правая рука вытянута горизонтально в сторону, а левая согнута у груди, при этом указательный и большой пальцы касаются правой ключицы (рис. 2, а).

Поворачивайте туловище, отводя вытянутую руку назад как можно дальше. При этом нужно смотреть на кончики пальцев.

Совершив поворот, сразу вернитесь в И. п. и сделайте поворот в другую сторону, поменяв положение рук: левая вытянута, правая согнута у груди (рис. 2, б).

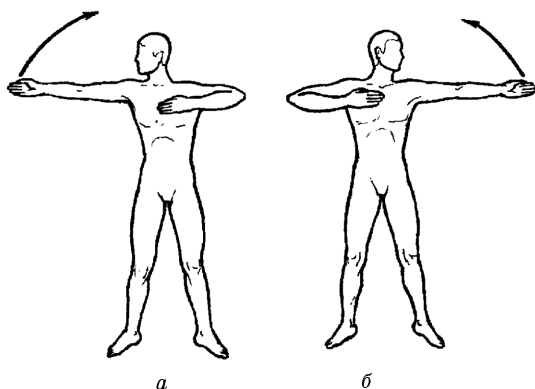


Рис. 2

Цикл движений повторить 4 раза.

Упражнение 3

И. п.: руки и ноги опираются о пол как при отжимании, но спина свободно прогнута. Ступни ног раздвинуты примерно на 30 см (рис. 3, а).

Поворачивайте голову, плечи и туловище так, чтобы увидеть пятку, противоположную направлению поворота. То есть, поворачиваясь влево, вы должны увидеть правую пятку (рис. 3, б).

Затем, не задерживаясь, вернитесь в И. п. и сразу повернитесь в противоположную сторону (рис. 3, в).

Повторить 4 раза.

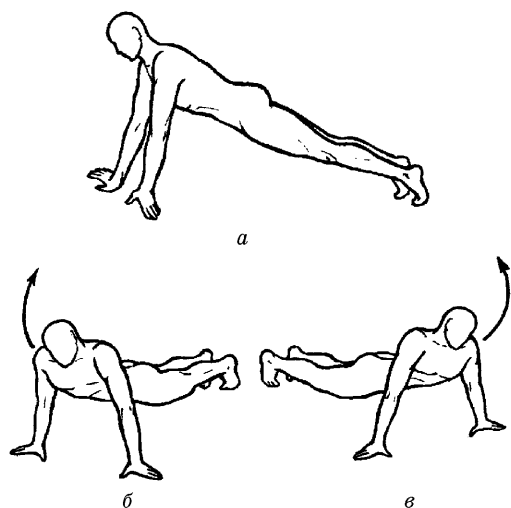


Рис. 3

Упражнение 4

И. п.: сидя на корточках, ступни расставлены примерно на 30 см. Ладони лежат на коленях, которые тоже должны быть разведены примерно на 30 см (рис. 4).

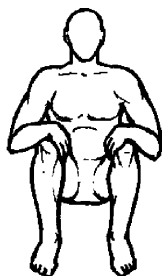


Рис. 4

Поверните туловище вправо, положив левое колено на пол возле правой ступни, ладони при этом остаются на коленях (рис. 5, а).

После этого выполните такой же поворот в противоположную сторону. Ладони толкают попеременно левое колено к правой ступне и наоборот — правое к левой. При этом другая ладонь фиксирует поднятое над землей колено таким образом, чтобы бедро прижимало живот и сдавливало толстые кишки (рис. 5, б). Старайтесь повернуть голову и туловище так, чтобы усилить давление на живот.

В данном упражнении предпочтительно в первую очередь сдавливать правую сторону живота, чтобы прижать восходящую толстую кишку. Иными словами, нужно поворачивать голову и туловище направо, опуская к правой ступне левое колено. И только после этого совершать поворот влево.

Это упражнение, как и все предыдущие, выполняется 4 раза.

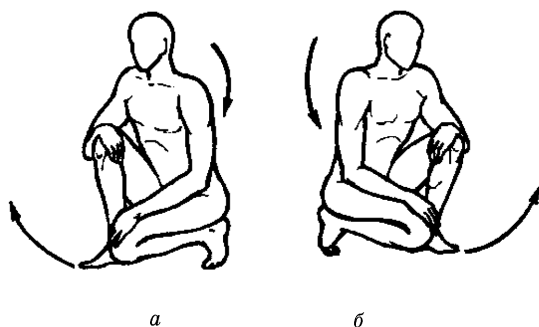


Рис. 5

Облегченный вариант

И. п.: сидя на полу, поджать под себя левую ногу, правую согнуть в колене, ступню приблизить к внутренней стороне лежащей на полу ноги. Обе руки согнуты и опираются о поднятое колено (рис. 6).

Левое плечо развернуто так, чтобы максимально приблизиться к поднятому правому колену. Цель — попеременное сжатие правой и левой сторон живота.



Рис. 6

Очищение от негативных эмоций, которые мешают быть здоровыми

Очищаться необходимо всем людям — от негативных энергий, которые или уже оформились, или норовят оформиться в программы и начать порождать болезни и неприятности. Мы все ежедневно подвергаемся негативным энергиям. Причем они могут не только воздействовать на нас извне, но, что гораздо чаще, создаваться нами же самими. Механизм создания таких негативных энергий прост: это скрытое или явное осуждение себя и других.

Плохо думая или говоря о самих себе или других людях, мы делаем не что иное, как осуждаем. И тем самым убиваем Свет в себе и других. Ну а там, где нет Света, — там неизбежно образуется тьма, то есть тот самый сгусток негатива, способный серьезно отравить нам жизнь.

Существуют ли порча и сглаз

Возможно, вы не верите ни в какие порчи и сглазы, считаете их мракобесием, порождением невежественного сознания. Однако, я много лет помогаю людям избавляться от различных проблем при помощи воды, и знаю, что у этих народных представлений есть реальная основа. То, что в народе называют порчами и сглазами, — это самые настоящие энергоинформационные поражения. Они затрагивают тонкие структуры человеческого существа, поэтому не видны невооруженным глазом. Но если уж эти поражения существуют — то они стремятся материализоваться, проявить себя и в видимом мире. И тогда начинаются болезни, беды, неприятности.

Вот кто-то вас осудил, дал вам или вашим действиям негативную оценку, или вы сами недостаточно хорошо подумали о себе, а то и проявили сильные чувства неодобрения, раздражения, неприятия. Что произошло в первую очередь? Испортилось настроение. Это первый признак того, что негативный энергоинформационный заряд уже появился внутри вас. Тот самый, который называют сглазом. Если от него не избавиться сразу же — могут возникнуть уже недомогания, например, головные боли, усталость. Если и тут вы от него не изба-

витесь — он уже вполне может перерасти в программу, в то, что называют порчей. Вы начинаете жить с этим самым негативом внутри — и он программирует вас на последующие неудачи и уже более серьезные болезни. К тому же энергоинформационные поражения — фактор, ускоряющий старение. Люди реально молодели после очищения от этого, — чему я неоднократно сама была свидетелем. И вы сами можете проверить, если ли на вас какой-то негатив.

Как при помощи воды проверить, есть ли порча или сглаз

Налейте в ванну обычной воды (примерно температуры тела), и добавьте немного (не более половины стакана) личной, заряженной вами воды.*

Подождите минуту-другую и погружайтесь в ванну. Мысленно или вслух обратитесь к воде с просьбой показать вам негативные энергии, от которых надо избавиться. Закройте глаза и направьте внимание внутрь себя.

Негатив может проявить себя следующим образом:

- ✱ как ощущение дискомфорта в какой-либо части тела;
- ✱ как напряжение в мышцах;
- ✱ в виде ощущения (или зрительного образа) темного пятна, провала, чего-то вязкого, густого, застывшего, тяжелого;

* О приготовлении личной воды см. в Приложении.

- ✱ как желание выразить эмоцию (заплакать, закричать, жалобно захныкать, и т. д. — сразу же сделайте это);
- ✱ как желание сжаться в комок, спрятаться;
- ✱ как воспоминание о чем-то неприятном.

Если ощутили что-то подобное — значит, нужно очищаться от негатива как можно скорее. Для этого существует несколько проверенных способов.

Очищающая ванна

Очищение производится в той же самой ванне, в которой вы уже находитесь. Как только обнаружили признаки негатива — без промедления сделайте следующее: сосредоточьтесь на той области тела, где ощущается дискомфорт (напряжение, провал, и т. д.), либо на проявившейся эмоции, воспоминании. Либо просто сконцентрируйтесь на области внутри груди, примерно, где сердце, и вслух или про себя произнесите один из следующих настроев:

- ◆ Сильная, чистая, наполненная энергией вода, унеси-раствори беду, устрани все темное, тяжелое, больно жгучее, чтобы ничего не мешало мне!
- ◆ Свет воды, сила воды, добро воды, любовь воды — заполни меня, мое тело и душу, смой чужое! Я светел и чист, благодаря тебе, вода.
- ◆ Вода освобождающая — освободи меня от наносного, наведенного, преврати тьму в Свет! Свет внутри меня — исцеляет и освобождает.
- ◆ Тают-растворяются чужие слова, мысли, дела, поступки, намерения — нет им места в моем теле, в моей душе!

- ♦ Душа моя, очистись, тело мое, очистись, вода, помоги мне стать тем, кто я есть — чистым, светлым, сильным, совершенным и могучим!

Повторяйте настрой столько раз, сколько требуется, чтобы ваше состояние изменилось. Когда почувствуете, что ушел дискомфорт, исчезло напряжение, улучшилось настроение, и то, что вас беспокоило, теперь кажется мелким и незначительным — значит, негативная энергия ушла. Сразу же выпустите воду из ванны и выходите.

Очищение через ноги

Этот способ подходит, когда вы успели заметить момент «заражения» негативом, и этот негатив достаточно свежий. Например, поругались с кем-то или кто-то сказал в ваш адрес что-то плохое. Кстати, сам подобный факт еще не означает, что вы подцепили сглаз или порчу. Если вы никак не отреагировали или отмахнулись, посмеялись, не приняли на свой счет сказанное — то негатив к вам и не прилипнет. А вот если вы отреагировали, обиделись, и настроение испортилось — это значит, что называется, вы пропустили удар, и вас пробило.

Сделайте следующее: налейте в тазик обычной воды, добавьте туда приготовленной вами личной воды. Опустите в тазик ноги и направьте внимание внутрь себя. Найдите в своем теле ту точку, где полученная вами обида (или другие негативные ощущения) как бы резонирует сильнее всего.

Начинайте мысленно сливать оттуда поток энергии вниз, через ноги, в воду. Одновременно повторяйте вслух или про себя один из следующих настроев:

- ♦ Утекает-уходит, утекает-уходит, утекает-уходит!
Ушло, утекло, с водой смешалось, со мной рассталось! Свет, тепло, любовь, защита со мной.
- ♦ Сила сильная, водяная, все пересилила, перемолотила, меня очистила, обновила!
- ♦ Радостная очищающая сила, могучая вода, природой мне дана, очищает, обновляет, избавляет, искрится и сверкает, счастьем одаряет!
- ♦ Раз — очищение, два — очищение, три — очищение! Все ушло, уплыло, как не бывало! Сила пришла, Свет принесла!

Произнесите не более девяти раз, и сразу же выйдите из тазика, а воду вылейте. Если не почувствовали улучшения своего состояния, повторите все сначала еще два раза (каждый раз наливая свежую воду).

Смывание негатива с лица

Налейте приготовленной вами личной воды (или обычной воды с добавлением приготовленной) в широкую посуду, чашу, но не металлическую, а стеклянную, керамическую или фарфоровую.

Зачерпывая воду двумя ладонями, омывайте лицо, и одновременно произносите один из следующих настроев (в зависимости от того, что вас беспокоит):

- ♦ Слова, сказанные и услышанные, в душе моей и теле моем боль оставившие, — прочь в воду!
- ♦ Обида, что задела меня и покоя на давала — уйди, прочь в воду!

- ♦ Стрелой пронзивший гнев и ярость — ступай в воду!
- ♦ Взгляд чужой, злой и недобрый насквозь прожегший — прочь в воду!
- ♦ Гнев чужой, несправедливый — прочь в воду!
- ♦ Слезы мои, боль моя — прочь в воду!
- ♦ Помыслы недобрые, против меня направленные — прочь в воду!
- ♦ Страдания, горе — ступайте в воду!
- ♦ Все плохое, что про меня подумали, все мысли чужие — прочь в воду!
- ♦ Обиды чужие на меня — ступайте в воду!

Произнеся настрой не более семи раз (и соответственно не более семи раз ополоснув лицо), смените воду в чаше, и продолжайте до тех пор, пока в теле и душе не возникнет ощущение легкости и покоя (но только обязательно меняйте воду после семикратного ополаскивания).

ЛЕЧЕНИЕ РАЗНЫХ БОЛЕЗНЕЙ ПРИ ПОМОЩИ ВОДЫ

Есть несколько видов водных процедур. Компрессы, ванны, обливание, обертывание. Обо всех, конечно, не расскажешь.

Я приведу здесь самые эффективные и, конечно же, безопасные.

Водяные компрессы от боли и недомоганий

Компресс на спину при болях в области позвоночника, высокой температуре

Прежде чем начинать процедуру наложения компресса, положите на кровать кусок сухой плотной ткани и шерстяное одеяло — это нужно для того, чтобы постель не намокла. Большой кусок грубой льняной ткани складывают в несколько раз, вымачивают в холодной воде, отжимают и кладут на одеяло. Компресс должен соответствовать длине позвоночника. Пациента укладывают на ткань и укрывают шерстяным одеялом. Процедура обычно проводится 2 раза в день и длится около 45 мин, а если вы хотите продлить ее, то ткань нужно смочить холодной водой еще раз.

Компресс для туловища при газах в животе

Для наложения водяного компресса на переднюю часть тела потребуется кусок ткани такого же размера, как и для спины: в сложенном виде он должен полностью закрывать грудь, живот, горло и свешиваться с тела с двух сторон.

Ткань следует смочить в холодной (зимой — в чуть теплой) воде, отжать и положить на тело больного, а сверху накрыть его сложенным в 2 или 3 раза шерстяным одеялом. Когда делается компресс на горло, во избежание простуды сверху надо положить еще кусок сухой ткани. Процедуру применяют только в том случае, когда у больного нормаль-

ная температура. Держать такой компресс нужно от 45 мин до 1 ч. После того как он согревается на теле, ткань следует повторно намочить в холодной воде и наложить еще раз.

По окончании процедуры больному сразу следует одеться.

Промывание носоглотки

Это процедура очищения носа и придаточных пазух водой для удаления слизи и других загрязнений из носоглотки, снятия воспалений в этой области и обеспечения свободного дыхания.

Считается, что процедуру необходимо проводить всем ежедневно утром или вечером. А в случаях ринита, синусита, простуды или других подобных заболеваний — 2–3 раза в день.

Вам понадобятся тазик, чайник объемом не менее 400 мл (например, заварочный чайник), соответствующее объему чайника количество кипяченой воды температурой 37–38 °С и поваренная соль.

Налейте воду в чайник, добавьте в нее соль из расчета 1 ч. ложка соли на 400 мл воды и тщательно перемешайте. Чтобы случайно не повредить слизистую оболочку носа, наденьте на носик чайника детскую резиновую соску с вырезанным на конце отверстием диаметром 3–5 мм.

1. Наклонитесь над тазиком, поверните голову влево.
2. Вставьте носик чайника в правую ноздрю и начинайте вливать воду. Рот нужно открыть. Через несколько секунд вода начнет вытекать из левой ноздри. Дышите спокойно (через рот).

3. Когда вы израсходуете половину всего объема воды, продуйте нос, сделав несколько резких выдохов.
4. После этого поверните голову вправо, вставьте носик чайника в левую ноздрю и продолжите процедуру.
5. После завершения процедуры как следует продуйте нос, слегка поворачивая голову влево и вправо.

Не рекомендуется сморкаться и использовать носовой платок, так как в этом случае вода может попасть в среднее ухо и вызвать его воспаление.

Противопоказания

Проведение такого очищения противопоказано при поражениях слизистой носа — язвах и ранах в носу.

Лечение холодной водой

Как лечит холодная вода

Главная причина, по которой люди зачастую отказываются от лечения холодной водой, — это страх. Мы с детства то и дело слышим: «Не стой на сквозняке — продует», «Надень резиновые сапоги, а то промочишь ноги и заболеешь!», «Не снимай шапку — застудишь голову!»

Мы привыкли, что купаться в естественных водоемах можно только летом, моемся почти горячей водой и с трудом переносим ее отсутствие, при всякой надобности нагревая воду. В результате мы попросту не имеем представления о том, каково мо-

жет быть восприятие холодной воды организмом при соответствующей подготовке.

На самом же деле даже очень холодная вода является источником здоровья, а не болезни. Вот неполный перечень преимуществ использования холодной воды, обливаний ею:

1. Под воздействием холода сосуды кожи резко сжимаются и кровь из них откачивается внутрь организма, заполняя собой внутренние капилляры, которые, как правило, уже к 30 годам имеют тенденцию к отмиранию. К печальным последствиям отмирания капилляров относятся инфаркт и иные заболевания. Таким образом, воздействуя на организм холодом, мы заставляем работать «ленивые» капилляры и сосуды. Такая гимнастика капилляров позволяет нашим внутренним органам и коже получать в достаточном количестве все необходимые для жизнедеятельности вещества. В результате оздоравливается, укрепляется и таким образом омолаживается весь организм.
2. В момент кратковременного холодового воздействия воды на поверхности кожи образуется тончайшая пленка. Причем чем холоднее вода, тем процесс формирования пленки протекает быстрее. Среди прочих свойств образовавшейся пленки нас интересует то, что она имеет отрицательный заряд. Этот отрицательный заряд очень важен для нашего организма, который всегда заряжен излишне положительно. Происходит нейтрализация одного заряда другим. Кроме того, погибают находящиеся на поверхности нашей кожи положительно «заряженные» бактерии. Поэтому после обливания холодной водой не сле-

дует спешить с обтиранием. Приступайте к нему не ранее чем через 2–3 мин, лучше ограничиться легким «промоканием» тела полотенцем.

3. В организме человека постоянно происходят сложные химико-биологические процессы, в результате которых образуются различные газы. Эти газы при определенных условиях становятся токсичными. При этом не всегда наши органы выделения функционируют нормально. Все это относится и к коже, которую мы уже с раннего детства отучаем нормально работать: одежда (особенно синтетическая), помещения, условия жизни и работы затрудняют ее нормальное функционирование. Под воздействием холодной воды газы устремляются к коже и через нее испаряются. При этом сама кожа тоже очищается, а значит, устраняются причины многих кожных заболеваний.

Лечение холодной водой в пожилом возрасте

Бытует мнение, что пожилым людям не стоит испытывать организм на прочность — моржевать или обливаться холодной водой, особенно если они не делали этого раньше. Это не так. В различных группах закаливания, в том числе и моржевания, много пенсионеров, которые с удовольствием расскажут об улучшении самочувствия в процессе регулярных занятий.

Конечно, в пожилом возрасте закаливанием следует заниматься с большой осторожностью, ведь происходит возрастное ослабление адаптации к

действию физических раздражителей, восстановление физиологических функций после закаливающих процедур идет медленнее. Поэтому следует учитывать следующие факторы:

- ✱ Сила холодовых воздействий на молодой и пожилой организм различна. Людям пожилого возраста при лечении холодной водой следует пользоваться рекомендациями для своего возраста: выбирать более мягкий температурный режим, особенно на первых этапах.
- ✱ Организм пожилого человека медленнее привыкает к холоду, поэтому все описанные ниже процедуры следует растянуть во времени настолько, чтобы организм действительно привык к понижению температуры.
- ✱ Помните, что главный показатель правильности ваших действий — ваше самочувствие, ориентируйтесь главным образом на него.
- ✱ Начните с воздушных ванн, солнечные ванны лучше принимать под тентами или зонтами.
- ✱ Проводите больше времени на свежем воздухе.
- ✱ Не кутайтесь, старайтесь одеваться легко.
- ✱ Обтирания и обливания проводите только после физических упражнений.

Холодная ножная ванна для укрепления иммунитета и от бессонницы

Такая ванна укрепит и освежит организм, снимет усталость и избавит от бессонницы. Холодную ножную ванну применяют и тогда, когда больной

не может принять холодную ванну или обмыть все тело холодной водой.

В ванну нужно налить холодную воду, так чтобы ее уровень доходил до икр или до коленей. Больной должен стоять в такой ванне 1–4 мин.

Обливание тела холодной водой для закаливания и улучшения кровообращения

Обливание может быть более эффективно, чем принятие холодных ванн, при лечении какой-то отдельной части тела. Обливание закаливает организм и усиливает кровообращение. Холодная вода успокаивает нервную систему, делает человека менее чувствительным к холоду. Особенно полезна эта процедура тучным людям.

При лечении ревматизма во время обливания больной должен быть в пижаме, по окончании процедуры рекомендуется отжать ее и снова надеть примерно на час.

Обливаться можно стоя, сидя или стоя в ванне на коленях. Следите за тем, чтобы вода лилась на все тело: и спереди и сзади, в первую очередь на позвоночник, затылок и область желудка. Напор воды не должен быть сильным, лучше всего поливать себя из лейки (обливание из душа под сильным напором воды может повредить организму). Тем, кто не привык к подобным процедурам, чувствует слабость или плохо переносит холод, стоит обливаться водой температурой 16–18 °С.

Обливание тела холодной водой можно проводить как летом, так и зимой. Летом полезно обли-

ваться на свежем воздухе, зимой — в теплом помещении. Если вы чувствуете, что вам холодно, двигайтесь и согрейтесь, прежде чем обливаться. После выполнения процедуры также нужно обсохнуть и согреться.

Быстрое обмывание холодной водой при лихорадке

Быстрое обмывание холодной водой полезно как больным, так и здоровым. Эта процедура особенно хорошо помогает при лихорадке, повторять ее можно довольно часто, даже через каждые полчаса. Если больной сильно ослаблен, можно обмывать его водой, разведенной с уксусом.

Процедура состоит в обмывании холодной водой спины, груди и живота, затем — рук и ног. Обмывание продолжается всего несколько минут. Все тело надо обливать равномерно, выливая на каждый участок равное количество воды.

Если человек тяжело болен и трудно обмыть все тело сразу, процедуру делят на несколько этапов: например, утром ополаскивают руки, грудь и живот, вечером — ноги и спину или утром — грудь и живот, днем — спину, вечером — руки и ноги. Обмывание холодной, даже ледяной, водой, если его производить осторожно, в несколько приемов, не обливая больного сильной струей воды, всегда приносит только пользу.

После процедуры не надо вытираться, потому что неравномерное трение только повредит организму. Пусть тело обсохнет само — тогда оно согреется равномерно.

Обертывание мокрой тканью при температуре

Обертывание — отдельная лечебная процедура, которую можно проводить, не сочетая ни с какими другими видами водолечения. Она помогает снизить температуру, снимает жар и способствует равномерному разогреванию тела, улучшает работу почек, очищает печень, способствует удалению излишка газов и жидкости из организма. Обертывание можно использовать для лечения болезней желудка, сердца, легких, горла и головы, а при судорогах и ознобе рекомендуется обертывать тело тканью, смоченной в теплой воде.

Для проведения обертывания надо взять кусок холста, достаточно большой, чтобы, сложив его в 4–6 раз, обернуть им тело от подмышек до колен, намочить в воде, отжать, сложить и плотно обернуть вокруг тела. Поверх ткани тело заворачивается в шерстяное одеяло. Пожилым или страдающим малокровием людям лучше смочить холст не в холодной, а в теплой воде. Продолжается процедура 1–1,5 ч. Здоровым людям рекомендуется производить обертывание 1 раз в неделю или 1 раз в 2 недели.

Хожение по воде, росе, снегу

Лечение холодной водой не только взрослых, но и детей можно начинать с хождения босиком по мокрой траве, камням, свежему снегу.

Хожение по росе: полезно походить босыми ногами по мокрой траве. Ежедневная прогулка по росе в течение 15–45 мин повышает тонус организма

и улучшает кровообращение. Начинать нужно с коротких прогулок, постепенно увеличивая их длительность.

После прогулки надо, не вытирая ног, надеть обувь и походить минут 15 по песку или камням. Начать ходьбу в обуви нужно в быстром темпе, а затем постепенно снизить его.

Хождение по снегу: еще более эффективный способ закаливания. Совершать прогулки по снегу лучше всего в начале зимы или ранней весной. Снег должен легко сжиматься и приставать к ногам, как пыль.

Наст может переохладить ноги, поэтому ходить по нему босиком не следует. Не стоит выполнять эту процедуру и при сильном ветре.

Хождение по воде: ходить по воде полезно для укрепления организма. В домашних условиях ноги можно просто погружать в ванну с холодной водой — сначала до лодыжек, потом до икр, затем до колен. Начинайте с процедуры длительностью в минуту, потом постепенно увеличивайте время до 5–6 мин. Людям со слабым здоровьем лучше погружать ноги в чуть теплую воду и постепенно переходить к процедурам с максимально холодной водой, в которую потом можно будет добавлять снег.

Тело после закаливания обязательно должно согреться, поэтому, походив по холодной воде, нужно походить, подвигаться: зимой — в теплой комнате, летом — на улице.

Хождение по воде не только способствует общему укреплению организма, но также помогает при головных болях, улучшает работу почек, мочевыводящих путей, легких, выводит газы.

Обмывание холодной водой рук и ног для улучшения кровообращения

После некоторых болезней у человека ухудшается кровообращение, руки и ноги часто становятся холодными. Улучшить циркуляцию крови поможет закаливание. Надо погрузить ноги до колен или выше в холодную воду, затем опустить в воду руки до плеч (если размеры ванны позволяют, можно держать в воде руки и ноги одновременно). Процедура продолжается не более минуты. Температура тела в это время не должна сильно снижаться.

Обливание коленей для лечения грибка

Обливание коленей холодной водой вызовет прилив крови к сосудам ног, а также поможет при лечении грибка на ногах.

В воду полезно добавлять лед или снег. Такое обливание надо сочетать с другими способами водолечения (можно обливать все тело холодной водой или погружать в воду руки). Тело при обливании колен должно быть предварительно разогрето.

«108 шагов по ручью»

Это очень эффективный метод. Автор его неизвестен, но о целительной пользе мне неоднократно рассказывали разные люди. Такое лечение нравится людям всех возрастов, так как вызывает приятные ассоциации и позволяет любому почувствовать себя ребенком. А эффект от него огромный: не только закаливание, но и повышение иммунитета, борьба с грибком на ногах, улучшение кровообраще-

ния, борьба с варикозом и заболеваниями суставов, профилактика инфаркта и инсульта.

Сводится метод к следующему:

- ✱ Заткните ванну пробкой.
- ✱ Откройте холодную воду.
- ✱ Наполните ванну так, чтобы вода доходила до щиколоток.
- ✱ Сделайте в холодной воде ровно 108 шагов.
- ✱ После этого разотрите ноги и наденьте носки.

Не забывайте проветривать помещение, в котором находитесь, и для достижения наилучшего результата совмещайте водные процедуры с воздушными ваннами!

Контрастный душ

Контрастный душ повышает защитные свойства организма, благотворно влияет на нервную систему. За счет перепада температуры вы получаете не только заряд бодрости, но также устраиваете тренировку для сосудов, повышается и тонус кожи. Поэтому такой душ омолаживает и также способствует похудению. Контрастный душ — это небольшой стресс, встряска для организма, но именно благодаря такой встряске повышается сопротивляемость организма, особенно в периоды распространения вирусных инфекций. Поэтому контрастный душ — это защита от гриппа и ОРЗ.

Контрастный душ следует принимать так:

Встаньте под душ, начинайте всегда с теплой воды, температура ее должна быть примерно 40°C.

Стойте под струями теплой воды сначала всего несколько секунд (постепенно время пребывания под душем одной температуры доводят до 1 минуты).

Смените теплую воду холодной — примерно 10°C — также на несколько секунд.

Процедура должна начинаться с холодной воды и холодной же водой заканчиваться: это обязательное условие. На первых порах нужно сделать как минимум 4 контрастных обливания, не считая пятого, холодного:

1. Холодное обливание — 1 минута,
горячее обливание — 1 минута.
2. Холодное обливание — 1 минута,
горячее обливание — 1 минута.
3. Холодное обливание — 1 минута,
горячее обливание — 1 минута.
4. Холодное обливание — 1 минута,
горячее обливание — 1 минута.

В идеале следует ориентироваться на 11 обливаний, хотя это тоже не предел. При желании процедуру можно завершить 61-м холодным обливанием.

Обливаться можно либо из душа, либо из таза. Стоя под душем, обливайте все тело, не задерживаясь подолгу на одном месте. Начать лучше с ног и постепенно двигаться вверх. Потягивайтесь во время обливаний, чтобы расширить легочные ячейки (альвеолы): это очищает легкие от слизи.

Если вы обливаетесь из таза, надо вылить полный таз воды на каждую ногу, колени и живот и три таза на каждое плечо, начиная с левого.

После последнего холодного обливания промокните тело полотенцем, растираться не надо, и оставайтесь обнаженными до полного высыхания кожи — от 6 до 20 минут, в зависимости от температуры окружающего воздуха и состояния здоровья.

Противопоказания и предупреждения:

Нельзя принимать контрастные ванны без предварительной консультации врача и обязательно подготовки людям, страдающим сифилитическим поражением печени и атрофическим циррозом.

Больным атеросклерозом следует привыкать к контрастным процедурам постепенно. Начните с последовательного опускания рук и ног в холодную и горячую воду после обычной помывки (предварительно нужно насухо вытереть тело). Спустя неделю или две (это зависит от самочувствия) можно попробовать контрастные обливания всего тела по предложенной выше схеме.

Повторите эту процедуру несколько раз, однако не злоупотребляйте холодным душем, следите за тем, чтобы время, которое вы стоите под теплым и холодным душем, было одинаковым.

Всегда закачивайте процедуру холодным душем.

В общей сложности время приема контрастного душа не должно превышать 3 мин.

Холодная ванна: оздоровление, закаливание и очищение

Холодное купание закаляет и очищает тело, удаляя с поверхности кожи выделившиеся через поры продукты обмена.

Продолжительность холодной ванны — 25 минут. Температура воды — 14–15°C. Можно начать с более теплой воды, но она не должна быть теплее 18°C. Первые 20 минут нужно сидеть в воде неподвижно, а последние 5 минут — энергично двигать ногами.

Если вы хотите улучшить состояние кожи, сделать ее гладкой, красивой, убрать пигментные пятна и веснушки, добавьте в воду три сорта овощей — капусту, салат, третий овощ по желанию — по 150 г каждого в тертом или мелко нарезанном виде.

После холодного купания для согрева сделайте несколько контрастных обливаний.

Длительность курса — 1 месяц. Курс проводится 1 раз в год.

Моржевание

Моржевание — купание в проруби — самый радикальный способ лечения холодной водой, не случайно о нем я говорю в последнюю очередь. Приступать к моржеванию нужно очень осторожно, в обязательном порядке освоив все предыдущие уровни приспособления организма к холодному воздуху и воде. Организм должен привыкнуть к температурным нагрузкам. Следует практиковать и обливания, и обертывания, и хождение по воде, в течение довольно длительного периода, чтобы удостовериться в том, что состояние здоровья не ухудшается. Только в этом случае можно усиливать нагрузку.

В чем притягательность моржевания? Поговорите с «моржами», и вы узнаете, что после интенсивного воздействия на организм холодной воды у

них резко повышается настроение. В чем причина? При купании в проруби — так же, как и при выполнении достаточно тяжелых физических упражнений, — в организме человека происходит мощный выброс гормонов, выделяются эндорфины, которые и служат причиной подъема настроения.

Тест: «Годитесь ли вы в моржи?»

Если лечение холодной водой вам нравится, и вы полны решимости приступить к моржеванию, убедитесь, что моржевание окажет на ваше здоровье положительное влияние. Следует проверить себя с помощью простого теста:

1. Зайдите в ванну.
2. Наберите ведро холодной воды.
3. Вылейте всю воду себе на голову.

Оцениваем результат:

- ✱ если ваша кожа покраснела — вы можете заниматься закаливанием в проруби;
- ✱ если посинела — моржевание не для вас, остановитесь на другом, более щадящем методе.

Такие реакции объясняются тем, что существуют два типа людей, назовем их условно «красные» и «синие». Первые после температурного удара испытывают бодрость, кожа их краснеет, так как сосуды под воздействием холода расширяются. Вторые чувствуют дискомфорт и желание поскорее укутаться, их кожа синеет, так как сосуды сужаются. Происходит это из-за врожденных особенно-

стей терморегуляции. «Синие» плохо приспособляются к резким колебаниям температуры, поэтому им лучше ограничиться мягкими способами закаливания.

Моржевание для начинающих

Купание в проруби безопасно при температурах не ниже —20 °С при отсутствии сильного ветра. Приступая к моржеванию, соблюдайте такие правила.

Перед купанием:

- ✱ Не кутайтесь.
- ✱ Перед плаванием необходимо сделать энергичную зарядку.
- ✱ Перед тем как войти в воду, смочите тело холодной водой — оботрите лицо, руки, ноги, спину и живот.
- ✱ Окунайтесь в прорубь медленно, начиная с ног.
- ✱ Окунитесь по шею, голову в воду не опускайте.
- ✱ Энергично плавайте брассом.

После купания:

- ✱ Зайдите в теплое помещение и быстро оботритесь полотенцем.
- ✱ Разотрите тело ладонями. При растирании рук и ног ваши движения должны быть от периферии к сердцу, грудь и живот следует растереть по часовой стрелке.
- ✱ Быстро оденьтесь.

Если рядом с прорубью нет закрытых помещений, позаботьтесь о том, чтобы после того, как вы вылезете из воды, вам кто-нибудь помог одеться — ваши пальцы могут двигаться недостаточно быстро.

Со временем вы научитесь делать это сами, но на первых порах вам будет нужна помощь.

Время купания в первый год моржевания не должно превышать 25 с.

Частота купаний — не более 2–3 раз в неделю. Купание реже чем раз в неделю также не рекомендовано, так как требует дополнительных психических усилий.

«Моржуйте» с умом!

Со временем при успешном применении моржевания оно станет вашим образом жизни. Выполнение следующих рекомендаций позволит вам извлечь из купания в проруби максимум пользы:

- ✱ Регулируйте время купания в зависимости от своего самочувствия — это самый надежный индикатор, однако не превышайте рекомендованного времени купания.
- ✱ В холодные зимние месяцы достаточно плавать через день.
- ✱ В другое время года желательно купаться 6 раз в неделю, а на седьмой — ходить в баню.
- ✱ Обязательно посещайте баню зимой — 2 раза в неделю.
- ✱ В дни, когда вы не купаетесь, обливайтесь холодной водой в ванне.

Предостережение

Даже имея большой опыт и стаж «моржа», никогда не рискуйте и не отступайте от правил. Помните, что у любого организма есть предел возможностей. Поэтому ни в коем случае не совершайте следующих ошибок:

- ✱ не увеличивайте время нахождения в воде больше допустимого;
- ✱ не купайтесь 2 раза в день;
- ✱ не окунайтесь с головой, в этом случае вы усиливаете теплоотдачу;
- ✱ не превращайте купание в проруби в соревнование, ведь ваша задача — не установка рекордов, а оздоровление организма.

Лечение горячей водой: похудение и очищение

Горячая водная процедура укрепляет здоровье, сжигает избыток сахара и алкоголя, приводит в норму концентрацию соли в организме. Особенно полезна она страдающим отложением солей, остеохондрозом, диабетом, катарактой, глаукомой и избыточным весом, а также тем, у кого от усталости часто болят ноги. А если вы хотите улучшить состояние кожи, добавьте в воду 30 г размолотых овсяных хлопьев, 5 г молочной кислоты и 2 г буры, растворенной в теплой воде.

Суть процедуры проста — полежать в ванне с температурой воды 41–42°C. В идеале продолжительность горячей ванны должна составлять 20 минут. Но сразу принять такую ванну в течение 20 минут тяжело. Время процедуры нужно увеличивать по-

степенно, следуя рекомендациям, данным в ниже-приведенной таблице.

Во время приема ванны следите за пульсом. В той же таблице приводятся показатели учащения пульса, которые являются оптимальными для организма. Продолжительность процедуры можно увеличивать лишь в том случае, если показатели учащения пульса будут в норме и вы не будете испытывать дискомфорта. Таким образом вы постепенно доведете время приема ванны до 20 минут. Максимально допустимое учащение пульса при 20-минутной ванне — 40%, но идеальным является показатель в 20% — именно к нему и нужно стремиться.

После горячей ванны, независимо от ее длительности, примите холодный душ в течение минуты, затем насухо вытрите и оденьтесь. Через час снова разденьтесь и побудьте в обнаженном виде в течение указанного в таблице времени: это необходимо для того, чтобы прекратилось потоотделение. Но какова бы ни была продолжительность горячей ванны, не следует оставаться обнаженными более 25 минут.

В течение двух часов после процедуры нужно восстановить водносолевой баланс и баланс витамина С. Соль следует употреблять только вместе с сырыми овощами (овощи выбираются по вкусу). Для восстановления потерянного при потоотделении витамина С пейте настой из листьев малины, смородины или хурмы, либо ешьте продукты, которые содержат этот витамин. Чистую некипяченую воду следует пить за 30–40 минут до восстановления баланса соли и через 30–40 минут после ванны.

<i>Продолжи- тельность горячей ванны (41–42°C), мин</i>	<i>Количе- ство воды, которое следует выпить, мл</i>	<i>Количество соли, которое следует вос- становить в течение 2 ч, мг</i>	<i>Количество настой из листьев мали- ны, смородины или хурмы для восстановления баланса вита- мина С, мг</i>	<i>Время пребыва- ния в обнажен- ном виде после ванны (при температуре воздуха 16°C), мин</i>	<i>Учащение пульса, %</i>
2,5	100	0,5	30	4	5
5	200	1,0	40	6	10
5,5	300	1,5	50	8	15
10	400	2,0	60	10	20
12,5	500	2,5	70	13	25
15	600	3,0	80	17	30
17,5	700	3,5	90	21	35
20	800	4,0	100	25	40

После того как вы доведете время процедуры до 20 минут, следует принимать ее еще некоторое время. Точное количество ванн зависит от вашего самочувствия. Проверить, дали ли ванны результат, можно следующим образом. Попробуйте пешком подняться на 4-й этаж, преодолевая расстояние между двумя этажами за 40 секунд. Если нет сильной одышки и усталости в ногах, значит, ванны сделали свое дело: вы в хорошей физической форме.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ: Горячие ванны подходят далеко не всем: противопоказаны людям с сердечно-сосудистыми нарушениями.

Баня от всех 100 болезней

Особо хочу поговорить о бане.

Баня полезна всем. Я в этом совершенно уверена! Множество раз я встречала людей, которым врачи строго-настрого запрещали ходить в парилку.

Но они врачей не слушались и чувствовали себя прекрасно!

Вы замечали, что в хорошей, «правильной» бане не только тело отдыхает, в ней еще и дыхание становится глубже и свободнее, несмотря на повышенную влажность?

Так происходит потому, что воздух насыщается отрицательными ионами. Когда мы плечем на каменку крутой кипяток, происходит перезарядка молекул воздуха. И получается что-то вроде эффекта грозы, после которой так легко дышится.

«Кто ж на Руси баню не любит!» — скажете вы. И будете неправы. Большинство из нас сегодня, к

сожалению, в баню не ходят. Есть дома душ да ванна, а большего и не надо! Главное, чтобы тело было чистым. «Чистая вода — для хвори беда», — так издавна говорили русские люди. Правильно говорили. Только мы-то с вами уже знаем, что не просто чистая, но еще и обладающая правильной структурой. Вот от такой воды, действительно, все без исключения хвори проходят.

О банной воде

Какую же воду полезнее всего использовать в русской бане? Если баня у вас своя, частная, вы вполне можете для мытья набрать воду в большие чаны и поработать с ней, как я вас учила: наговорить, намолить, зарядить хорошей музыкой. И будет у вас в баньке идеально структурированная вода.

Ну, а после парилки обязательно нужно облить-ся холодной водой. Еще лучше — ледяной! Чем холоднее вода, тем правильнее ее структура. Очень полезно поваляться в снегу или снегом обтереть все тело. После таких процедур словно молодеешь на несколько лет.

О банных заговорах

А перед тем как обливаться холодной водой, над ней хорошо прочитать старинный русский банный заговор:

Матушка вода, обмываешь ты круты берега, желты пески и белгорюч камень Алатырь своей быстринной золотой струей, заверни-ка ты силы свои быстринные, чистые-пречистые и обмой-ка ты с нашего раба Божьего (имярек) все хитки и

притки, уроки да призоры, обмой все скорби и болести, обмой все щипоты и ломоты, обмой злу худобу, понеси-ка ты, матушка чиста вода, их в чисто поле, земное море, за потучие грязи, за зыбучие болота, за осиновый тын, на осиновый кол, договор впереди, договор позади, слова мои крепки, лепки, слово, дело, ключ, замок, на веки вечные, тако еси, тако было, тако будемо.

Если окатиться такой заговоренной водой, эффект от целебного пропаривания многократно усилится и, что самое главное, внутренняя телесная вода в глубине наших систем и органов примет информационный заряд от воды внешней. А еще лучше не только окатиться заговоренной водой, но и пить ее после бани!

Если нет возможности ходить в баню

Если у вас совсем нет возможности пойти в баню, наговаривайте воду в ванне! Наполните ванну на четверть холодной водой, прочитайте над ней три раза «Отче наш» и дайте отстояться в течение трех часов. Потом долейте горячей водой и непосредственно перед тем, как принять ванну, прочитайте над водой девять раз такой заговор, размешивая воду левой рукой против часовой стрелки:

Сглаженный, изгаженный скинь, опрокинь. На того, кто тебя сглаживал и изгаживал. Сохрани и помилуй от черного глаза. От серого глаза, от голубого глаза. От крапчатого, от ухрапчатого. Чистая, пречистая вода, кровь небесная, Спаси-сохрани (имя) от всякого сглаза. От всякого глаза, от худого часа. От женского, от мужского. От навесного, от ненавесного. От наговорного, от переговорного. Вещую да глаголю вам, божия святейшие, Слушайте словеси мои, уверовайте в пославшего мя. Да изгойте

того, кто изглазил мя. Да скоропостижно пусть яга вернется к ягу. Сердцем чистым, сердцем истым восклицаю бо.

После того как вода наговорена, можно принимать ванну. Согласитесь, что для такого лечения не нужно тратить огромных денег, а эффект — превзойдет ваши ожидания!

Рецепты лечения конкретных заболеваний при помощи воды

А теперь поговорим конкретно о лечении некоторых болезней при помощи воды.

Воспаление легких

До того, как были открыты антибиотики, многие известные врачи использовали воду при лечении некоторых форм воспаления легких. Вода не боролась непосредственно с патогенной флорой, а должна была повысить общий тонус организма, сбалансировать обмен веществ и таким образом победить болезнь. Водные процедуры при пневмонии и других острых инфекционных заболеваниях и сейчас укрепляют иммунную систему, способствуют выведению шлаков через кожный покров, улучшают кровоснабжение всех частей организма. Конечно, гидротерапия не заменяет других способов лечения, а дополняет их.

Итак, при лечении воспаления легких необходимы следующие процедуры:

- * обильное потребление жидкости;
- * крестообразный компресс на грудь;
- * растирание холодной водой.

При воспалении легких надо пить много холодной воды — не меньше литра в день. Необходимы также жидкие продукты: соки, супы, молоко.

Чтобы поставить крестообразный компресс, разорвите на полосы простыню, смочите ткань в холодной воде, отожмите и повяжите крест-накрест вокруг груди и спины больного, а сверху покройте шерстяной или фланелевой тканью. Компресс надо смачивать каждые полчаса или по мере того, как он будет высыхать и становиться теплым. Можно оставлять компресс на всю ночь, а чтобы сохранить его холодным как можно дольше, его обматывают сверху клеенкой или полиэтиленом.

Полезно также растирание. Каждая часть тела растирается прохладной или холодной водой, обработанную часть тела надо сразу вытирать насухо. Повторяют процедуру 3 раза в день.

При слабом пульсе надо через каждые полчаса класть на сердце холодный компресс.

Чтобы ускорить отхождение мокроты, на грудь ставят горячий влажный компресс или горчичный пластырь. Компресс надо заменять по мере остывания, а потом проводить быстрое холодное растирание. При необходимости этот цикл проводят каждые полчаса. Компрессы смягчат приступы кашля, оттянут кровь от поверхности кожи и тем самым ускорят отхождение мокроты, а обтирания повысят тонус организма.

При лечении бронхиального, лобулярного и некоторых других видов воспаления легких полезно использовать ингаляцию и полоскание горячей водой с глицерином (на 4 части воды берут 1 часть глицерина). Также необходимо несколько раз в день делать полоскание горячей водой с солью.

Бронхит

Цель водного лечения бронхита в том, чтобы преодолеть полнокровие бронхов и улучшить их кровоснабжение. В этом помогут следующие процедуры:

- * холодный двойной компресс;
- * применение горчичного пластыря;
- * горячая ножная ванна.

Холодный двойной компресс делается так: полотенце смачивают в холодной воде, слегка отжимают, чтобы с него немного капало, и прикладывают к горлу, груди и животу. Мокрое полотенце прикрывают сухим, а затем укрывают больного теплым одеялом. Компресс меняют каждые 2 ч — при нормальной температуре или каждый час — при повышенной температуре (в этом случае компресс должен покрывать тело от горла до колен). Можно чередовать такой компресс с шейно-грудным, закрывающим полностью горло и частично — грудь. Пожилым людям полезно каждые 15 мин делать горячий влажный компресс, улучшающий отхождение мокроты.

От глубокого полнокровия бронхов поможет избавиться горчичный пластырь, облегчит дыхание бронхолитическая мазь с добавлением небольшого количества имбирного порошка.

Горячая ножная ванна (в нее можно также добавить имбирный порошок) или прикладывание к ступням горчичного порошка оттянут кровь от груди к ногам.

Для того чтобы усилить действие водных процедур и одновременно стимулировать работу печени, дважды в день можно делать клизму. Клизма делается теплой водой (для взрослых — 1 л, для де-

тей — 250–500 мл), лучше делать ее, стоя на локтях и коленях или лежа на левом боку. Уменьшить отечность и облегчить дыхание эффективно помогают ингаляции.

Дважды в день нужно принимать теплые ванны и сразу после них — холодный душ. По утрам следует протирать горло и грудь смоченной в яблочном уксусе и холодной воде губкой, а затем насухо растереться.

Пейте больше горячей воды или горячего травяного чая — это смягчит хронический кашель и облегчит боли в груди.

Грипп

Очень полезны при борьбе с гриппом:

✱ холодные компрессы;

✱ горячие ванны.

Холодные компрессы, обертывание в мокрую простыню, нанесение чесночной сетки на стопы помогут победить грипп. Рекомендуется принимать горячие детоксицирующие ванны и снимающие усталость теплые ванны с яблочным уксусом. Они избавят от ломоты в теле и стимулируют потоотделение. Принимая ванны, можно положить на голову холодный компресс и выпить горячего лимонного или ананасового сока, а в промежутках между процедурами — стимулировать работу сердца холодным компрессом, положенным на грудь.

Если у больного гриппом жар, можно сделать ему горячую ножную ванну с горячими влажными компрессами на горло, грудь или позвоночник и холодным — на лоб. С началом процесса потения надо принять душ — сначала теплый, затем посте-

пенно повышать температуру до предельно терпимой; во время душа на голову нужно положить холодный компресс и постоянно его обновлять.

Снять ломоту в спине и конечностях помогут горячий влажный компресс на позвоночник и обертывание ног намоченным в горячей воде и отжатым полотенцем. После этого потребуются тонизирующие процедуры, такие, как растирание холодным полотенцем, чередование горячего и холодного душа, направленного на позвоночник и ноги, со слабым напором воды (заканчивать всегда надо холодным душем).

Больное горло

При лечении воспаленного горла можно воспользоваться холодным двойным шейным компрессом, смочив его дополнительно яблочным уксусом. Компресс надо обновлять по мере согревания — это поможет согреть горло и вытянуть из него все токсичные вещества. Горло надо полоскать водой с солью или яблочным уксусом, вишневым вином с мускатным орехом, корицей или тмином.

Если горло воспалено, прекрасно помогают:

- ✱ уксусный компресс на ноги и на живот;
- ✱ холодный компресс на шею.

Уменьшить приток крови к горлу помогут следующие процедуры. Смочите ткань в яблочном уксусе и повяжите ею нижнюю часть ног. Такая повязка оттянет кровь от горла к ногам (ногам скоро станет горячо). Компресс из ткани, смоченной в яблочном уксусе и тщательно отжатой, надо положить на живот и менять его по мере согревания. На горло при этом надо положить компресс, смочен-

ный в холодной воде. Все остальные части тела должны быть хорошо укрыты.

Жар

Озноб и жар — не заболевания, а механизм самозащиты организма, естественный процесс. Если лекарственные препараты просто подавляют повышение температуры, то водная терапия предотвращает дальнейшее образование избыточного тепла и таким образом понижает жар. Очень эффективными в данном случае окажутся:

- * потребление большого количества холодной воды;
- * ледяной компресс на голову;
- * холодное растирание губкой;
- * холодные компрессы на все туловище и отдельные части тела;
- * холодные души и ванны;
- * растирание мокрым полотенцем.

Температуру тела на градус всего за 10 мин можно понизить, если выпить 1–1,5 л холодной (около 5°С) чистой воды. Всего за сутки желательно выпивать 3–4 л воды (полезно пить отвар шалфея, который снижает жар и очищает кровь). Так можно не только снизить температуру, но и активизировать работу почек, стимулировать потоотделение, кроме того, прием такого количества воды будет способствовать нейтрализации и выведению токсичных веществ и предотвратит обезвоживание организма.

Можно поставить клизму, введя 1,5–2 л теплой воды. Воду надо держать 5–10 мин или еще долъ-

ше. Опыт показывает, что эта процедура помогает понизить температуру на полградуса. Чтобы процедура стала еще более эффективной, можно добавить в клизму отвар шалфея.

Лучший из возможных в данном случае компрессов — обертывание мокрой простыней. Обновлять такой компресс нужно довольно часто, так как простыня будет очень быстро забирать жар от тела и нагреваться. Несколько кратковременных обертываний действуют лучше, чем одно длительное.

Полезно сделать холодное растирание, а потом ополоснуть тело горячей водой.

Значительно снижает вероятность возникновения осложнений холодный компресс на живот. Дело в том, что при повышенной температуре выделение желудочного сока сокращается, и организм теряет возможность перерабатывать некоторые вещества, гортань и полость рта пересыхают. В результате действия поставленного на живот компресса желудок стимулируется и начинает вырабатывать желудочный сок в нормальном количестве, выделяется слюна, а это поможет избежать всевозможных осложнений. Компресс по мере нагревания надо менять.

Чередование горячих и холодных компрессов понизит жар, облегчит потоотделение, окажет стимулирующее воздействие на кожный покров. Можно также принять холодный душ со слабым напором воды или длительную теплую ванну, закончив ее ополаскиванием прохладной водой.

Гипертония

Вот эффективные средства борьбы с гипертонией:

- ✱ употребление перед едой дистиллированной воды;
- ✱ растирания.

Страдающим от повышенного артериального давления рекомендуется с утра, за полчаса до еды, выпивать по 2 стакана дистиллированной воды. Выпитая на голодный желудок вода стимулирует работу почек еще до того, как избыток жидкости будет выведен из организма (почки при необходимости понижают давление крови).

Растирания способствуют стимуляции организма и выведению токсинов. Полезно растирать тело жесткой тканью, а ноги — щеткой с натуральной щетиной перед тем, как принимать ванну. Раз в неделю можно принимать холодный душ и растирать тело солью (соль надо смочить водой и растирать ею тело круговыми движениями от плеч к ногам, после массажа соль смывается).

Нарушение кровообращения

Холодная вода прекрасно стимулирует кровообращение, заряжает человека энергией. Чем холоднее вода, используемая при процедурах, тем бодрее вы будете себя ощущать. Значительно улучшают кровообращение следующие процедуры:

- ✱ хождение в холодной воде;
- ✱ растирание холодной водой;
- ✱ массаж солью.

Походите в ванне, наполненной по лодыжки или по икры холодной водой. Очень полезно растирание отдельных участков тела губкой, смоченной в холодной воде, — эта процедура освежает и бодрит.

Перед тем как принимать теплый душ или ванну, разотрите тело солью, а после — ополоснитесь прохладной водой. Улучшают кровообращение холодный душ, направленный на одну часть тела.

Когда принимаете теплую ванну, добавьте в нее немного порошкового имбиря или отвара имбирного корня, а после ванны ополоснитесь прохладной водой. Хорошо стимулирует кожный покров и улучшает кровообращение добавленный в воду розмарин (в виде отвара или экстракта).

Бессонница

Водные процедуры помогают победить бессонницу. Это, на первый взгляд, вполне безобидное заболевание на самом деле может доставить множество неприятностей. Чувство приятной расслабленности и сонливости создадут кратковременная или длительная горячая ванна (на лоб при этом можно положить холодный компресс) или 15-минутная ванна температуры тела.

После принятия ванны надо насухо вытереться и сразу лечь в постель.

Также легкому засыпанию способствует и приложенный на несколько минут к голове горячий компресс.

Тем, кто просыпается ночью и не может больше заснуть, можно порекомендовать посидеть в ванне, наполненной на 15–20 см холодной водой, а после этого сразу, не вытираясь, лечь в постель.

При длительном лечении бессонницы необходимы тонизирующие и общеукрепляющие процедуры:

✱ окунание в холодную воду;

- ✱ обтирание холодной водой;
- ✱ хождение по холодной воде.

Бессонница может быть вызвана умственным перенапряжением. Интенсивная мыслительная деятельность вызывает прилив крови к голове. Чтобы снять полнокровие головы, примите горячую ножную ванну, после этого освежитесь чередующимся горячим и холодным душем с сильным напором воды, направленным на стопы.

При хронической бессоннице примерно за час до сна надо растереться смоченной в холодной воде тканью или провести какую-нибудь другую водную тонизирующую процедуру, которая улучшила бы кровообращение и оказала стимулирующее воздействие на организм. Непосредственно перед тем, как ложиться спать, полезно погреть стопы в горячей ванне, оттянув кровь от головы, затем принять теплую ванну и сделать горячий компресс на нижний отдел позвоночника. Такое лечение нужно продолжать в течение нескольких месяцев.

Стресс

Успокаивающее действие оказывают:

- ✱ ванны температуры тела;
- ✱ горячий влажный компресс на позвоночник;
- ✱ горячие ножные ванны.

Такая простая процедура, как ванна температуры тела или комнатной температуры, очень эффективна при лечении нервозности. В ванну можно добавлять отвар ромашки и пить его во время процедуры.

Успокаивающее действие оказывает и обертывание простыней, смоченной холодной водой, которую сверху покрывают сухой простыней. Ванны или обтирания губкой, пропитанной теплой водой, за которыми следует быстрое вытирание насухо, положенная в ноги горячая грелка также помогают снять напряжение.

При нервном истощении и после избыточного употребления алкоголя стоит принять теплый душ со слабым напором воды и положить на голову холодный компресс. После этого надо ополаскивать 15–20 с холодным душем стопы и 20–30 с помассировать холодным душем позвоночник (напор воды при этом должен быть сильным).

Диабет

При диабете полезны следующие процедуры:

- ✱ употребление горячей воды;
- ✱ холодный душ;
- ✱ холодный компресс на живот.

Между приемами пищи больным диабетом полезно пить горячую воду или горячие травяные чаи (желательно, чтобы вода была жесткой, то есть содержала много солей). Употребление большого количества воды уменьшит содержание сахара в крови.

Известно, что холодный душ ускоряет окислительные процессы в организме больше чем в 2 раза. Поэтому холодный душ позволяет избежать связанных с заболеванием вторичных осложнений и выводит неокисленный сахар через почки и кожу. Полезно принимать холодный душ с перкуссионной насадкой, а затем массировать тело.

Для длительной стимуляции пищеварительной и иных систем полезно ставить на живот холодный компресс.

Кишечные расстройства

Понос позволяет телу освободиться от токсинов при тяжелом паразитарном или бактериальном поражении, однако если понос начинает мешать выздоровлению, его нужно прекратить.

Избавиться организму от ядовитых веществ помогут:

- ✱ клизмы;
- ✱ горячие ванны;
- ✱ холодный уксусный компресс на живот.

Клизма промоет толстую кишку и будет способствовать лучшему опорожнению желудка. Повторяющиеся (при необходимости — каждые полчаса) горячие промывания заднего прохода стимулируют работу почек.

Рекомендуется принимать горячие ванны с сенным цветом или яблочным уксусом (они будут способствовать выведению токсинов через кожу).

Приложите холодный уксусный компресс к животу и покройте его сухой тканью.

Пейте травяные чаи и каждые 3 ч протирайте тело губкой, смоченной в холодной воде с разведенным в ней яблочным уксусом или настоем сенного цвета.

В экстренном случае рекомендуется посидеть 10 мин в неглубокой холодной (5–10 °C) ванне, энергично массируя тело, а после процедуры тщательно растереться полотенцем.

Чтобы излечить понос у ребенка, надо в течение недели устраивать ему холодные полуванны (доходящие до пояса), длящиеся несколько секунд, по истечении этого срока проводите процедуру через 1–2 дня. После ванны делайте ребенку холодный компресс на живот.

Стимулировать пищеварительную и выделительную системы можно:

- * употреблением холодной воды;
- * чередующимися длительным горячим и кратковременным холодным душами;
- * холодными обертываниями живота;
- * горячими клизмами.

Лечить хронический запор можно, выпивая каждое утро за час до завтрака по 2 стакана холодной воды (лучше, если это будет чистая родниковая вода). Такое промывание стимулирует выделение желудочного сока. В течение дня надо продолжать пить воду — всего должно быть выпито около 8 стаканов. Стимулирующее воздействие на работу пищеварительной и выделительной систем оказывают чередующиеся продолжительный горячий и кратковременный холодный души со средним напором воды, направленные на живот.

Хорошо влияет на работу пищеварительной системы обертывание живота в пропитанную холодной водой ткань (поверх влажной накладывается сухая ткань). Также будут полезны и холодные полуванны, продолжающиеся 2–3 с.

При спастических запорах надо ставить горячие клизмы и выпивать большое количество ромашкового отвара.

Детям каждый час следует давать по 1 ч. ложке холодной воды и несколько раз в неделю окунать по плечи в холодную ванну.

Боли различной локализации

Уменьшить боли и воспаления помогает горячая вода. Если ваш врач согласен с применением горячих водных процедур, то можно использовать:

- ✱ горячий влажный компресс;
- ✱ горячую ножную или полную ванну;
- ✱ горячий душ, направленный на болезненный участок тела;
- ✱ частичное или полное горячее обертывание;
- ✱ горячую грелку.

Холодные процедуры во многих случаях также помогают снять боль (но не следует применять их при воспалении сосцевидного отростка и при невралгии). Холод препятствует притоку крови к болезненному участку, поэтому прикладывайте к месту травмы или кровотечения пузырь со льдом. Можно также употреблять ледяную воду и погружать руки, ноги или нижнюю часть тела в ванну с холодной водой, ставить холодные компрессы, компрессы изо льда, накладывать ледяные повязки.

При определенных показаниях очень эффективными могут быть чередующиеся горячие и холодные водные процедуры.

Головная боль

Способ лечения головной боли зависит от причины ее возникновения.

При давящей головной боли примите холодный душ с сильным напором воды для нижней части ног (ниже колен) и пейте мятный отвар.

Боли при колите

Боли при колите — это сигнал жажды. Такие боли практически всегда связаны с запорами, причиной которых выступает длительное обезвоживание. При достаточном потреблении воды боли в нижней левой части брюшной полости, связываемые с запорами, исчезают. О том, как правильно пить воду, я вам уже рассказала.

Ревматоидно-артритные боли

Ревматоидно-артритные боли — индикатор недостатка воды в пораженных суставах. Иногда такие боли осложняются недостатком соли. Вода способствует тому, что поверхности соприкасающихся хрящей в суставе свободно трутся друг о друга, недостаток воды делает их соприкосновение болезненным.

Боль в спине

В суставах спинных позвонков вода, заполняя межпозвоночное пространство, поддерживает вес верхней части тела.

Почти 75% верхней части туловища поддерживается объемом воды, содержащейся в ядрах межпозвоночных дисков. Строение всех суставов предусматривает, что вода будет действовать как смазочное вещество, а также нести нагрузку, производимую весом, и напряжение, производимое

движением мышц. Поэтому боли в спине прекрасно лечатся увеличением потребления воды.

Боли в области шеи

Чтобы избежать болей в шее, необходимо создать хорошую жидкостную циркуляцию в пространстве межпозвоночных дисков в области шеи.

Попробуйте такое простое упражнение: лягте на спину на самый край кровати, так, чтобы ваша голова находилась без опоры. Это положение помогает растянуть шею, не несущую в этом случае никакой нагрузки, и отклонить ее назад. Несколько минут полежите в таком положении, полностью расслабившись, — это поможет ослабить напряжение в области шеи. В результате в пространстве между дисками создается необходимый вакуум. После аккуратных наклонов назад — так, чтобы вы смогли увидеть пол, — поднимите голову настолько, чтобы увидеть стену около ступней. В результате этой процедуры периодически создается вакуум в пространстве между позвонками. Начинать ежедневно употреблять как можно больше воды: попадая в пространство между дисками и распространяясь по всем частям шейных суставов, вода будет действовать как смазочное вещество, и боли прекратятся.

Повышенное содержание холестерина в крови

В живых клетках холестерин выступает в качестве вещества, регулирующего пропускание воды

сквозь клеточную мембрану. Повышенное содержание холестерина — признак того, что клетки включили защитный механизм против осмотического давления крови, которая вытягивает воду из клеточной мембраны. Выработка холестерина — это часть системы выживания клетки. Усиленная продукция холестерина — ответ этой системы на обезвоживание. Стало быть, чтобы снизить производство холестерина в организме, следует дать ему нужное количество воды.

Избыточный вес

Люди часто путают чувство жажды с чувством голода. Ощущения жажды и голода зарождаются одновременно, чтобы сигнализировать о потребностях мозга. Мы не различаем эти ощущения и полагаем, что оба «индикатора» свидетельствуют о желании есть. Мы едим даже тогда, когда организм настойчиво требует воды. Те, кто перед приемом пищи пьет воду, разделяют эти ощущения. Они не переедают, чтобы утолить потребность в воде. Что надо делать для борьбы с избыточным весом? Очень просто: пить тогда, когда думаешь, что хочешь есть.

Астма и аллергии

Астма и аллергия являются свидетельством того, что организм приспособился к повышенной выработке гистамина — сенсорного регулятора водного обмена и распределения воды в организме.

У астматиков наблюдается повышенное содержание в ткани легких гистамина, который регулирует сокращение бронхиальных мышц. Посколь-

ку в легких благодаря испарению теряется очень много воды, бронхиальное сжатие, вызванное гистамином, означает пониженное испарение во время дыхания. Эту уловку организм придумал для сохранения запасов воды.

В результате опытов с животными было доказано, что при увеличении ежедневного потребления воды выработка клетками гистамина значительно падает. Это значит, что и аллергические реакции, и бронхиальную астму можно снимать, просто увеличивая потребление воды!

Святая вода и вода святых источников

Это высокая сущность, в которой таинственным образом соединены два духа: дух жизни (присущий каждой воде) и Дух Святой, Который сходит в обычную воду благодаря особому таинству, называемому водосвятием. Святая вода и вода святых источников являются сильнейшим лекарством, но лекарство это, скорее, для души, чем для тела.

Чудо святой воды. Святая вода — сильнейшее лекарство

Святая вода — сильнейшее лекарство. Она может помочь при любых хворях, поэтому в болезни настоятельно рекомендуется принимать святую воду.

И это опять-таки научно доказанный факт. Опыты, проведенные учеными, показали, что у разных образцов Святой воды одинаковое электромагнитное излучение, и это излучение сильно отличается

от излучения воды простой и серебряной. Оказалось, что линия на экранах приборов, регистрирующих электромагнитное излучение Святой воды, совпадает с линией, которую показывает прибор при диагностике совершенно здорового органа. А больным органам Святая вода передает свое здоровое электромагнитное излучение, таким образом исправляя «больные» частоты. Это значит, что Святой водой действительно можно излечиваться даже от очень тяжелых болезней. Причем исцеляет святая вода всех: и верующих, и неверующих, и крещеных, и некрещеных людей. Но обращаться со Святой водой нужно особо, не как с лекарством из аптеки, а как со святыней, иначе она потеряет свои уникальные свойства. Но зато при должном употреблении и искренней вере Святая вода поможет исцелить практически любые заболевания.

Как обращаться со Святой водой

Как хранить Святую воду дома

Святая вода должна храниться в специально отведенном для этого месте. Если у вас дома иконы висят в «красном» углу, Святую воду лучше хранить там же, за иконами или рядом с ними. Можно поставить сосуд со Святой водой в специальный шкафчик (ящик), где хранятся свечи, ладан, церковное масло. Если же нет возможности поставить Святую воду возле икон или в отдельный шкафчик, освободите для нее полочку в шкафу или на стеллаже, а рядом поставьте иконку.

Нет смысла держать Святую воду в холодильнике. Не стоит хранить ее и рядом с продуктами.

Как правильно пить Святую воду

Пить Святую воду надо натошак после молитвы. Лучше закусывать святую воду церковной освященной просфорой.

Молитва на принятие просфоры и Святой воды

Господи Боже мой, да будет дар Твой святыи и Святая Твоя вода во оставление грехов моих, в просвещение ума моего, в укрепление душевных и телесных сил моих, во здравие души и тела моего, в покорение страстей и немощей моих по безпредельному милосердию Твоему молитвами Пречистыя Твоея Матери и всех святых Твоих. Аминь.

В обострении болезни Святую воду нужно принимать через каждый час, читая эту молитву. Кроме того, утром и вечером после принятия Святой воды нужно читать молитву Божией Матери «Целительница»:

Молитва Божией Матери «Целительница»

Приими, о Всеблагословенная и Всемошная Госпоже Владычице Богородице Дево, сия молитвы, со слезами Тебе приносимыя от нас, недостойных раб Твоих, ко Твоему цельбоносному образу пение возсылающих со умилением, яко Тебе Самой зде сущей и внемлющей молению нашему. По коемуждо бо прошению исполнение твориши, скорби облегчаеши, немощным здравие даруеши, разслабленныя и недужныя исцеляеши, от бесных бесы прогоняеши, обидимыя от бед избавлявши, прокаженныя очищаеши и малыя дети милуеши: еще же, Госпоже Владычице Богородице, от уз и темниц свободядаеши и всякия многообразныя страсти

врачуеши: вся бо суть возможна ходатайством Твоим к Сыну Твоему, Христу Богу нашему. О Всепетая Мати, Пресвятая Богородице! Не престай молиться о нас, недостойных рабах Твоих, славящих Тя и почитающих Тя, и поклоняющихся со умилением Пречистому образу Твоему, и надежду имущих невозвратну и веру несумненну к Тебе, Приснодеве Преславней и Непорочней, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Молитвы, которые читают при кроплении святой водой

Святую воду можно не только пить, но и окроплять дом, и вообще любую вещь. При этом надо читать молитву на освящение всякой вещи.

Молитва на освящение всякой вещи

Создателю и Содетелю человеческого рода, дателю благодати духовных, Подателю вечнаго спасения, Сам, Господи, последи духа Твоего Святаго с вышним благословением на вещь сию, яко да вооружена силою небеснаго заступления хотящим ю употребляти, помощна будет к телесному спасению и заступлению и помощи, о Христе Иисусе Господе Нашем. Аминь.

Затем кропят угол дома (вещь) Святой водой трижды. Святой водой можно окропляться самому. При этом читается Тропарь Кресту Господню.

Тропарь Кресту Господню

Спаси, Господи, люди Твоя, и благослови достояние Твое, победы на сопротивных даруя, и Твое сохраняя Крестом Твоим жительство.

Если вы окропляетесь богоявленской (крещенской) водой, читайте Тропарь празднику Богоявления.

Тропарь празднику Богоявления

Во Иордане крещающуся Тебе, Господи, Троическое явися поклонение, Родителей бо глас свидетельствоваше Тебе, возлюбленного Тя Сына именуя, и Дух в виде голубине извествоваше словесе утверждение. Явлейся, Христе Боже, и мир просвещей, слава Тебе.

Освящение воды в мирских условиях

Очень редко, но случаются такие ситуации, когда Святую воду негде достать, а она нужна чрезвычайно. В дороге, в глухих местах, в условиях катастрофы. В подобных обстоятельствах можно освятить воду и без священника, так называемым мирским чином. Только это должен быть действительно исключительный случай: иначе это будет оскорбление Святого Духа. К примеру, воду освящают без священника на войне, когда смертельно раненого воина нужно окрестить (если он не крещен) или причастить — принятие Святой воды считается «малым причастием». Мирским чином воду освящают только тогда, когда по-другому Святой воды не добыть.

Для освящения воды нужна чистая вода (самая чистая, которая может найтись в данных обстоятельствах) и чистая емкость — таз или миска. В крайнем случае, подойдет кувшин с широким горлышком. Если возможно, надо зажечь три свечи и поставить их по краям сосуда с освящаемой водой.

Перед освящением необходимо прочесть молитву предначинательную, «Царю Небесный», «Пресвятая Троице» и «Отче наш» (см. выше). После каждой молитвы воду трехкратно перекрестить. Затем читается молитва на освящение воды:

Молитва на освящение воды

Боже великоименный, творяй чудеса, им же несть числа! Прииди к молящимся рабом Твоим, Владыко: послѣ Дух Твой Святыи и освяти воду сию, и даждь ей благодать избавления и благословение Иорданово: сотвори ю источник нетления, освящения дар, грехом разрешение, недугов исцеление, бесом погибель, противным силам неприступну, Ангельския крепости исполнену: яко да вси почерпающии ю и приемлющии от нея имеют на очищение души и тела, на исцеление вредом, в изменение страстем, во оставление грехов, в отгнание всякаго зла, на окропление и освящение домов и на всяку пользу подобну. И елика аще что в домех, или на месте правоверно живущих сѣя вода окропит, да отымется всяка нечистота, да избавит от всякаго вреда, ниже тамо да водворяется дух губительный, ниже воздух вредящій, да отбежит всякое мечтание и навет крыющагося врага, а аще нечто есть, еже, или здравію живущих завидит, или покою, окроплением сѣя воды да отразится. Яко да благословися и прославися пречестное и великолепное имя Твое, Отца и Сына и Святаго Духа, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Очень важно: в мирских условиях (без священника) воду освящают только, если рядом с освящающим человеком есть еще кто-то верующий. В одиночку освящать воду нельзя! Таинство водосвятия совершается в церкви — то есть в собрании верующих людей. А церковь возникает везде, где есть

двое или трое верующих. «Там, где двое или трое собраны во Имя Мое, там и Я посреди них».

Как принимать Святую воду для лечения болезней

При сердечной аритмии полезно каждый вечер перед сном обтираться Святой водой.

Если болит горло, можно набрать в рот Святой воды, поддержать ее так, чтобы она захватывала область больного горла, а затем проглотить воду. Процедуру повторять так часто, как душа подскажет. А можно полоскать горло Святой водой, а потом ее выплевывать.

При болезнях желудка пейте Святую воду ежедневно натошак с утра, а потом в течение часа постарайтесь ничего не есть.

При кожных заболеваниях прикладывайте смоченные в Святой воде салфетки к больным местам. Можно на ночь делать компрессы со Святой водой.

Если у ребенка диатез, ежедневно брызгайте на больные места Святой водой. Можно обливать малыша прохладной водой, в которую добавлено немножко Святой воды.

Если болит зуб, выпейте несколько глотков Святой воды с молитвой. Затем наберите еще глоток воды в рот и держите за щекой, возле больного зуба так долго, как сможете. Потом воду проглотите.

При нарушении обмена веществ пейте Святую воду с утра натошак. Кроме того, вы можете добавлять ее в чай, который пьете в течение дня, и во все блюда — понемногу.

Если увеличена щитовидка, обтирайте ее Святой водой. Можно привязывать к ней лоскут из натуральной ткани, смоченной в Святой воде.

При мигренях, как только почувствуете приближение приступа, смочите виски, лоб и затылок Святой водой.

Если болит ухо, положите в него смоченную в Святой воде и хорошо отжатую ватку.

В любые лекарственные травяные отвары и настои добавляйте немного Святой воды (после их приготовления).

Как лечить Святой водой детей

Святая вода особенно помогает детям. Если взрослый человек своими сомнениями, страхами, неверием препятствует благодатному действию Святого Духа, то дети чисты от всего этого. Поэтому на детей Святая вода действует практически мгновенно. Бывает, что ребенка мучают бесы, и тогда он капризничает, плачет, выгибается «мостиком» и закатывает длительные истерики. Если его в этот момент с молитвой умыть Святой водой, все скоро прекратится. Детей, склонных к нервным срывам, следует умывать Святой водой каждый день — утром после сна и на ночь перед сном. При этом нужно читать «Отче наш» и псалом 90 (Живые помощи). После того как ребенок уснет, окропите Святой водой угол, где стоит кроватка, и прочитайте следующие молитвы:

Молитва всем святым и бесплотным небесным силам

Боже святыи и во святых почиваяй, трисвятым гласом на небеси от Ангел воспеваемый, на земли от человек во святых Своих хвалимый: давый Святым Твоим Духом комуждо

благодать по мере дарования Христова, и тою поставивый Церкви Твоей святей овы Апостолы, овы пророки, овы же благовестники, овы пастыри и учителя, их же словом проповеди. Тебе Самому действующему вся во всех, мнози совершишася святии в коемждо роде и роде, различными добродетельми благоугодившии Тебе, и к Тебе нам образ добрых подвигов своих оставивше, в радости прешедшии, готови, в нем же сами искушени быша, и нам напаствуемым помогати. Сих святых всех воспомяна и их богоугодное похваляя житие, Тебе Самаго, в них действовавшего, восхваляю, и онех благотворения Твоя дарования быти веруя, прилежно молю Тя, Святе святых, даждь ми грешному последовати их учению, паче те Твоею вседействующею благодатию, небесныя с ними сподобитися славы, хваляще пресвятое имя Твое, Отца и Сына и Святаго Духа вовеки. Аминь.

Молитва святителю Иулиану Кеноманийскому

Святой Иулиан еще при жизни исцелял и даже воскрешал младенцев. На иконе его изображают с младенцем на руках.

О пречестная и священная главо и благодати Святаго Духа исполненная, Спасово со Отцем обиталище, великий архиерее, теплый наш заступниче, святителю Иулиане, предстоя у Престола всех Царя и наслаждаяся света единосущныя Троицы и херувимски со ангелы возглашая песнь трисвятую, великое же и неизследованное дерзновение имея ко всемиростивому Владыце, моли спастися паствы Христовы людем, благостояние святых церквей утверди: архиереи благолепием святительства украси, монашествующыя к подвигом добраго течения укрепи, царствующий град и вся грады и страны добре сохрани, и веру святую непорочну соблюсти умоли, мир весь предстательством твоим умири, от глада и пагубы избави ны, и от нападения

иноплеменных сохрани, старья утеши, юныя настави, безумныя умудри, вдовицы помилуй, сироты заступи, младенцы возрасти, пленных возврати, немощствующыя и молящияся тебе от всех напастей и бед ходатайством твоим свободи: моли о нас Всещедраго и Человеколюбиваго Христа Бога нашего, да и в день Страшнаго Пришествия Его от шуияго стояния избавит нас, и радости святых причастники сотворит со всеми святыми во веки веков. Аминь. Правило веры и образ кротости воздержания учителя яви тя стаду твоему яже вещей истина; сего ради стяжал еси смирением высокая, нищетою богатая, отче священноначальниче Иулиане, моли Христа Бога спастися душам нашим. Божественный гром, труба духовная, веры насадителю и отсекателю ересей, Троицы угодниче, великий святителю Иулиане, со Ангелы предстоя присно, моли непрестанно о всех нас. Величаем тя, святителю отче Иулиане, и чтим святую память твою: ты бо молиши за нас Христа Бога нашего.

Кроме этого, каждый месяц водите ребенка к Причастию.

При других заболеваниях детям дают Святую воду так же, как и взрослым. После того как ребенок выпьет Святой воды, мать должна прочитать молитву святому Симеону Богоприимцу:

Молитва святому Симеону Богоприимцу

О великий угодниче Божий и Богоприимче Симеоне! Призри на мя грешнаго, ко святей иконе твоей припадающа и просяща твоего заступления и помощи: скорбь бо обдержит мя от обстоящих мя ныне бед и зол, и утешения не имам многоболезненной души моей. Исках помощи от человек, и не обретеса. Возопях ко Господу, и не услыша мя, аз прогневах пречистую благодать Его беззаконными моими, и множеством

многих грехов моих преогорчих человеколюбную утробу Его. И кто ми ныне помощь явит; кто ми скорбь утолит; кто даст отраду и успокоение многомятежней душе моей? К тебе, великий угодниче Божий, прибегаю грешный и недостойный аз, ведый, яко велие дерзновение имаши ко Христу Богу и многомощен предстатель еси о всех, с верою к тебе прибегающих, и твоего заступления и помощи требующих. Моли убо Человеколюбца Господа, яко да простив ми безчисленная моя прегрешения, не отвратит милость Свою от мене, но яко благ и сострадателен, явит и мне безконечное Свое милосердие, и в лютем напастей и бед моих озлоблении подаст ми всеильную помощь Свою, и преогорченной душе моей ослабу, мир, укрепление, утешение и успокоение дарует. Ей, великий угодниче Божий, вознеси Богоносныя руце твоя ко иже во объятиих твоих носитися изволившему Христу Богу нашему и моли благодать Его, да не отринет моления сердца моего недостойинства ради моего, но явит мне благовременно милость Свою, во славу безконечных щедрот Своих и многомогшего предстательства твоего, о немже подобает Ему всякая слава и благодарение купно со Отцем и Пресвятым Его Духом ныне и присно и во веки веков. Аминь. Радуйся, Богоприимче старче Симеоне, во объятия приемый Спаса Господа, веселися и ты, честная пророчице Анна, возвестившая пришествие в мир Христа Бога нашего, разрушившего державу вражю и подающего нам велию милость.

Обращайтесь со Святой водой бережно

Святая вода — поистине универсальное средство. Но использовать Святую воду нужно с верой и благоговением. Ее действие не подобно действию лекарств или заряженной воды. В ней живет и дышит Святой Дух, Который не терпит оскорбления

и насилия. Он помогает человеку, только если душа его открыта, а помыслы чисты. Помните об этом, и не оскверняйте святыню.

Молитва святого Василия Великого от осквернения

Многомилостиве, нетленне, нескверне, безгрешне Господи, очисти мя, непотребного раба Твоего, от всякия скверны плотския и душевныя, и от невнимания и уныния моего прибывшую ми нечистоту, со иными всеми беззаконии моими, и яви мя нескверна, Владыко, за благодать Христа Твоего, и освяти мя нашествием Пресвятаго Твоего Духа: яко да возбнув от мглы нечистых привидений диавольских, и всякия скверны, сподоблюся чистою совестью отверсти скверная моя и нечистая уста, и воспевати всесвятое имя Твое, Отца и Сына и Святаго Духа, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Лечебная вода святых источников

История насчитывает миллионы случаев исцеления от воды. Упоминание об одном из них есть в Евангелии (а историческая достоверность Евангелия подтверждена многими научными источниками). Давайте откроем Евангелие от Матфея, главу 5, стихи 2–4:

«Есть же в Иерусалиме у Овечьих ворот купальня, называемая Вифезида, при которой было пять крытых ходов. В них лежало множество больных, слепых, хромых, иссохших, ожидающих движения воды, ибо Ангел Господень по временам сходил в купальню и возмущал воду, и кто первый вхо-

дил в нее по возмущении воды, тот выздоравливал, какою бы ни был одержим болезнью».

Овчая купель была широко известна и в Иерусалиме, и за его пределами. О ней упоминается как в еврейских, так и в греческих, и римских исторических документах. Историки подтверждают: вода в этой купальне действительно время от времени приобретала чудодейственные целебные свойства, и, как сказано в Евангелии, тот, кто входил в нее в этот момент, излечивался от любого недуга. Со всех концов земли больные спешили в Иерусалим, чтобы занять очередь к целебной воде. Упомянуто в Евангелии и о другой купальне — Силоамской, куда Христос направил слепого, чтобы тот умылся в роднике и прозрел. Источники, подобные Овчей и Силоамской купелям, существуют и в наше время. (И мы обязательно поговорим об этом — но чуть позже.) А сейчас — о простой и привычной воде.

Вода святых источников — это тоже святая вода, но, кроме Святого Духа, в ней присутствует и сущность того святого, под чьим покровительством она находится.

Во времена язычества славяне, как и многие другие народы, поклонялись всем источникам без исключения. Когда же Русь стала христианской, языческому поклонению на смену пришло почитание источников святых, чаще всего — Богородичных. Дело в том, что многие иконы Богородицы являлись (да и сейчас являются) людям чудесным образом. Явления эти, как правило, происходят в труднопроходимых местах, в лесах, над источниками. И вода в таких источниках почитается святой, це-

лебной, она помогает людям излечиться от многих и многих болезней.

Кроме Богородичных источников всегда почитались на Руси источники на местах явления икон святых угодников. Некоторые источники были изведены святыми, другие получили целебную силу по молитвам священнослужителей. На сегодня известны тысячи чудесных исцелений водой святых источников. Их чистая природная вода, впитавшая в себя молитвы многих поколений, содержит идеальные жидкокристаллические структуры, несущие информацию о здоровой экологии, и передает ее приходящим к ней людям. Энергетические и информационные характеристики этой воды соответствуют состоянию абсолютно здорового человека и содержат информацию, необходимую для восстановления здоровья.

Как возникают святые источники

История их происхождения всегда связана с чудом. И эти чудеса, пожалуй, единственные, которые полностью признает Святая Православная Церковь. Рассказывая о каждом из источников, я обязательно расскажу вам и о чуде, которым сопровождалось появление святого ключа. Святые источники появляются всегда неожиданно: отверзается земля, и из-под нее начинает бить чистейшая вода. Причем это может произойти в любом месте: на равнине, на холме, в горах. Известны случаи, когда родник начинал бить прямо из камня!

Святые источники были известны людям еще в глубокой древности.

Я уже приводила в начале этой главы рассказ из Библии о воде Овчей купели, куда время от вре-

мени входил ангел и возмущал воду. Первый, кто окунался в эту воду после того, как в нее вошел ангел, излечивался от болезни.

Но во всем мире святых источников не очень много. Самое большое количество святых ключей находится в России. Некоторые из них очень древние, другие появились недавно.

Известно, что святой ключ, уйдя из одного места, может появиться в другом, и всегда это сопровождается чудесами и знамениями. Один из афонских монахов, придя на Русь, был поражен обилием святых источников. Он в удивлении воскликнул: «Здесь больше святых родников, чем на Афоне! Теперь я знаю, почему Русь зовется Святой». Действительно, источников на Руси много. Для того чтобы только упомянуть обо всех, потребовалось бы написать целую книгу! Здесь я расскажу лишь о тех из них, которые прославились чудесами исцеления на всю Россию.

Святые родники появляются из земли благодаря чудесам и знамениям. Вода святых родников имеет абсолютные целительные свойства, то есть, может излечить от всех болезней. Однако, как и у всякого сильнодействующего лекарства, у нее есть свои показания и противопоказания. Я расскажу вам о том, как правильно пользоваться водой святых родников.

Как обратиться за помощью к воде святого источника

Как нужно окунаться в святую купель

В святых источниках купаются в любое время года.

Большинство святых ключей очень холодны. В горных источниках температура воды не превышает 4–5 градусов. Если вы впервые посещаете источник, то вам плавать в такой воде нельзя, возможно лишь краткое окунаение. Окунайтесь следует три раза, погружаясь в воду с макушкой. Перед каждым погружением нужно перекреститься и сказать: «Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь». После окунаения надо снять сорочку и растереться полотенцем досуха.

Можно еще перед окунаением прочесть молитву Господу, Божией Матери, целителю Пантелеймону или же особо любимому вами святому угоднику Божию — как ваша душа пожелает. Вот текст молитвы целителю Пантелеймону.

Святый великомучениче и целебниче Пантелеимоне! Моли Бога о нас и не допусти долее оставаться в нас тем болезням, коими болим душою и телом! Исцели те язвы и струпы, кои причинены нам страстями нашими. Болим мы леностию и расслаблением — исцели ны. Болим влечением и пристрастием к земным предметам — исцели ны. Болим, о святой Пантелеимоне! Болим забывчивостию: о деле спасения, о наших грехах и немощах, о наших обязанностях — исцели ны. Болим злопомнением, гневливостию, ненавистничеством — исцели, о целебниче Свято-Афонский и всемирный. Болим завистью, гордостью, надменностью, превозношением, при всей скудости и непотребстве — исцели ны. Болим многими и разными припадками плотоугодия: чревоизлишеством, невоздержностию, многоядением, сластолюбием — исцели ны. Болим сонливостию, многословием, празднословием, осудливостию — исцели ны, о святой Пантелеимоне! Болят наши очи греховными воззрениями, болят наши уши слушанием пустословия, злоречия, наветов — исцели ны. Болят руки нерасположением

к молитвенному воздеанию и к подаению милостыни — исцели ны. Болят наши ноги нежеланием поспешно идти в храм Господень и стремлением к хождениям по стогнам и к посещениям домов мирских — исцели ны. Болит, зело болит язык наш, уста наши: пустословием, празднословием, злоречием, отвращаясь от молитвословий и славословий, или произнося их небрежно, рассеянно, без внимания, без понятия — исцели ны, о милостиве! От главы до ног болим мы: болит в нас разум непонятливостью, неразумностью и безумием; болит в нас воля, отвращаясь от святых занятий и стремясь к делам вредным и богопротивным; болит в нас память, забывая наши прегрешения и содержа в себе неутратно согрешения и оскорбления ближних наших; болит в нас воображение, не умея и не желая живо представить нам нашу смерть, вечную муку грешных, блага Царствия Небесного, Божий гнев, крестные страдания Христовы, Его распятие — исцели ны, о святой Пантелеимоне! Все в нас болит. Нemoщствует и душа наша вся со всеми ее силами и способностями. Нemoщствует и тело наше все со всеми его членами. Исцели ны, о святой Пантелеимоне, Целебниче безмездный и любвеобильный Врачеватель, слуга Пресвятая Богородицы, и не оставь наше окаянство в толицах недугах и в толицей немощи: да исцелись твоею благодатию, прославлю Пресвятую Троицу, Отца и Сына и Святаго Духа и Пресвятую Богородицу, тебе на служение болящим посылающую, и возблагодарю твою, о святой Пантелеимоне, цельбоносную святыню во веки. Аминь.

Сколько дней нужно жить на источнике и купаться в святой купели?

Все зависит от ваших возможностей. Есть люди, которые живут у ключа по несколько недель. Ведь на источник едут не только за исцелением. Святое

место гармонизует весь человеческий дух, настраивает его на долгую и добродетельную жизнь. Так что смотрите по своему состоянию. Если душа просит остаться и пожить какое-то время вблизи святыни, — устройте свои дела так, чтобы это было возможно. Только учтите: святой источник — не курорт. Если вы остались в монастыре или в деревне близ источника, не бездельничайте. Выполняйте послушания, которые дадут вам в монастыре, или помогайте людям, в доме которых вы будете жить. Труд во имя Христово — тоже часть духовной «терапии».

Какие недуги лечит вода святых источников

С помощью воды святых и целебных источников излечиваются многие недуги. Жизнь знает множество примеров, когда человек, от которого отказались врачи, приходил на источник смертельно больным, а уходил полностью здоровым.

В мире существует два вида источников. Одни из них — целебные, другие — святые. В целебных источниках течет лечебная минерализованная вода. Она может быть кислой или железистой, йодной, бромной и т.д. Каждая из таких вод имеет узконаправленное действие: это лекарство, которое можно принимать только по рецепту врача. Но при помощи одной только минеральной воды излечиться нельзя, ее пьют, скорее, в качестве полезной пищевой добавки.

Святые источники — совсем другое дело. Вода в них, как правило, слабо минерализована. Их целебная мощь заключается не в химическом соста-

ве, а в силе молитвы того святого, чьим именем он назван. Именно от таких святых источников люди получают полное исцеление, часто совершающееся чудесным образом. Поэтому святые источники давно стали местом паломничества десятков, сотен, тысяч людей. И это неудивительно: ведь часто поездка на источник — последняя надежда для тех, кто отчаялся вылечить с помощью официальной медицины. Вода святых родников лечит такие тяжелые заболевания, как бесплодие, наркомания, полиомиелит, паралич, рак, шизофрения... Всего же известны и документально засвидетельствованы сотни случаев, когда люди, побывав на святом источнике, исцелялись от таких заболеваний, перед которыми оказывались бессильны последние достижения медицины. Неоднократно случались и исцеления «чумы XXI века» — СПИДа.

Лечит вода святых родников и порчу, и сглаз, помогает решить семейные проблемы — измены мужа или жены. Трудные дети, вечно доставляющие родителям массу хлопот, после посещения источника полностью меняют свой образ жизни. Ведь святой ключ — не только водный источник. Это, прежде всего, источник Святого Духа. Это место, где действует благодать Божья, исправляя все порождения человеческой жизни, касаются ли они здоровья, судьбы или души.

Как и кому можно ехать к святому источнику

Перед поездкой обязательно сходите в церковь, исповедуйтесь, причаститесь и испросите у батюшки благословения на поездку. Не расстраивайтесь,

если не получите такого благословения. Как правило, священники стараются отговорить мирян от подобных поездок. В этом есть глубокий смысл. Дело в том, что вода святых источников — это небесное лекарство. Она подается во исцеление тела и души. Если вы ничем не болеете, и все в жизни у вас ладно, спросите себя: а зачем мне ехать на источник? Не есть ли это способ «духовного развлечения»? Ведь на источник едут люди с серьезными жизненными проблемами. Это может быть болезнь или личная драма... И все они нуждаются в срочной помощи. А как же им получить эту срочную помощь, если на источнике толкуются сотни людей, большинство которых приехало сюда только ради удовлетворения любопытства?

Еще вам следует знать, что действие благодати Божией, хотя и быстрое, но очень осторожное. К святой купели нужно приступать не торопясь, с молитвой и с глубокой внутренней верой. Чтобы Святой Дух, находящийся в воде, начал свое целительное действие, нужно, чтобы в душе царили мир и покой. Именно поэтому на святой источник надо ехать своим ходом, а не в составе «паломнической группы». И лучше всего ехать не на один, а на несколько дней. Как правило, рядом с источником есть монастырь или деревенька, где можно найти ночлег. Святой источник находится в святом месте, и чтобы почувствовать благодать, позволить ей влиться в вас, необходимо время. Чем дольше вы пробудете на источнике, тем больше пользы будет душе и телу. Святой Дух не действует в людях суетливых, торопливых, деловых — тех, кто хочет «быстрой духовности». Многие мои знакомые, кто покупал «тур на источник» в каком-нибудь агент-

стве, потом говорили, что никакого действия на них эта вода не произвела. А удивляться нечему: «паломники», которые едут на источник большой группой, никогда не получают благодати. Ведь они втиснуты в узкие рамки графика. До отъезда автобуса им нужно «забежать в храм, осмотреть окрестности, выслушать экскурсовода, набрать водички и, по возможности, искупаться в купели». Но можно ли получить благодать на бегу? Ни в коем случае. Кроме того, такие «православные туристы» мешают людям, которые приехали на родник с действительно серьезными проблемами. С болью приходится порой видеть, как человек, страдающий от боли, сидит в сторонке и терпеливо ждет, пока окунутся все «туристы». Хочется ли вам становиться подобным «туристом»?

Отправляйтесь к источнику, если вам в самом деле нужна помощь или исцеление, и тогда чудо свершится. Я знаю одну счастливую семью, где шестеро детей. Первые десять лет своей супружеской жизни эти муж и жена были бездетны, и думали, что им предстоит прожить так всю жизнь. У жены обнаружился врожденный порок, из-за которого она не могла рожать. Родители и друзья мужа угрожали бросить ее и жениться на другой, здоровой женщине. Но, к счастью, между ними была настоящая любовь. Они решили оставаться вдвоем несмотря ни на что. И вот однажды к ним подошла одна женщина, монахиня. Она сказала: «Бог даст вам деток, но вам нужно съездить к святому Сергию в Троице-Сергиеву Лавру. Там есть родничок: окунитесь в нем, и водички с собой наберите». Так и поступили. И через год появился малыш, а за ним другой, третий...

Что надо знать человеку, отправляющемуся на источник

Каждый источник освящен во имя образа Божией Матери или какого-то святого. Перед отъездом закажите в церкви молебен перед иконой этого святого, а с собой возьмите акафист или молитву святому покровителю источника. Некоторые молитвы приведены ниже.

Главной покровительницей всех святых источников считается Божья Мать.

Один из образов Божией Матери так и называется — «Живоносный источник». Этот образ явился в V веке в городе Царьграде, или Константинополе, который тогда был столицей Православия. Недалеко от города, возле так называемых Золотых ворот, находилась роща, посвященная Пресвятой Богородице. Говорили, что когда-то в роще бил целебный родник, но язычники, живущие неподалеку, стали устраивать там оргии и жертвоприношения — и родник ушел. Место, где он находился, заросло густым кустарником. Но однажды произошло чудо. Римский воин Лев Маркелл, будущий император, встретил в этом месте слепца, беспомощного путника, сбившегося с дороги. Маркелл помог ему выйти на тропинку и устроиться в тени для отдыха, а сам отправился на поиски воды для освежения слепого. Вдруг он услышал голос: «Лев! Не ищи воды далеко, она здесь близко». Удивленный таинственным голосом, он стал искать воду, но не нашел. Когда же остановился в печали и задумчивости, вторично раздался тот же голос: «Царь Лев! Пойди под сень этой рощи, почерпни воды, которую там найдешь, и напой ею жаждущего, тину же, которую

найдешь в источнике, положи на его глаза. Потом ты узнаешь, кто Я, освящающая это место. Я помогу тебе вскоре воздвигнуть здесь во имя Мое храм, и все, приходящие сюда с верою и призывающие Мое имя, получают исполнение своих молитв и полное исцеление от недугов». Когда Лев исполнил все повеленное, то слепой немедленно прозрел и без проводника пошел в Константинополь, прославляя Богоматерь. В честь этого события и был создан образ Божией Матери «Живоносный источник». Пресвятая Богородица с Богомладенцем изображена на иконе над громадной каменной чашей, стоящей в водоеме. У водоема, наполненного животворной водой, изображены страждущие телесными недугами, страстями и душевными немощами. Все они пьют эту живительную воду и получают различные исцеления.

Человек, который собирается ехать к святому ключу, должен иметь с собой молитву Божьей Матери «Живоносный источник» и постоянно читать ее в дороге.

Молитва перед иконой Пресвятой Богородицы, именуемой «Живоносным источником»

О, Пресвятая Дево, Всемиловитая Госпоже Владычице Богородице, Живоносный Источник Твой, целебные дары на здоровье душ и телес наших и на спасение миру точащи, подала еси нам, темже благодарни суще усердно молим Тя, Царице Пресвятая, моли Сына Твоего и Бога нашего дати нам оставление прегрешений и всякой душе скорбящей и озлобленной милость и утешение, и от бед, скорбей и болезней освобождение. Подаждь, Госпоже, храму сему и сим людям

покровение (и святей обители сей соблюдение), граду сохранение, стране нашей от напастей избавление и ограждение, да мирное zde проживем житие, и в будущем веце сподобимся видети Тебе Заступницу нашу, во славе Царства Сына Твоего и Бога нашего. Ему же слава и держава со Отцем и Пресвятым Духом во веки веков. Аминь.

С собой нужно взять емкость для воды (пластиковую бутылку или канистру), постельное белье или спальный мешок. Помните, что купаться в святой купели не подобает в плавках или бикини. Для окунания купите новую сорочку или длинную футболку. После окунания сорочку не стирают, но просушивают и затем хранят в особом месте. Ее надевают во время болезни, чтобы вода, которой пропитана сорочка, помогла человеку еще раз.

Уважайте святые источники!

Дорогие читатели, я знаю, что после прочтения этой книги у многих из вас возникнет желание поехать к святому источнику. Однако хочу вас предупредить, что святыня требует к себе бережного и уважительного отношения. Не стоит ехать на источник из простого любопытства. Помните, что эту воду дали людям Господь, Божья Мать и святые угодники. И дали они ее не для того, чтобы люди устраивали из посещения источника веселую прогулку. К сожалению, в нынешнее время святые ключи стали не только источниками благодати и исцеления. Многие жадные люди используют их для наживы. Вокруг источников строятся гостиницы с развлекательными комплексами, к ключам водят экскурсии, возле них устраиваются места для пикников... Объевшиеся шашлыком, опившиеся

вином и водкой, разгоряченные, возбужденные люди лезут в святую купель, тем самым оскорбляя величайшую святыню. Но Господь все видит. И святой источник, оскверненный людьми, уходит в землю.

Поэтому, если вы решили ехать на святой источник, знайте: вы едете не просто окунуться в купель и набрать водички. Вы едете поклониться святыне. Это такое же серьезное паломничество, как и поездка в монастырь к чудотворной иконе или святым мощам.

Почему вода святых источников помогает не всем?

Главный аргумент, который приводят противники всяческих чудес Божьих, звучит так: почему святой источник исцеляет не всех болящих? Если святая вода такая чудотворная, почему в мире есть еще больные и страждущие?

Действительно, это серьезное возражение и горький упрек. Но упрек этот относится, конечно же, не к воде святых источников, а к тем, кто туда приезжает. Но это не значит, что кто-то «достоин» исцеления, а кто-то — нет. Бог, сила которого заключена в святом источнике, не избирает больных. Он лечит всех — но только в том случае, если человек приступает к Нему с верой. Христос исцелял любого, кто обращался к нему, и не рассуждал, заслужил ли этот человек исцеление. Сомнение — пагуба для души и прямой вред здоровью. Вспомните апостола Петра, который, уверовав, смог ходить по воде, но лишь стоило ему усомниться, как он начал тонуть. Это ли не урок всем нам?

К сожалению, люди утратили дар веры. К источнику едут не с верой, а со слабенькой надеждой... Но было же сказано еще 2000 лет назад: «По вере вашей дано будет вам!». Нужно всегда помнить об этом Божьем обетовании и не сомневаться. А для укрепления веры стоит читать молитву святому апостолу Фоме, который сам познал тяжкий дух неверия.

Молитва святому апостолу Фоме, читаемая для укрепления веры

Премудрости благодати исполнен, Христов апостол и служитель истинный в покаянии вопияше Тебе: Ты мой еси Бог же и Господь. Господню ученику и великому тайноповедателю, Фоме Богоглаголивому, Петр возопи: видехом Господа. Рече же той: аще не вижу аз язвы рук Его, не уверую, вопияше близнец. Тогда Владыка всех, якоже раб прииде, хотя спасти вся, и глаголет Фоме: осяжи руки Моя и ребра и не не веруй: Аз бо есмь Господь и Бог твой. Он же с покаянием возопи: Ты мой еси Бог же и Господь. Святый апостоле Фоме, моли Бога о нас!



КАК ЛЕЧИТЬСЯ ЗАРЯЖЕННОЙ ВОДОЙ

«**М**ы сами творим свой мир своими мыслями». В этом тезисе нет ничего нового. Нечто подобное говорили мудрецы во все времена. Новизна в другом: сейчас нам по силам наблюдать этот процесс и самим стать его творцами. Наше сознание обладает способностью влиять на воду, причем настолько сильно, что разница «до» и «после» оказывается колоссальной и легко фиксируется.

Хочу сразу сказать, что в программировании воды нет ничего сверхъестественного. Во время этого действия в воду не вселяется никакая сущность (как, например, при водосвятии). При программировании мы создаем нужные вибрации, которые меняют кристаллическую решетку, а значит и структуру воды.

На что способна заряженная вода

- ✱ Она обладает эффективными впитывающими свойствами;
- ✱ Она полностью усваивается организмом;

- ✱ Она обезвреживает токсичные вещества;
- ✱ Она улучшает работу иммунной системы;
- ✱ Она служит удивительным антиоксидантом;
- ✱ Она помогает организму справляться с токсинами, повышая способность клеток и органов к омоложению;
- ✱ Она лучше переносит полезные минералы;
- ✱ Она сохраняет больше питательных веществ, чем обычная водопроводная вода, и полезна людям, у которых после душа с хлорированной водой начинается раздражение кожи;

Позитивно заряженная вода мягче и обладает меньшей силой поверхностного напряжения, а это значит, что при стирке в такой воде требуется меньше стирального порошка.

Таким образом, мы можем создать воду, которая поможет справиться с болезнью или какой-либо серьезной психологической проблемой. Эту информацию в воду можно «загрузить», или «запрограммировать», — чем и занимаются народные целители и ворожеи и, прочитав эту книгу, сможете сделать вы сами.

Какая вода используется для программирования

Для программирования, или приготовления личной воды, подходит любая чистая питьевая вода. Можно использовать сырую воду из-под крана. Если вы не пьете сырую воду, сгодится и кипяченая. Если вы покупаете специальную воду для пи-

тъя, можно брать и ее. Не рекомендуется программировать святую воду и воду, набранную в святых источниках. Она и без того достаточно сильна, а программирование может ослабить ее целебные свойства.

Перед программированием воду хорошо бы заморозить, а потом разморозить. Структура талой воды очищена от всей предыдущей информации и легче всего принимает нужную форму.

Как можно заряжать воду

Вы уже знаете, что вода воспринимает внешнюю информацию. К сожалению, это относится и электромагнитным волнам, обладающим негативным воздействием и производящим энергетическое загрязнение. Недостаточно удалить загрязняющие воду физические вещества. Даже после их удаления в воде остается информация о вредных веществах, например, тяжелых металлах, и эта информация попадает в организм человека, выпившего воду. Вибрации наносят удар по организму, ведь вода, загрязненная такими вибрациями, пытается достичь баланса с водой, уже содержащейся в организме, как бы «заражает» ее.

Гомеопаты программируют воду, «отпечатывая» на кристалликах воды информацию о лекарстве. Для этого молекулу химического вещества «запускают» в воду, смешивая особым образом; в результате чего вся вода приобретает целебные свойства. Она лечит так же хорошо, как и лекарство, но при этом не дает никаких побочных эффектов. Это химический способ программирования воды.

Можно «заряжать» воду энергией биополя. Так поступают экстрасенсы. Но человеческое биополе очень ограничено, и при таком способе расходует-ся слишком много энергии. К тому же в биополе со-держится много ненужной информации, и вода, за-ряженная таким образом, может произвести обрат-ное действие. Ведь экстрасенс тоже человек, у него есть и собственные проблемы и болезни. Вся эта ин-формация записывается в кристаллах воды и попа-дает в организм больного. Вот почему заряжать во-ду биополем могут лишь очень здоровые и счастли-вые люди. Я предлагаю вам простые и безопасные способы для очистки воды от накопленной негатив-ной энергии и зарядки ее энергией позитивной, ис-целяющей.

Вы, вероятно, знаете, что воду необходимо очи-щать. Но мало кто знает, что вода содержит и ин-формационную грязь. Пить такую воду не менее опасно. Это — мертвая вода и это значит, что она несет разрушительный заряд и просто вредна для организма.

Мы с вами будем очищать и заряжать позитив-ной энергией.

Заряжаем воду на здоровье

Простой способ программирования воды благословением

Достаточно зарядить воду позитивными мысля-ми, словами, изображениями и намерениями. Я мо-гу вам сказать, что один из самых эффективных способов заряжать и восстанавливать воду — бла-гословение воды словами «люблю и благодарю».

Как бы просто это ни звучало, сила наших позитивных намерений способна произвести колоссальные изменения в молекулярной структуре воды.

Позитивный энергетический заряд способен стереть из воды память о вредных веществах, которые находились в ней раньше. Он помогает воде вернуть утраченный баланс, приблизить ее к первоначальному, природному состоянию. Оценивая качество воды, мы не должны игнорировать и энергетическую составляющую. Зарядив воду позитивной энергией, мы сделаем ее «живой», а это влечет за собой колоссальную пользу для всех, кто ее пьет.

Усложненный способ программирования воды благословлением

Если же вы хотите повлиять на воду на более глубоком уровне и зарядить ее позитивной энергией, имейте в виду: описанная ниже практика способна творить настоящие чудеса.

Смело берите воду из-под крана. Впрочем, в идеале было бы лучше взять чистую фильтрованную воду: так у вас будет возможность воспользоваться чистотой, которой она уже обладает, и довести ее до совершенства при помощи нужных вибраций.

Порядок программирования:

1. Сядьте так, чтобы вам было удобно, и обхватите двумя руками стакан с водой, которую вы хотите благословить.
2. Держа стакан, поднимите руки и держите их у середины груди. Закройте глаза. Дышите ровно и легко.
3. Четко произнесите, что вы собираетесь вызвать колебания воды для того, чтобы благословить

ее. Затем переместите свое внимание на сердечный центр, находящийся в середине груди. Почувствуйте пять точек света в этой области. Этот свет — символ вашего подлинного «Я».

4. Затем переместите внимание на вашу макушку. Пусть перед мысленным взором возникнет участок чуть выше вашей головы. Представьте себе, что там появляется маленькая светящаяся точка. Вам нужно увидеть у себя над головой маленькую звездочку, которая появляется, словно первая вечерняя звезда на небе, и символизирует всю благодать и чистоту.
5. Итак, вы сосредоточились на двух светящихся точках, в сердце и над головой. Эти точки пляшут в космическом пространстве, словно маленькие звездочки. Представьте себе, как луч, исходящий от звезды у вас над головой, проходит сквозь голову и встречается с лучом, исходящим от сердца. Встретившись, два этих луча смешиваются друг с другом, и у вас в сердце возникает огромная светящаяся сфера. Представьте себе, что из этой сферы рождается неиссякаемый источник любви и благодарности и эта энергия струится по вашим рукам к воде.
6. Свет смешивается с водой, которую вы держите в руках. Представьте себе, как эта чистая энергия выходит из ваших ладоней и попадает в воду. Наполните стакан воды энергией.
7. Теперь вы чувствуете, как формируется вторая такая же светящаяся сфера, которая висит над стаканом с водой, прямо посередине. Она начинает излучать во всех направлениях любовь и благодарность.

8. Три раза произнесите, вслух или про себя, следующие слова:
«Мы благодарны тебе, вода, мы любим тебя, вода, и пусть наша любовь и наше благословение наполнят тебя».
9. Представьте себе, как свет распространяется во все стороны от стакана с водой, так что он уже слился с вашей светящейся сферой.
10. Когда вы почувствовали, что вся вода заполнилась энергией, практику можно закончить.

Ваша вода готова к употреблению. Можно взять несколько капель этой воды, если вы занимаетесь лечением, и добавить их в лекарство, можно дать выпить друзьям или родным, если они больны. Воду можно налить в пульверизатор и распылить по коже или по комнате, чтобы очистить воздух.

Если вы хотите зарядить позитивной энергией сразу большое количество воды, — вам надо просто повторить описанную выше практику, сидя перед емкостью с водой.

Усиливаем действие запрограммированной воды

Следите за тем, чтобы запрограммированная вода не закончилась. Когда воды останется чуть-чуть, добавьте к ней свежую воду и повторите благословение. Чем чаще вы будете его повторять, тем больше и заряженная вода, и сам контейнер будут превращаться в мощное средство для создания позитивно заряженной воды. Проходя мимо воды, можно с ней разговаривать. Да, да, ведь я уже говорила вам, что вода — живая сущность и относиться к ней надо соответственно.

Например, проходя мимо емкости с водой, говорите: «Здравствуй, вода», «Спасибо, тебе, вода», «Ну разве ты не прекрасна?» или «Как на тебя приятно взглянуть!» Даже если вы сами в глубине души сомневаетесь в эффективности этой практики, чем больше уважения вы оказываете воде, тем сильнее становится ее позитивный заряд. Конечно, если вы работаете в офисе, ваши сотрудники могут отнестись к вашим разговорам с водой как к чудачеству. Что ж — тогда просто улыбнитесь воде или произнесите эти слова про себя. Результат будет почти таким же.

Программирование воды изображением

Некоторые известные мне доктор-натуропаты программируют воду при помощи изображения. Это тоже очень простой и эффективный способ.

Вам нужно поставить стакан с водой на фотографию с каким-либо красивым гармоничным изображением. Например, цветок, изображение божества, текст мантры, снимок святого места или духовного наставника. Прекрасно заряжают воду репродукции картин с красивыми пейзажами или возвышенными сюжетами. Этого нехитрого ритуала вполне достаточно, чтобы оказать значительное воздействие на воду, сделать ее целебной, «живой».

Программирование воды словом. Молитвы и заговоры

Самый древний способ — программирование воды при помощи слова. Помните, первым, кто за-

программировал воду, был не кто иной, как Бог-Отец. Он сказал: «Да произведет вода душу живую» — и появилась Жизнь. Человек, единственный из всех земных созданий, владеющий даром слова, тоже может программировать воду для решения своих проблем.

Воду можно программировать двумя способами: с помощью молитвы и с помощью заговора.

ВНИМАНИЕ!

Над одной и той же водой читаются только молитвы или только заговоры! У воды, над которой произнесли молитву, действие постепенное, и не заметное сразу, но зато эффект от нее сохраняется надолго. Наговоренная вода действует мгновенно, но ее нужно приготавливать чаще. Через неделю она теряет нужную информацию, поэтому приготавливать эту воду нужно раз в трисемь дней.

Как совершить обряд

Вам понадобится деревянная лопаточка, две емкости — одна маленькая (стакан или блюдечко), другая — большая. В большую емкость должно помещаться столько воды, сколько вам нужно для решения своей проблемы. Эта емкость может быть металлической, стеклянной, деревянной или керамической — с достаточно широким горлышком. Пластиковую посуду брать не рекомендуется.

Не ешьте и не пейте непосредственно перед проведением ритуала наговаривания на воду. Женщинам лучше стереть косметику, одежда должна быть самой простой, при наговаривании лучше всего быть босиком, снять украшения. На теле должен

быть крестик. В помещении, где будет производиться наговаривание, должна быть открыта форточка, в идеале — окно.

Налейте немножко воды в блюдечко или стакан, а рядом поставьте емкость с остальной водой. Поднесите стакан ко рту и начинайте произносить заговор или молитву. Для программирования воды достаточно однократного произнесения, но в некоторых случаях нужно наговаривать тринадцать раз. Так как некоторые заговоры и молитвы достаточно длинные, перепишите текст нужного наговора на отдельный лист и установите перед собой на уровне глаз. Можно прикрепить лист на стенку. Стакан с водой крепко держите обеими руками. Произносить заговор или молитву нужно вполголоса, но очень четко, в едином ритме. Нельзя путать слова или сбиваться: иначе кристаллы получатся неровными, и вода нужного эффекта не произведет. Очень важно в этот момент не думать ни о чем дурном. При программировании воды нужно быть в хорошем расположении духа.

После «начитки» заряженную воду вылейте в емкость с остальной водой. Возьмите деревянную лопаточку и начинайте перемешивать воду — сначала медленно, затем все быстрее и быстрее. Мешать нужно так, чтобы на поверхности образовалась большая воронка. Перемешивайте непрерывно в течение 12 минут. Этого времени достаточно, чтобы вся вода стала запрограммированной.

Для излечения болезни рекомендуется программировать всю воду, которую потребляет больной. На этой воде нужно готовить пищу, заваривать чай, ею следует обмываться. Для достижения иных целей воды требуется меньше.

Лучшее время для проведения обряда

Самые лучшие дни для проведения ритуала наговаривания на воду — легкие, то есть вторник, четверг или суббота. Наиболее подходящее время — ночь, причем время выбирается или ближе к полночи, а еще лучше в самую полночь, или рассветное — 5–6 часов утра. Это объясняется тем, что вода в это время энергетически нейтральна, потому что подвергается наименьшему воздействию, — ведь жизнь ночью замирает. Но если вам необходимо провести ритуал днем, это также возможно.

* * *

Заговорные слова — старинные, они пришли к нам из глубины веков. Какие-то есть, конечно, и «помоложе», а какие-то совсем древние. Самое главное — использовать их во благо людям. И я вот теперь решила, что самое большое благо — это дать вам, мои дорогие, заветные слова. Чтобы вы могли сами ими распоряжаться на свое усмотрение.

Программирование воды молитвой

Тексты молитв над водой для исцеления болезней

Молитва об исцелении архангелу Рафаилу

О, святой великий архангеле Рафаиле, Престолу Божию предстояй! Ты, благодатию от всемогущаго врача душ и телес наших тебе данною, праведнаго мужа Товита от слепоты телесныя исцелил еси, и сына его Товию, спутешествуя ему, от злого духа

сохранил еси. Всеусердно молю тя, буди мне путеводитель в жизни моей, сохрани от всех видимых и невидимых враг, исцели душевныя и телесныя болезни моя, управи жизнь мою к покаянию во гресех и ко творению добрых дел. О, святыи великий Рафаиле архангеле! Услыши молящегося тебе и сподоби в здешней и будущей жизни благодарити и славити общаго Создателя нашего в бесконечные веки веков. Аминь!

Архангелам Рафаилу и Михаилу **Тропарь, глас 4:**

Небесных воинств Архистратизе, молим тя присно мы недостойнии, да твоими молитвами оградиши нас кровом крил невестественныя твоя славы; сохраняюще нас, припадающих прилежно и вопиющих: от бед избави нас, яко чиноначальник вышних сил.

Кондак, глас 2-й:

Архистратизи Божии, служителие Божественным славы, Ангелов начальниче, и человеков наставницы полезное нам проси и велию милость, яко безплотных Архистратизи.

Священномученику Ермолаю, наставнику **Пантелеимона, иерею Никомидийскому**

О, преславный священномучениче Ермолае и скорый помощниче христианом в болезнях! Верую от всея души и помышления, яко дадеся тебе от Господа дар болящия врачевати и расслабленныя укрепляти. Сего ради к тебе, яко благодатному врачу болезней, аз немощный прибегаю и, твой досточтимый

образ с благоговением лобызая, молюся: твоим предстательством у Царя Небесного испроси мне болящему исцеление от удручающих мя болезни, аще бо и недостойн есмь тебе, благостнейшаго отца и приснаго заступника моего, но ты, быв подражатель человеколюбия Божия, сотвори мя достойна твоего заступления чрез мое обращение от злых дел к благому житию, уврачай обильно дарованною тебе благодатию язвы и струпы души и тела моего, даруй ми здравие и спасение и во всем благое поспешение, да тако, тихое и безмолвное житие пожив во всяком благочестии и чистоте, сподоблюся со всеми святыми славить Всесвятое имя Отца и Сына и Святаго Духа. Аминь.

Преподобному Сампсону странноприимцу

Яко врача всеизрядна и молитвенника благоприятна, к раце твоей притекающе, Сампсоне богомудре преподобне, сошедшеся любовию, псалмы и песньми, радуящися, Христа прославляем, таковую тебе благодать подавающа исцелений. Молитва: О, теплый молитвенниче, благостный отче, преподобне Сампсоне! Моли Бога о мне, грешнем, и низпосли от Всеблагаго Владыки помощь ми и избавление, привременна бо есть жизнь моя и исполнена труда, скорбей и болезней. Укрепи сердце мое, да возмогу понести тяготу мою, и не попусти, да превозмогут искушения многая моя малыя силы, но споспешествуй мне заступлением твоим и посреде обстояний и бед управи путь мой в Царство Небесное, да славлю Прославльшагося в тебе Господа во веки. Аминь.

Молитва Архистратигу Михаилу

Небесных воинств Архистратизе, молим тя присно мы недостойнии, да твоими молитвами оградиши нас кровом

крил невестественныя твоя славы; сохраняюще нас, припадающих прилежно и вопиющих: от бед избави нас, яко чиновначальник вышних сил.

Кондак, глас 2-й:

Архистратизи Божии, служителие Божественным славы, Ангелов начальниче, и человеков наставницы полезное нам проси и велию милость, яко безплотных Архистратизи.

Мученику Трифону

О, святой мучениче Христов Трифоне, скорый помощниче всем, к тебе прибегающим, и молящимся пред святым твоим образом, скоропослушный предстателю! Услыши убо ныне и на всякий час моление нас, недостойных рабов твоих, почитающих святую память твою, и предстательствуй о нас пред Господем на всяком месте, ты бо, угодниче Христов, святой мучениче и чудотворче Трифоне, в великих чудесех возсиявый, прежде исхода твоего от жития сего тленнаго молился еси ко Господу и испросил у Него дар сей: аще кто в коей-либо нужде, беде, печали и болезни душевной или телесной призывати начнет святое имя твое, той да избавлен будет от всякаго прилога злаго, и якоже ты иногда дочь цареву, во граде Риме от диавола мучиму, исцелил еси, сице и нас от лютых его козней сохрани во вся дни живота нашего, наипаче же в день страшный последнего нашего издыхания предстательствуй о нас, буди нам тогда помощник, и скорый прогонитель лукавых духов, и к Царствию Небесному предводитель, идеже ты ныне предстоиши с лики святых у Престола Божия, моли Господа, да сподобит и нас причастниками быти присносущнаго веселия и радости, да с тобою купно удостоимся славити Отца и Сына и Святаго Утешителя Духа во веки веков. Аминь.

Преподобному Иову Почаевскому

Возсия от спуда земнаго сокровище нетленное мощей твоих, Угодниче Божий, яко, благочестно пожив в вере Христа Бога нашего, достигл еси добродетелей совершенства, и, оставив сладость жития преходящаго, в пещере горы Почаевския в пощениих, молитвах и трудах свято подвизался еси, и теми тело твое увядил еси. Ныне же, пришед к Богу в безмятежный и вечный покой, молишися о всех с верою к тебе прибегающих. Радуйся, Иове, преславный угодниче Божий и обители Почаевския украшение.

Молитва:

О, всесвятый и преславный угодниче Божий, преподобне отче наш Иове, присный о нас ко Господу молитвенниче и теплый предстателю о душах наших, к тебе всеумиленно ныне притекаем, и поминающе подвиги и чудеса твоя, яже сотворил еси и твориши на земли, просим и молим твою благостыню: якоже твердо и неизменно потрудился еси в вере Христа Бога нашего, и сию до конца в себе и во всех присных твоих целу и невредиму сохранивый от всяких приражений вражиих и ересей тлетворных, сице и нас в Православии и единомыслии укрепи, отгоняя молитвами твоими всякую тьму неверия и неправомыслия от сердец и помышлений наших; послуживый Господу и Богу твоему делы благими и неизреченным самоотвержением в трудах, бдениих и пощениих, настави нас на путь всякия добродетели и благостыни, избавляя от искушений и грехов, удаляющих нас от Бога и повергающих в бездну зла все житие наше; явивыйся иногда с Пречистою Девею Богородицею верху горы Почаевския во спасение обители твоя от нашествия и обложения агарянского, и ныне ускори на помощь всей православней и боголюбивей державе нашей противу всех врагов наших внешних и внутренних, утверждая мир и тишину в земли нашей, да твоими молитвами и предстательством тихое и безмолвное

житие проживем во всяком благочестии и чистоте; и всем, к тебе притекающим, и припадающим к к раце честных и многоцелебных мощей твоих и твоея помощи и заступления требующим неоскудная милости независтно подавая, не остави и нас, сирых и беспомощных, тебе молящихся, избавляя от всякия скорби, гнева и нужды, от глада, губительства, труса, потопа, огня, меча, нашествия иноплемени и междоусобных брани. Ей, угодниче Божий, призри милостивно от Престола Царя славы, Емуже ты ныне предстоиши со архангелы и ангелы и со всеми святыми, на обитель твою сию Почаевскую, еюже ты древле мудро правил еси, наздав ю всехвальным и дивным житием твоим, и сохрани ю молитвами твоими, и всякий град, и страну, и всех отовсюду, на мори и на суши, в пустынях и в злочлукениях многообразных тебе призывающих, от всех зол видимых и невидимых, да, тако твоею помощию и ходатайством спасаеми, в вещь сем и по скончании живота нашего сподобимся купно с тобою славить и воспевать Всечестное имя Отца и Сына и Святаго Духа во веки веков. Аминь.

Святому и праведному Иоанну Кронштадтскому

О, великий угодниче Христов, святыи праведный отче Иоанне Кронштадтский, пастырю дивный, скорый помощниче и милостивый предстателю! Вознося славословие Триединому Богу, ты молитвенно взывал: «Имя Тебе — Любовь: не отвергни меня заблуждающагося; Имя Тебе — Сила: укрепи меня изнемогающаго и падающаго; Имя Тебе — Свет: просвети душу мою, омраченную житейскими страстями; Имя Тебе — Мир: умири мятущуюся душу мою. Имя Тебе — Милость: не переставай миловать меня». Ныне благодарная твоему предстательству всероссийская паства молится тебе: Христоименитый и праведный угодниче Божий! Любoвию твоею озари нас, грешных и немощных, сподоби нас

принести достойные плоды покаяния и неосужденно причащаться Святых Христовых Таин; силою твоею веру в нас укрепи, в молитве поддержи, недуги и болезни исцели, от напастей, врагов видимых и невидимых избави; светом лика твоего служителей и предстоятелей Алтаря Христова на святые подвиги пастырского делания подвигни, младенцам воспитание даруй, юность настави, старость поддержи, святыни храмов и святые обители озари; умири, чудотворче и провидче преизряднейший, народы страны нашей, благодатию и даром Святаго Духа избави от междоусобных брани, расточенные собери, прелыщенные обрати и совокупи Святей Соборной и Апостольской Церкви; Милостию твоею супружества в мире и единомыслии соблюди, монашествующим в делах благих преуспеяние и благословение даруй, малодушных утешь, страждущих от духов нечистых свободи, в нуждах и обстоятельствах сущих помилуй и всех нас на путь спасения настави. Во Христе живый, отче наш Иоанне! Приведи нас к невечернему свету жизни вечной, да сподобимся с тобою вечного блаженства, хваляще и превозносяще Бога во веки веков. Аминь.

Святителю Спиридону чудотворцу, епископу Тримифунтскому

Любовию Христовою уязвився, священнейший, ум вперив зарею Духа, деятельным видением твоим деяние обрел еси, Богоприятне, жертвенник Божественный быв, прося всем Божественного сияния.

Молитва

О, великий и пречудный святителю Христов и чудотворче Спиридоне, Керкирская похвале, вся вселенная светильнике

пресветлый, теплый к Богу молитвенниче и всем, к тебе прибегающим и с верою молящимся, скоропредстательный заступниче! Ты веру Православную на Никейском Соборе посреде отцев преславно изъяснил еси, ты единство Святыя Троицы чудесною силою показал еси и еретиков до конца посрамил еси. Услыши, святителю Христов, нас грешных, молящихся тебе, и сильным твоим предстательством у Господа избави нас от всякого злаго обстояния: от глада, потопа, огня и смертоносных язвы. Ты бо во временней жизни своей от всех сих бедствий избавлял еси люди твоя: от нашествия Агарян и от глада страну твою сохранил еси, царя от неисцельного недуга избавил и многая грешники к покаянию привел еси, за святость же жития твоего ангелы невидимо в церкви поющие и сослужащая тебе имел еси. Сице убо прослави тебе, верного Своего раба, Владыка Христос, яко вся тайная человеческая деяния дарова тебе разумети и живущия же неправедно обличати. Многим, в скудости и недостаточестве живущим, ты усердно помогал еси, люди убогия изобильно во время глада напитал еси, и иная многая знамения силою в тебе живущаго Духа Божия сотворил еси. Сице и нас не остави, святителю Христов, поминай нас, чад своих, у Престола Вседержителя, и умоли Господа, да подаст многих наших грехов прощение, безбедное и мирное житие да дарует нам, кончины же живота непостыдные и мирныя и блаженства вечнаго в будущем веце сподобит нас, да непрестанно возсылаем славу и благодарение Отцу и Сыну и Духу Святому, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

**Святому великомученику и целителю
Пантелеимону молитва вторая,
наедине от лица болящего читаемая**

О великий угодниче Христов, страстотерпче и врачу, многомилостивый Пантелеимоне! Умилосердися надо

мною, грешным рабом, услыши стенание и вопль мой, умилостиви небеснаго, верховнаго Врача душ и телес наших, Христа Бога нашего, да дарует ми исцеление от гнетущаго мя недуга. Приими недостойное моление грешнейшаго паче всех человек, посети мя благодатным посещением, не возгнушайся греховных язв моих, помажи елеем милости твоея и исцели мя; да, здрав сый душею и телом, остаток дний моих, благодатию Божию, возмогу провести в покаянии и угождении Богу и сподоблюся восприятьи благий конец жития моего. Ей, угодниче Божий! Умоли Христа Бога, да предстательством твоим дарует ми здоровье телу и спасение души моей. Аминь.

Святому великомученику и целителю Пантелеимону

Святый великомучениче и целителю Пантелеимоне, Бога милостиваго подражателю! Призри благосердием и услыши нас, грешных, пред святою твоею иконою усердне молящихся. Испроси нам у Господа Бога, Емуже со Ангелы предстоиши на небеси, оставление грехов и прегрешений наших: исцели болезни душевныя же и телесныя рабов Божиих, ныне поминаемых, зде предстоящих и всех христиан православных, к твоему заступлению притекающих: се бо мы, по грехом нашим люте одержимы есмы многими недуги и не имамы помощи и утешения: к тебе же прибегаем, яко дадеся ти благодать молитися за ны и целити всяк недуг и всяку болезнь; даруй убо всем нам святыми молитвами твоими здоровье и благомощие души и тела, преспеяние веры и благочестия и вся к житию временному и ко спасению потребная, яко да, сподобившись тобою великих и богатых милостей, прославим тя и Подателя всех благ, дивнаго во святых, Бога нашего, Отца, и Сына, и Святаго Духа. Аминь.

Пресвятой Богородице перед Ее иконой “Всех скорбящих радость”

О, Пресвятая Владычице Богородице, Преподобная Мати Христа Бога Спасителя нашего, всех скорбящих Радосте, больных посещение, немощных покрове и заступнице, вдовиц и сирых покровительнице, матерей печальных всенадежная утешительнице, младенцев немощных крепосте, и всем беспомощным всегда готовая помощь и верное прибежище! Тебе, о, Всемиловитая, дадеся от Всевышняго благодать во еже всех заступати и избавляти от скорби и болезней, зане Сама лютыя скорби и болезни претерпела еси, взираючи на вольное страдание Сына Твоего возлюбленного и Того на кресте распинаема зрящи, егда оружие, Симеоном предреченное, сердце Твое пройде. Темже убо, о Мати чадолюбивая, вонми гласу моления нашего, утеши нас в скорби сущих, яко верная радости Ходатаица: предстоящи престолу Пресвятыя Троицы, одесную Сына Твоего, Христа Бога нашего, можеши, аще восхощеши, вся нам полезная испросити. Сего ради с верою сердечною и любовью от души припадаем к Тебе яко Царице и Владычице и псаломски вопити Тебе дерзаем: слыша, Дщи, и виждь, и приклони ухо Твое, услыши моление наше, и избави нас от обстоящих бед и скорбей; Ты бо прошения всех верных, яко скорбящих радость, исполняеши, и душам их мир и утешение подавши. Се зриши беду нашу и скорбь: яви нам милость Твою, пошли утешение уязвленному печалию сердцу нашему, покажи и удиви на нас грешных богатство милосердия Твоего, подаждь нам слезы покаяния ко очищению грехов наших и утолению гнева Божия, да с чистым сердцем, совестию благою и надеждою несумненною прибегаем ко Твоему ходатайству и заступлению: приими, всемиловитая наша Владычице Богородице, усердное моление наше Тебе приносимое, и не отрини нас, недостойных, от Твоего благосердия, но подаждь нам избавление от скорби и болезни, защити нас от всякого навета вражия и клеветы

человеческая, буди нам помощница неотступная во все дни жизни нашей, яко да под Твоим матерним покровом всегда пребудем цели и сохранена Твоим заступлением и молитвами к Сыну Твоему и Богу Спасителю нашему, Ему же подобает всякая слава, честь и поклонение, со безначальным Его Отцом и Святым Духом, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Икону необходимо поставить рядом с сосудом с водой.

Программирование воды заговорами

Знахари и ворожеи всегда давали тем, кто обращался к ним за помощью, наговоренную водичку. С ее помощью люди исцелялись от болезней, возвращали любимых, успокаивали детей, очищали дом, избавлялись от порчи и сглаза.

Но бывало и так, что посредством наговоренной воды людям вредили: насылали порчу, болезнь и даже смерть.

Запрограммированная «нашептыванием» вода может нести как добро, так и зло, в зависимости от той программы, которую в нее заложил наговаривающий человек. Тема нашей книги — оздоровление с помощью воды. Поэтому мы с вами сегодня остановимся на заговорах добрых, исцеляющих.

Сила заговорного слова

Для начала разберемся в том, что же такое заговоры и чем они отличаются от обычных слов, которые ежедневно произносит человек?

Во-первых, каждый из нас знает, что заговоры — это древнее, пришедшее к нам из глубины веков магическое знание. Происхождение большинства заговоров ученые относят к древнейшим временам,

когда для людей весь окружающий мир был живым, одушевленным. Одушевленными же были и болезни, поэтому, чтобы вылечить человека, болезни надо было испугать, смыть, состричь, смахнуть, одним словом — прогнать от больного. По мнению ученых, древнейшим заговором был заговор-приказ. Приказывает знахарь болезни уйти прочь, и она должна его послушаться, оставить недугующего. Более поздние заговоры уже были сложнее и строились на аналогии действий: «Как сохнет сушок, так пусть чирей засохнет».

Письменный текст самого древнего из зафиксированных заговоров относится к XII веку. Он был обнаружен на берестяном свитке при раскопках древнего Новгорода.

Основными носителями заговорной традиции были знахари, умение заговаривать передавалось из поколения в поколение. До сих пор в деревнях чуть ли не любая старушка «по старой памяти» знает один-два заговора, чтобы избавиться от болезни или восстановить мир да лад в семье.

Заговорить можно предмет, вещь, часть тела, человека, дорогу, но чаще всего знахарь шепчет заговор на воду, а уж потом заговоренная вода сама начинает действовать, влиять на «нужного» человека.

Что нужно знать, чтобы заговаривать воду

Чтобы у вас все получалось, как вы задумали, нужно совсем немного. Никаких посвящений и передачи «магического дара» не потребуется. Запомните о следующем:

Каждый наговор сопровождается особым ритуалом — действиями, которые помогают воде «впитать» нужную информацию.

Внимательно ознакомьтесь с тем, что вам предстоит сделать, и не отклоняйтесь от инструкции! Я все подробно расписала, когда, как и что делать.

Слова каждого наговора нужно произносить неспешно, тщательно повторяя именно те словесные формулы, которые даны в книге. Потому что действуют они только в таком виде. Не надо пересказывать наговор «своими словами». Не можете наизусть запомнить — по бумажке или по книжке читайте. Если что-то напутаете, не сработает.

Заговор всегда произносится шепотом: считается, что он должен быть услышан только тем, к кому обращен (чаще всего, самой болезнью), а «лишние уши» могут только испортить дело — ослабить энергетическое действие произносимых слов.

Наговоры делайте только на добро. Не пытайтесь нигде узнавать тексты «черных» ритуалов — порчи, наведения проклятий и всего такого. Я специальную защиту поставила на книгу: если вы вдруг узнаете где-то «черные» слова и захотите их применить, то мало того, что у вас ничего не выйдет, но еще и «белые» заговоры, которые вы захотите взять в моей книге, у вас перестанут действовать. Помните об этом и не ищите способов сделать кому-то гадость. Лучше думайте, как свои дела поправить, как себе и своим ближним помочь. А с плохими людьми Бог разберется.

Наговоры делайте только на то, что действительно хотите. А не на «всякий случай» или чтобы проверить, работают они или нет. Человеку дается всегда то, чего он явственно желает, — пустяк ли, большое ли что-то и важное. Никого не перехитрите, если станете проверять это. Нужно непременно хотеть всей душой того, над чем работаете.

Явственно представляйте себе при произнесении заговора, как изменится ваша жизнь, когда все исполнится. Заранее радуйтесь этим изменениям. Ждите их и зовите. Они непременно придут.

Заговоры над водой на здоровье. Тексты.

Заговор от всех болезней

Заговоренную воду нужно пить натошак каждое утро и несколько раз в течение дня.

Стану я раба Божья (имярек) благословясь, пойду перекрестясь из дверей в двери, из ворот в ворота на чисто поле, на океан-море. На океане-море стоит престол, на этом престоле стоит матушка Пресвятая Богородица. Матушка Пресвятая Богородица, сними с рабы Божьей (имярек) ветреный перелом, чтобы у рабы Божьей (имярек) не было уроку, ни ломоты, ни испугу, ни ветреного перелому. Аминь.

Заговор от разных болезней

Над водой водят рукой, наговаривают три раза. Затем воду пьют или втирают в больное место.

Черчу, зачерчиваю от белах грудницы, красном рожи, от залотух, от кумчуга, от ветряных скул. С ветру пришел и к ветру ушел. Аминь.

Заговор от разных детских болезней

Заговоры магически действуют на ребенка. Пальчиком малыша водят над водой и приговаривают три раза:

Сойди с (имярека) болезнь на зверя, на листок, на сухой кусток, на пустую бочку, на болотную кочку, очисти тело у (имярека). Крепко. Аминь. Аминь. Аминь.

Воду нужно дать младенцу выпить.

Чтобы ребенок рос крепким и здоровым

Приготовьте две чашки с водой из природного источника или из церкви. Одну чашку поставьте перед окном, выходящим на северную сторону, другую — на восток. Встаньте перед первой чашкой и зажгите свечку. Затем опустите ее в воду.

Нужно трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Сглаженный, изгаженный, скинь, опрокинь на того, кто тебя сглаживал и изгаживал.

Этой водой омойте дитя. Затем подойдите ко второй чашке и бросьте в воду три щепотки соли, говоря шепотом такие слова:

Свет-батюшка, Божья матушка, мне помогите, с раба Божьего (имя) сглаз снимите. Аминь.

Затем умойте дитя этой наговоренной водой, три раза сбрызнув его головку.

Наговоры при недомогании ребенка

Выполнять наговор в 6–7 часов вечера. Чашку поставить как можно выше, чтобы она доходила до вашего лица. Приблизившись к ней, обхватить ее руками. Нужно трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону (ее вы найдете в разделе молитв), далее такой текст заговора:

Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Как мать сыра земля не боится ни стуку, ни бряку, так не боялся бы малый младенец (имя), ни щипоты, ни ломоты, ни заботы, ни утренния, ни вечерния, ни от волхва, ни от волхвуньи, ни от колдуна, ни от колдуньи, ни от двоеженца, ни от троеженца, ни от двоевласа, ни от троевласа, ни от двоезуба, ни от троезуба, ни от сивова, ни от синева, ни от черного, ни от черемного, ни от старого, ни от больного, ни от малого. Будьте мои слова крепки, лепки, долговеки и памятны, крепче крепкого камня, вострее вострыя сабли и жарче жаркого огня. И кой меня учитель учил и коих слов не доучил, все будьте и станьте, ключом заперты, ключ в море, замок на небеси. Во веки веков. Аминь.

После этого дать ребенку выпить три капли воды, можно добавить ее в компот или чай. Так поить ребенка каждый час всего девять раз. После каждого приема воды нужно сбрызгивать лицо ребенка наговоренной водой. То же самое сделать на ночь. При этом обрызгать водой постель и пяточки ребенка. Наутро он проснется здоровым.

Наговор при воспалении легких у ребенка

Выполняется вечером перед закатом солнца, но не очень поздно. Обращаемся взором на восток. В чашку с водой положить ножик. Чашку ставим повыше, чтобы над ней склонялась только голова.

Нужно трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Ты же, булатный нож, в воде не тонешь, в огне не горишь. Пересеки, переруби все боли, от воспаления избавь, и кашель пресеки, дыхание очисти. Все Святые, пособите, помогите, всех лукавых отгоните с белого тела, с раба Божьего (имя), отныне и во веки веков. Аминь.

После этого дать выпить ребенку девять капель воды, добавленной в напиток. Сбрызнуть его лицо и область груди.

Перед сном повторить. На следующий день самочувствие должно улучшиться. Наговор на воду повторить через 3 дня.

Наговор от детских простуд

Воду лучше брать в церкви на Страстной неделе или набрать в природном источнике на расвете. Чашку поставить на окно перед заходом солнца.

Нужно трижды прочесть «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Детское тело, ангельская душа, пред Спасителем невинная и в страданиях безвинная. Очистись и окрепни. Аминь.

Сбрызните дитя наговоренной водой.

При ночном недержании мочи у ребенка

Сесть спиной к северу, чашку поставить на высокую подставку, обхватив ее руками.

В комнате должно быть темно. Возьмите три спички и зажигайте их по очереди, дожидаясь, пока каждая догорит. Затем сдувайте пепел в чашку с водой.

Нужно трижды прочесть «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Ехал Иисус Христос на вороном коне, держал ниточку-шелковиточку, ниточка оборвись, у раба Божьего (имя) кровь и страх приостановись. Огонь погас. Иисус Христос при нас. Пресвятая Богородица, спаси нас.

Сосчитав до девяти, дать ребенку выпить три глотка наговоренной воды, затем сбрызнуть его лицо, ручки, ножки и все тело. После этого намочить детские трусики в этой воде, дать им высохнуть, а наутро надеть на ребенка. Ночное недержание мочи пройдет.

Наговор от детского крика, чтобы ребенок хорошо спал

Воду налить в стеклянный сосуд с широкой горловиной, поставить в светлом углу, самым образом на восток. Бросить в сосуд щепотку соли и кусочек черного хлеба, поклониться воде.

Нужно трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Утренняя заря — Марья, вечерняя — Прасковья, полночная — Акулина. Вы, зарницы, три сестрицы, возьмите с раба Божьего (имя) рев ревучий, крик крикучий, денной, полуденный, утренний, вечерний. Возьмите, понесите за темные леса, за крутые горы, за желтые пески. Летите, ревите за младенца (имя) куры и петухи. Аминь!

После этого искупайте ребенка в ванночке, куда добавьте восемьдесят столовых ложек наговоренной воды. Сбрызните постель ребенка, его одеяло, подушку и простынку. Наутро умойте лицо и ручки ребенка этой водой.

Заговор на успокоение нервов

Заговоренную воду больному нужно пить каждый час в течение 3 дней.

Цветы Божии, цветы крепкие бессмертные! Помилуйте, Господи, укрепите нервы рабе Божьей (имярек). Стану я, раба Божья (имярек), благословясь, пойду, перекрестясь, из дверей в двери, из ворот в ворота, на восток в подвосточную сторону. Стоит на востоке в киян-море престол, на том престоле стоит матушка Пречистая, Пресвятая Богородица, прикрой своей нетленной ризой рабу Божью (имярек) от урока, от призора, от порчи, от испуга, от одноглазого, от лысого, от черногочерного, от двоеглазого, от бабы-пустоволоски. Будьте, слова мои, крепки и лепки, крепче булатного камня. Аминь.

Наговор при болезнях сердца

Для этого наговора понадобятся три спички с коробком и немного соли. Приготовьте все это заранее.

Трижды прочитайте «Отче наш», потом молитву святителю Пантелеимону. Затем охватите края банки ладонями и сосредоточьтесь. Читать наговор нужно три раза тихим голосом, но не шепотом:

Не я лечу, не я заговариваю, а Божья Матушка. Она лечит, умывает, заговаривает. Господа Бога на помощь призывает с Ангелами, с Архангелами, с Небесными Силами, с Господней зарей, с вечерней звездой. Боль-хвороба, отойди от меня на тысячу дорог, на тысячу полей, где скот не гуляет, где люди не ходят. А здесь святая дорожка на святом месте и Святым Духом ограждена. Господи, спаси и сохрани раба Божьего (имя). Аминь, аминь, аминь.

Затем бросьте в чашку с водой щепотку соли. После этого зажгите спички и дайте им догореть.

Сгоревшие спички тоже бросьте в воду, произнося просьбу об исцелении:

Вода-водица, помоги мне исцелиться, вылечи сердце, дай силы и здоровья, я знаю, ты все можешь, и верю в тебя.

Приготовленную таким образом воду пьют три раза в день с равными промежутками по пять глотков. Выпив воду, сбрызгивают ей все тело, стараясь попасть на область сердца. На ночь наговоренной водой сбрызгивают постель и умывают лицо.

Наговор от сердечных приступов

Выполнять наговор в четверг, обращаясь на восток, обязательно при заходе солнца.

Трижды прочитайте «Отче наш», потом молитву святителю Пантелеимону. Далее надо прочитать наговорные слова нараспев и не останавливаясь:

Встану я, раб Божий (свое имя), благословясь, и пойду, перекрестясь; умоюсь утренней росой, утрюсь тонким белым полотном и пойду из избы в двери, из дверей в ворота, под восточную сторону к окиану-морю. На том окиане-море стоит Божий остров, на том острове лежит белгорюч камень Алатарь, а на том камне — святой пророк Илья с Небесными Ангелами. Молюсь я тебе, святой пророк Божий Илья, пошли тридцать Ангелов в златокованом платье с луком и стрелами, да отбивают и отстреливают от (имя) уроки и призоры, и притки, щипоты и ломоты, и ветроносную язву туда, куда крылатая птица отлетает, на черные грязи, на топучие болота, и встречно и поперечно, стамово и ломово — на молодую, на ветхую и на перекрое месяца.

Выпить девять глотков воды, остальной водой обрызгать себе лицо и грудь.

Наговор от высокого давления

Воду для наговора налить в стеклянный сосуд с широкой горловиной (можно банку). Поставить сосуд на стол, в северном углу комнаты. Покрыть белой тканью голову, прочитать трижды «Отче наш», потом молитву святителю Пантелеимону. Затем сказать:

Встал раб Божий (имя), благословясь, и пошел, перекрестясь, из избы дверьми, из двора воротами, да вышел в чистое поле. В чистом поле есть сине море, на том синем море тихая заводь, в той тихой заводи плавает серый гоголь, на том на сером гоголе не держится ни вода, ни роса. Так же на рабе Божиим (имя) не держались бы ни уроки, ни призоры, ни лихие оговоры, ни ветрены прострелы и не ночные переполохи. Во веки веков, аминь.

Прочитав, окатить наговоренной водой себя или больного человека с головы до ног.

Наговор от кровотечения из носа

Наберите воду поздним вечером. Наутро поставьте чашку с водой у окна. Повернитесь лицом на север. Трижды прочитайте «Отче наш», потом молитву святителю Пантелеимону.

Возьмите пригоршню любой травы (можно купить в аптеке целебную траву). Бросьте траву в воду левой рукой, не глядя. Затем пристально посмотрите в воду, считая до девяти. Когда вода успокоится, прочитайте на нее наговорные слова очень тихим голосом:

Вода-вода, а в воде трава, которую не садили, не сеяли, исполни божье веление, мне на исцеление. Аминь.

Смочите в воде тряпицу, приложите к носу. Затем омойте водой лицо. Повторите лечение через 6 часов.

Наговор от болезней вен (варикоз)

Нужно набрать воду из природного источника на рассвете. Идти домой, не оглядываясь, дома сразу же поставить ее у окна, а окно или форточку открыть. Через 3 часа проводите ритуал. Трижды прочитайте «Отче наш», потом молитву святителю Пантелеимону.

Затем не глядя бросьте в воду кусочек хлеба, высыпьте щепотку соли. После этого смотрите в воду, пристально и негромко говорите:

Святые мощи не болят, а у раба Божьего (имя) вены исцелят. Не болят руки, не болят ноги, все сосуды и сосудики. Как святые мощи не болят, так и у раба Божьего (имя) они болеть не будут. Аминь.

Как следует омойте ноги в наговоренной воде, и не вытирая их, обсушите на воздухе.

Наговор от глубокого тромбофлебита конечностей

Воду надо поставить на стол или другое возвышенное место в глубокой посуде с широкой горловиной, лучше в миске или маленьком тазике. Наговаривать вечером после захода солнца, обращаясь на восток.

Трижды прочитайте «Отче наш», потом молитву святителю Пантелеимону. Затем тихо и певуче поизнесите:

Река бежит, на месте не стоит. Кровь, по венам беги, на месте не стой, в ногах не ной. В узлы не вяжись, не мучай раба Божьего (имя), чтоб он не страдал, болезни жильной не знал. Аминь.

Следует ополоснуть ноги наговоренной водой.

Наговор от инфекционных заболеваний в период эпидемии (гриппа и др.)

Наговор читается три раза до восхода солнца, обратившись на восход. Станьте перед чашкой с водой, обхватив ее руками, трижды прочитайте «Отче наш», затем молитву святителю Пантелеимону. Потом внятно, но тихо произнесите:

Пойду, благословясь, из избы дверями в сени, из сеней во двор, из двора в ворота, под красное солнышко, под чистое поле, в чистом поле стоит святая Божья церковь. Сами царские двери растворяются, сам раб Божий (имя) заговаривается от инфекций, от болезней, от бацилл и вирусов. Кто на меня лиху насылает, тот считай в лесе лесок, в море песок, а на избе звезды, во веки веков, аминь.

Затем нужно выпить половину стакана, остальной водой хорошо умыться до пояса.

Заговор от ангины

Читать на воду, которую потом дать выпить больному.

Раз береза,
Два береза,
Три береза,
Четыре береза,

Пять береза,
Шесть береза,
Семь береза,
Восемь береза,
Девять береза
С сучьями и листьями,
Раба Божия (имярек) проглотила.
Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь.

Заговор от зубной боли

Дождаться, когда на небе будет молодая луна и трижды наговорить на воду. Эту воду потом пить или полоскать ей больной зуб.

— Месяц млад, за морем за океаном был?

— Был.

— Мертвеца видел?

— Видел.

— Как у этого мертвеца не болят ни зубы, ни губы, ни десна, так чтоб и у (имярека) не болели ни зубы, ни губы, ни десна.

Аминь.

Наговор от гепатита

Наберите воду на рассвете, дайте отстояться 3 часа, затем поставьте чашку перед окном. Обратитесь к востоку, трижды прочитайте «Отче наш», потом молитву святителю Пантелеимону. Склонитесь над водой, говоря полупшепотом:

Стань, каким был Святой Павел Заступник, Святой Пантелеимон Целитель, Святой Михаил Освободитель,

Святой Георгий Победитель, исцелите, освободите, болезнь раба Божьего (имя) победите. Аминь.

Обрызгайте этой водой себя с головы до пят три раза. Вечером повторите процедуру.

Наговор от гниющих ран

Поставить чашку с водой в светлом месте на высокую подставку. Взять буханку ржаного хлеба, отломить кусок и хорошо размять в руках. Затем опустить этот размякший кусок хлеба в чашку с водой, трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону и произнести наговорные слова:

Не гори, рана, не боли. Ни с кровью, ни с гноем. Очисть, хлеб Божий, тело раба Божья (имя). Аминь.

Омыть рану этой водой.

Наговор от ухудшения зрения

В помещении, где выполняется ритуал, никого, кроме говорящего человека, не должно быть. Наговор выполнять в полночь, окна занавесить, свет не включать, а поставить возле чашки с водой только три свечи. Зажечь их непосредственно перед тем, как будете читать молитвы, трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону. Затем поклониться воде и, взяв свечу в левую руку, произнести наговорные слова

Заря Марья настает, солнце-батюшка встает из-за рек быстрых, слез солнечных, глаз незрячих. С ними Господь

придет, свет глазам принесет. Сестры святые, скоропомощницы, снимите чары колдовские, с очей рабы Божьей (имя). Аминь.

Затем нужно опустить свечу в чашку с водой. Этой водой промывать глаза четыре раза в день. Всю процедуру повторять 3 дня.

Наговор от болезни ушей

На закате во вторник чашку с водой ставят посреди комнаты. На голову накидывают темный платок (мужчины остаются с непокрытой головой). Пристально смотрят на воду, три раза подув на нее, трижды читают «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее произносят наговорные слова:

Зуда, зудица, Царица-сестрица, сойди с уха черту на брюхо. Солнце на закат, луна на небушко, покой на ушко. Пока кочерга кругом не пойдет, зуда-зудица, черта сестрица, с чертового брюха не сойдет, на рабу Божью (имя) не пойдет. Ключ, замок, язык. Аминь.

После этого сбрызгивают оба уха наговорной водой, остальную воду выливают на порог.

Наговор от заикания

Налить воду в стеклянный сосуд с широкой горловиной, поставить его на север. Встать спиной к югу. Покрыть себе темной тканью голову (мужчины остаются с непокрытой головой). Опустить руки на сосуд, но не обхватывать его. Слегка подуть на воду, трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону и произнести наговорные слова:

Речь Господня чиста, Господни уста говорят, не сбиваются, слова не прерываются, так и раб Божий (имя) говори, не сбивайся и не прерывайся икотой, маемой. Аминь.

Медленно выпить всю воду, при этом похлопывая себя по плечам.

Наговор от приступов бронхиальной астмы

Воду взять из чистого природного источника или в церкви освященную. Наговор произносить в четверг на утренней заре. Трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Встану я, раб Божий (имя того, кто произносит заговор), благословясь, перекрестясь, умоюсь ключевой водою и пойду на крутую гору. На крутой горе стоит дуб, на этом дубе три птицы медные, носы золоченые, бьют и стегут этот дуб днем и ночью. Вот я тут, раб Божий (имя), замолюсь и покорюсь: не сбейте и стегите с раба Божья (имя) все уроки и призоры, и злые, и лихие оговоры. Будьте мои слова говоренные, в дело повороченные, задние слова назад, передние наперед, крепче укладу и булату. Перенеси, куда хочешь, за огороды, за перегороды, за реки, за урочища, ничего не взять ни встречному лихому, ни говорящему худое.

После этого нужно выпить полстакана наговоренной воды, а остальной водой умыться.

Наговор от заболеваний крови

Вода для наговоров должна быть обязательно ключевой. Набирать ее лучше ранним утром, когда никого чужого рядом нет. Идти с набранной водой молча и не оглядываясь. Для наговора приго-

товить немного соли и речного песка, который перед ритуалом необходимо прокалить в духовке или на сковороде.

Непосредственно перед выполнением наговора подготовить три горячих уголька. Наговор читать вечером, перед заходом солнца. При этом нужно стоять к северу спиной, лицом на юг.

Положите в воду три горячих угля, щепотку соли и чуть-чуть речного песка. Трижды прочитайте «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеиму, потом трижды:

Как с гуся вода, с лебедя вода — так с меня раба Божьего (имя) беда, худоба, болезнь — уходи!

Полстакана наговоренной воды выпить в течение часа, постепенно отхлебывая по глотку. Налить еще полстакана наговоренной воды и смочить ей область сердца, шеи и запястья. Остальную воду разбрызгать по комнате и плеснуть на потолок.

Наговор от заболеваний желудка

Этот наговор выполняется в период новолуния перед заходом солнца, обращаясь на восток. Чашку с водой поставить на пол, самым сесть, скрестив ноги перед чашкой и обхватив ее руками. Наговор читается обязательно натошак. Трижды прочитайте «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеиму, далее:

Ты, черная немочь и всякая нечисть, сгиньте в преисподнюю, в тартарары! Все недуги и злые корчи откажитесь, отваяйтесь от раба Божья (имя) по сей день по сию минуту, и во веки веков. Аминь.

После прочтения наговора выпить полную чашку наговоренной воды, затем приготовить ванну с водой и добавить туда 1 литр наговоренной воды. Принять ванну и, не вытираясь, выпить еще одну чашку той же воды.

Есть можно только через 2 часа и нежирную пищу.

Повторять лечение наговором через день три раза. В этот период держать диету, исключив из рациона жирную, сладкую и соленую пищу.

Наговор от язвенной болезни

Выполняется на рассвете, когда солнце уже поднимется над линией горизонта. Взор обращаем на восток. Чашка с водой должна быть прозрачной, в крайнем случае, можно взять банку с широкой горловиной. Бросить в воду серебряный крестик или серебряную ложечку, трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее трижды:

Владыко Христе Боже, иже страстьми Своими страсти моя исцеливый и язвами Своими язвы моя уврачевавый, даруй мне, много Тебе прегрешившему, исцеление. Страствори моему телу от обоняния Животворящего Тела Твоего, и наслади душу мою Твоею Честною Кровию от горести. Молитвами Пречистыя Твоея Матери и всех Святых Твоих. Аминь. Аминь. Аминь.

Наговоренную воду пить в течение всего дня по одному глотку каждые полчаса. Через 11 дней наговор повторить, а наговоренную воду пить по три глотка каждые 3 часа в течение дня. Язва зарубцуется, а само заболевание навсегда пройдет.

Наговор от изжоги

Возьмите чашку с водой и поставьте ее в светлое место. Повернитесь головой на восток. Возьмите в руки зажженную свечу и дождитесь, пока она догорит. Затем бросьте воск в воду и подуйте на нее.

Трижды прочитайте «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Осы летают, от зла ожигают. Не жги, изжога, не ожигай, раба Божьему (имя) покоя дай. Аминь.

Воду надо выпить натошак: сначала полстакана, через 3 часа еще полстакана, и еще через 3 часа — еще полстакана.

Наговор от отрыжки

Тот, кто страдает постоянной отрыжкой из-за больного желудка, знает, как это тяжело. Наговорив на воду, можно не только заговорить отрыжку, но унять боли в желудке и даже вылечить его. Воду нужно брать в церкви или из природного источника, но тогда опустите в нее на час серебряный предмет. Чашку с водой поставьте в самый дальний угол комнаты. Сами станьте там, где светлее. Не отводя глаз от воды, читайте на воду очень тихо, но внятно:

Христос на небе и с нами, с грешными рабами. Встану под Его образа, поклонюсь Ему три раза. Осени раба своего крестом, святым перстом. Как не болит Святое Тело, так и у раба Божья (имя) чтоб ничего не болело. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь.

После этого выпейте всю воду в три глотка так, чтобы в чашке не было остатка.

Наговор от болезней печени

Наговор выполняется ранним утром перед рассветом. Чашка с водой ставится на подоконник, вы стоите перед ней, обхватив чашку руками, и смотрите на воду. Если в доме нет комнаты, обращенной окнами на восток, то поставьте чашку на стул и руками ее не касайтесь — просто склонитесь над ней. При этом ваша голова все равно должна быть обращена на восток. Читайте наговорные слова:

Матушка вода, ты берега подмываешь, ты желтый песок смываешь, ты камень несешь, ты горы рушишь. Смой с раба Божьего (имя) все боли, все страдания, печеночное заболевание, а раба Божьего (имя), матушка вода, вылечи — исцели. Аминь, аминь, аминь.

Наговор прочитать над водой три раза, затем выпить три глотка воды, а остальной водой совершить омовение всего тела. Через неделю ритуал повторить.

Наговор от заболеваний почек

Приготовить чашку с водой. Взять круглый ржаной хлеб и отломить от него кусочек. Затем бросить этот кусочек в воду. Взять щепотку соли и тоже бросить в воду. Теперь читать наговорные слова очень тихим голосом.

Вода, хлеб-соль прими, боль с раба Божьего (имя) сними. Выкаत्याю, выговариваю, снимаю: урочную, поперечную, завидную и постыдную, от костей и от кровей, от судьбины всей. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь.

После этого подуть на воду и выпить девять маленьких глотков. Через 3 часа выпить шесть ма-

леньких глотков наговоренной воды. Еще через 3 часа выпить три глотка воды. Затем обрызгать порог дома и потолок наговоренной водой.

Наговор от болезней кишечника

Воду налить в среду, а прочитать наговор в четверг на утренней заре.

Став на восток, три раза перекреститься и говорить полупшепотом:

Матерь Божья умывалась, в покров обряжалась, славой венчалась. Кто воду испьет, тот от порчи никогда не умрет. Как тело не болело, не ныло, в кишках не зудило, не свербило, так и будет с моего дела. Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Выпить наговоренной воды треть стакана, через 3 часа еще треть, и еще через 3 часа — еще одну треть.

Остальной водой омыть живот.

Наговор от лихорадки

Небольшое количество чистой питьевой воды (не кипяченой) налить в чашку. Наговор можно выполнять в любое время дня или вечером, когда у человека лихорадка. Смотреть на воду не сводя глаз. При этом ладонь одной руки нужно положить на ладонь другой руки и обе их держать перед чашкой с водой. Говорить тихо, растягивая каждое слово:

Бог пришел в мир, чтоб искупить наши грехи. Он постился 33 года и 3 дня. В последние 30 дней он был предан евреями. Трехдневная лихорадка, четырехдневная лихорадка, какого бы

свойства ты ни была, не можешь ты оставаться в этом теле. Во имя Иисуса, который был пригвожден к древу Святого Креста, где Он пролил кровь за наши грехи. Мария, молись за раба Божья (имя), Иосиф, не покидайте меня. Святой Михаил, охраняйте раба Божья (имя). Аминь.

После этого омыть больного наговоренной водой, намочить тряпицу и приложить ко лбу. Лихорадка вскоре пройдет.

Наговор от экземы и псориаза

Ритуал проводить ранним утром, но когда уже рассветет. Перед наговором три раза прочитать молитву «Отче наш». Затем взять буханку черного хлеба и отрезать от нее три ломтя. Воду, взятую из природного источника, поставить в светлой части комнаты, у окна, обращенного на запад. При чтении наговора отщипывать от краюшки хлеба маленькие кусочки и бросать их в воду. Так же бросать по щепотке соли. Читать наговорные слова девять раз подряд очень тихо, но четко проговаривая каждое слово:

От серого глаза, от черного глаза, от всякого сглаза. Матушка вода, очисти меня от всякой нечистоты, заразы и болезни, как ты — ключевая, так и я чистая да здоровая буду, а хлеб да соль мне в помощь».

После этого умыться наговоренной водой от подбородка ко лбу, зачерпнув полную пригоршню воды. Повторить умывание три раза. Остальную воду сохранить до вечера, когда солнце только начнет садиться. До этого воду держать в закрытом сосуде в темном месте.

Наговаривать на воду нужно три раза, повторяя ритуалы обращения к воде через 3 дня. При этом количество умываний увеличивать. То есть во второй раз умываться три раза в день, а в третий — четыре, закончив последним умыванием на рассвете следующего дня.

Наговор от подагры

Поставьте чашку с родниковой водой на светлое место. Повернитесь к солнцу. Читайте наговор шепотом, перед этим сложив на правой руке средний и указательный пальцы и почти касаясь ими воды:

На горе, где живет горе, стоит подворье. Оно не стеклянное, оно деревянное, из досок гробовых, из елок смоляных, из домов усопших. Отнесу в тот дом я, да на подворье болезнь с раба Божьего (имя). Там болезни быть, там ей до веку жить, и как я сказала, так оно и будет. Аминь, аминь, аминь.

Выпейте три крупных глотка воды, остальное вылейте за порог.

Наговор от грыжи

Воду взять ключевую, наговор читать в среду на закате солнца, обращаясь на запад:

Грыжи и килы, суставы и жилы, идите на свинью. Грыжам в моем теле не быть. Килам в моем теле не ныть. Святые старцы, святые мученики, верую в Иисуса Христа, в скорое исцеление, от кил и грыж избавление. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь.

Выпить девять глотков наговоренной воды, остальной сбрызнуть все тело. Повторить наговор через 7 дней.

Наговор от геморроя

Геморрой — это очень неприятная болезнь, которая периодически дает о себе знать сильной болью и кровотечением. Нередко врачи предлагают операцию, но можно обойтись и консервативным лечением — мазями, примочками. Если при этом использовать наговоренную воду, то даже такого лечения не понадобится, поскольку болезнь пройдет сама собой.

Воду для наговора возьмите в любой день, но лучше в субботу. Утром поставьте чашку перед окном. Станьте к ней с северной стороны. Говорите на воду шепотом, обхватив чашку руками:

Бог родился в рождественскую ночь, в полночь. Бог умер, Бог воскрес. Бог повелел, чтоб кровь остановилась, чтоб рана закрылась, чтоб боль прошла и чтоб она не обратилась ни в гной, ни в запах, ни в гниущее тело, как и пять язв Иисуса Христа. Христос родился, умер и воскрес. Аминь.

Пить наговоренную воду надо натошак в течение 3 дней. После этого геморрой пройдет.

Наговор на изгнание глистов и других паразитов

Не всегда удастся установить у больного человека наличие глистов. Для этого нужно сдавать специальные анализы и тщательно обследоваться. А потом, чтобы вылечиться, необходимо долго пить лекарства. Но этот процесс можно ускорить, если использовать наговоренную воду. Понять, что у человека глисты или другие паразиты, можно по внешнему виду и поведению человека: он вял и апатичен, имеет бледный вид и, как правило, худосочен.

Перед тем как выполнять наговор, нужно дождаться, когда месяц будет на убыль (ущербный). В любое время дня или вечером трижды прочитай-те «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее наговорите на воду такие слова:

Место червя в яблоке, место червя в земле, место ему в коровьем дерьме, а не во мне. Выйди, червь, на свое место, иди в яблоко, в землю, в коровье дерьмо. Слово мое крепко и легко. Аминь.

Наговоренную воду выпейте или дайте выпить больному человеку залпом всю, чтобы в чашке ничего не оставалось. Очень скоро черви выйдут из человека вместе с калом.

Наговор от синяков и ушибов

Можно взять фильтрованную или водопроводную воду, прошедшую заморозку. Поставить чашку с водой на пол, сесть перед ней, скрестив ноги. Трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Кровь запекается, солнце поднимается. Благослови, Господи, дело, освободи от синяка мое тело. Слава Отцу и Сыну и Святому Духу. Аминь.

После этого делать примочки с наговоренной водой три раза в день.

Наговор от ушибов и переломов

Чашку с водой поставить посреди комнаты вечером перед заходом солнца. Трижды прочитать

«Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

Месяц ты, месяц, серебряные рожки, золотые твои ножи, сойди ты, месяц,ними ты мою скорбь и боль, унеси ты скорбь под облака: моя скорбь не мала, не тяжка, а твоя сила могуча. Мне скорби не перенести! Возьми мою скорбь. Аминь.

Смачивают больные места наговоренной водой три раза через каждые 3 часа.

Наговор от физической слабости

Воду набирают на заре. На следующий день на рассвете ставят чашку перед самым светлым окном, поворачиваются спиной на запад, лицом на восток, дуют на воду.

Нужно трижды прочитать «Отче наш», потом — молитву святителю Пантелеимону, далее:

В черном доме, в каменном гробу, лежит, стонет старуха, звать старуху Лягуха, икрой себя лечит, водой запивает, ноги-руки поднимает, глаза открывает, Святых вспоминает. Как ты, Лягуха-старуха, икрой себя подняла, от хвори себе помогла, возьми ты с раба Божья (имя) слезы горючие, хвори болючие, коли колючие, понеси их в грязи топучие, болота вонючие. Слово мое лепко, дело мое крепко. Пойди ты, хворь, во чисто поле, где чистота, там тебе питье, там и еда, не ешь, не съдай раба Божья (имя). Ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Пить наговоренную воду семь раз в день по четыре мелких глотка. Остальной водой обрызгать все тело на ночь. Утром встанете здоровым.

Вот я вам и рассказала о том, как можно использовать одно из самых загадочных свойств воды — ее умение накапливать и хранить информацию. Вы научились создавать «заряженную», или «запрограммированную», воду. Слово «программирование» как нельзя лучше подходит, чтобы рассказать о чуде, проходящем с водой. Мы закладываем в воду информацию, которая начинает работать особым образом. Работа выполнена, и мы получили результат. Не правда ли, очень похоже на действие компьютера, запрограммированного на выполнение какой-то задачи.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, дорогие читатели, я надеюсь, теперь вы поняли, какое это чудо — вода, как много она может нам дать, если уметь с ней работать.

Удивительные свойства воды — ее умение считывать, хранить и передавать информацию — перестали быть для вас тайной, и вы можете использовать это на благо себе и своим близким.

Вам открылись секреты простой воды. Вы знаете теперь, как программировать воду, как делать ее «личной», то есть предназначенной только для вас и решающей именно ваши проблемы. Вы умеете заговаривать воду, и пусть это умение придет вам на помощь в трудной ситуации.

Вы умеете очищать воду и готовить ее разными способами, улучшая и активизируя ее природные свойства.

Эта обыкновенная вода может стать вашим лекарем: ведь вы знаете множество рецептов, которые помогут справиться с болезнью и сохранить здоровье.

Теперь вы много знаете и о святой воде, и о воде святых и целебных источников.

Забудьте о дорогих лекарствах и сложных процедурах, ведь у вас есть вода, такая доступная и такая эффективная.

Но важно помнить: станет ли вода целебной, зависит только от нас с вами.

Какие мы — такая и вода.

Какую бы воду вы ни приготовили, главное помнить, что ваши мысли, ваш настрой оказывают на нее непосредственное влияние. Поэтому, не забудьте, что состояние вашей внутренней воды зависит от вас самих.

Один мой хороший знакомый поделился со мной важной мыслью: «Я никогда ни на кого не сержусь и не обижаюсь, никогда никого не ругаю и уж, тем более, ни к кому не испытываю ненависти! Я давным-давно понял: любые негативные мысли и слова пагубно влияют в первую очередь не на тех, на кого они направлены, а на тех, кто несет этот негатив. Обидишься на человека, обругаешь его — и заболеешь сам. Так уж устроен мир!»

Что же делать, чтобы случайно не заболеть, не умереть, не превратиться в уроды и калеку, не пополнить собой ряды многочисленных неудачников, а иными словами — чтобы способствовать постоянному возобновлению правильной структуры своей внутренней воды? Ответ прост: «Учитесь властвовать собой!» А проще говоря, следите за своими мыслями и поступками, чтобы они не носили деструктивного характера.

А это значит:

✱ Любите, цените и принимайте себя такими, какие вы есть.

- ✱ Не вините ни себя, ни окружающих в том, что происходит.
- ✱ Не занимайтесь самоедством и самокопанием, совершайте конструктивные поступки.
- ✱ Не требуйте от себя и кого бы то ни было немедленных результатов в каких бы то ни было начинаниях. Воспитывайте в себе терпение.
- ✱ Не ограничивайте своей и чужой свободы.
- ✱ Старайтесь совершать поступки и принимать решения, исходя из принципа «я это хочу, мне так нравится», а не «так надо».
- ✱ Исключите из списка своих эмоций гнев и ненависть.
- ✱ Ждите от жизни лучшего, надейтесь на лучшее.
- ✱ Позволяйте людям помогать себе и сами помогайте им.
- ✱ Живите настоящим, здесь и сейчас.
- ✱ Радуйтесь.
- ✱ Позволяйте себе быть любопытными и неправильными.
- ✱ Не требуйте от себя и окружающих соответствия идеалу.
- ✱ Будьте снисходительны к себе и людям.
- ✱ Будьте спонтанны.
- ✱ Дарите себе каждый день небольшие подарки, они могут быть самыми разными — улыбка своему отражению в зеркале, вкусная еда, любимый фильм, просто получасовой «треп»

ни о чем с друзьями — лишь бы это вам приносило удовольствие.

✱ Каждый день настраивайтесь на позитив: удачу, здоровье, реализацию намеченных планов.

✱ Не бойтесь неприятностей, болезней, смерти.

Остальное вам подскажет интуиция, а вода поможет быть здоровым!

Ваша сестра Стефания



ПРИЛОЖЕНИЕ

Способы очищения и улучшения качества водопроводной воды

О том, что водопроводная вода не отличается хорошим качеством, известно всем. Но мы используем ее день ото дня, а между тем питьевой ее можно назвать только с большой натяжкой. Хлор, использующийся для ее очистки, взаимодействует с органическими веществами и образует разнообразные ядовитые соединения. Кипячение — недостаточная мера для того, чтобы такая вода стала пригодной к употреблению, а уж для того, чтобы она стала полезной, надо приложить немалые усилия. Но это необходимо, ведь мы употребляем огромное количество воды, и, естественно, эта вода не должна приносить нам вреда, а должна быть максимально полезной для организма. Фильтры, которые вы используете, не должны содержать синтетических материалов очист-

ки. Можно использовать, например, петербургский фильтр «Роса», очищающий воду при помощи двух разных минералов различных фракций, и московский фильтр «Родник», изготовленный на основе активированного растительного угля с элементами серебра. Используя их один после другого, вы получите воду с высокой степенью механической очистки и обеззараженную серебром. Но это только начало.

Исходя из собственного опыта, я считаю, что самая лучшая вода — это вода, очищенная от вредных примесей, обогащенная минеральными веществами и заряженная позитивным содержанием. Если вам с самого начала удастся получить воду из хорошего природного источника, свободную от вредных примесей (например, родниковую воду), обладающую высоким содержанием минералов, пейте ее вволю. Если вода из природного источника вам недоступна, я рекомендую технологию очистки, состоящую из трех ступеней.

Три ступени очистки воды

Ступень первая. Очистите воду от вредных примесей. Если вам приходится пользоваться водопроводной водой, в первую очередь ее надо очистить от таких веществ, как хлор, тригалогенметаны, органические химикалии, полиароматические углеводороды, свинец, алюминий, кадмий и фторид. Этого можно добиться с помощью хорошего угольного фильтра. К сожалению, все фильтры имеют одни и те же недостатки:

✱ чересчур тщательная очистка воды приводит к тому, что фильтр может вместе с вредными

примесями удалить из воды полезные минеральные соли;

- ✱ в конце ресурса картриджа, когда фильтрующий материал практически полностью оказывается забитым вредными химическими примесями и микроорганизмами, возможен выброс партии этих шлаков в очищаемую воду;
- ✱ фильтры не спасают от выбросов вредных веществ в водопроводную сеть.

Я расскажу вам о более простых, домашних способах очистки воды. Некоторые из них не только очищают воду, но и делают ее целебной.

Ступень вторая. Обогащение воды минералами. Сейчас на рынке имеется множество водных фильтров, которые очищают воду от примесей и при этом обогащают ее минералами. Если добавить в воду полезные минералы, вода будет абсорбировать те из них, в которых нуждается организм. Это минеральные вещества, которые мы получали бы, если бы пили воду из чистого источника. Мы поговорим с вами о том, как приготовить кремниевую, шунгитовую воду.

Ступень третья. Заряжение воды позитивной энергией. После того как вода была снова обогащена минералами, ее нужно зарядить позитивной энергией. Эта энергия удаляет электромагнитные волны, которые могут нанести удар по нашей энергетической системе. В разделе, посвященном личной воде, вы узнаете, как заряжать воду благословением, молитвой, заговором. Здесь же мы погово-

рим о воде, заряженной при помощи мощных внешних сил, например, энергии пирамид, солнца или магнита.

Домашние способы очистки воды

Отстаивание

Если у вас нет фильтра для очистки воды, вы можете очищать воду отстаиванием. Даже 2–3 часов отстаивания воды после набора из водопроводного крана бывает достаточно для удаления многих летучих компонентов. Этот простейший прием сам по себе дает хороший эффект, но лучше все же отстоянную воду подвергнуть фракционной очистке. Проводится эта процедура таким образом: наполните трехлитровую банку холодной водой и оставьте в сторонку на 6–8 часов. Затем очень аккуратно, стараясь не взболтать, переместите банку к раковине, возьмите резиновый шланг диаметром 5–10 мм и опустите этот шланг в банку с водой — так, чтобы его конец касался дна. Другой конец шланга возьмите губами и втягивайте в себя воздух, как делают автомобилисты, когда хотят слить бензин. Когда через шланг начнет поступать вода, опустите его в раковину. Когда из банки выльется примерно $\frac{1}{3}$ воды, вытащите шланг.

Внизу собираются все вредные соединения (карбонат кальция, некоторые тяжелые металлы и др.), именно эта часть воды удаляется. Оставшуюся в банке воду можно считать практически чистой.

Лично я всегда пользуюсь именно этим способом: и просто, и удобно, и не надо без конца тратить деньги на всякие новомодные водоочистительные фильтры.

Кипячение

Это, конечно, не лучший способ очистки, но бывают случаи, когда кипячение является единственным возможным способом обеззаразить воду. Что ж, в этих случаях будем воду кипятить! А энергетические потери постараемся свести к минимуму.

Во-первых, воду нагревать будем не до самого кипения, а «до белого ключа» — до состояния, когда на поверхности воды появляются первые пузырьки. Как только пузырьки появились, сразу прекращаем кипячение! Разговоры о том, что от «недокипяченной» воды часто бывают расстройства желудка, действительности не соответствуют, проверено на собственном опыте.

Во-вторых, качество кипяченой воды можно изрядно улучшить, перелив ее несколько раз из одной посуды в другую. Вода насыщается кислородом, и структура ее значительно улучшается.

Приготовление талой воды

Талая вода очень полезна, она обладает многими замечательными свойствами: является хорошим сосудистым средством, полезна при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, мочеполовой системы, системных заболеваниях органов кровообращения. Употребление талой воды способствует уменьшению сердечных болей и рассасыванию тромбов коронарных сосудов сердца, понижает содержание холестерина в крови и улучшает обмен веществ, прекращает геморроидальные кровотечения, снимает боли при геморрое, улучшает кровообращение после тромбозов нижних конечностей, помогает при варикозном расширении вен и в борь-

бе с патологической полнотой. Талая вода полезна и здоровым людям, спортсменам, поскольку способствует приливу энергии, сокращает время вхождения в спортивную форму. Если в талой воде замачивать семена и поливать ею всходы, можно увеличить урожай в 1,5–2 раза.

Кроме того, талая вода практически не содержит примесей; оптимально насыщена минеральными солями; правильно структурирована; биологически активна — стимулирует обмен веществ в организме, способствует лучшему выводу шлаков и токсинов, требует меньшего количества энергии для усвоения.

Талая вода не только повышает физические ресурсы организма, но и замедляет процессы старения, препятствуя уменьшению содержания воды в клетках, которое обычно происходит в старческом возрасте.

Она улучшает работу внутренних органов, состав крови, что обеспечивает полноценное функционирование сердечно-сосудистой и нервной систем, нормализует работу мышц, улучшает общее самочувствие.

Давая человеческому организму дополнительную энергию, талая вода снижает утомляемость, стимулирует все жизненные процессы организма.

Люди, которые пьют талую воду во время голодания, практически не ощущают чувства голода.

Очень полезно давать талую воду детям.

Эксперименты показали, что талая вода даже лечит мигрени, простуды, остеохондрозы, радикулиты, аллергии.

Косметологи рекомендуют периодически протирать кожу лица кусочками льда. От этой процеду-

ры активизируется циркуляция крови, улучшает-ся снабжение кожи кислородом, стимулируются регенеративные процессы.

Очень полезно и умываться талой водой. Недавно на Руси часто пользовались протиевой водой: набирали снег в ведра и ставили в избе возле печки, а потом и пили ее, и чаек на ней заваривали, и пищу готовили. И здоровье у наших предков было отменное, ведь они и слыхом не слыхивали, что такое грязная вода!

Вы сами можете приготовить талую воду. Вот несколько способов, как это сделать в домашних условиях.

Первый способ

Это самый простой способ, я лично всегда пользуюсь именно им, и очень довольна. Итак, налейте в эмалированную кастрюлю воду и поставьте ее в морозилку. Под кастрюлю обязательно подложите лист твердого картона или фанерку — иначе дно кастрюли накрепко примерзнет ко дну морозильной камеры, так, что не отдерете.

Когда вода превратится в лед, достаньте кастрюлю и оставьте размораживаться при комнатной температуре.

Второй способ

Этот способ немного сложнее, зато он дает возможность полностью удалить дейтерий, тяжелую воду, которая очень вредна для организма.

Итак, налейте в кастрюлю воду и поставьте ее в морозильник. Как только вода покроется тоненькой корочкой льда, удалите эту корочку — в ней-

то и прячется этот самый страшный дейтерий. Снова поставьте кастрюлю в морозилку и ждите, пока вся вода замерзнет. Получившийся лед растопите при комнатной температуре и пейте на здоровье.

Третий способ

Налейте воду в кастрюлю и нагрейте ее до температуры 94–96°С. Снимите кастрюлю с огня и охладите воду. Затем поставьте воду в морозилку, а когда она замерзнет, растопите ее при комнатной температуре.

Секрет этого способа в том, что в процессе приготовления вода проходит несколько стадий: испаряется, охлаждается, замерзает и, наконец, тает. Очень полезная получается водичка, сильнейший энергетический напиток.

Четвертый способ

Для этого эмалированную кастрюлю с водой ставят на 4–5 ч в морозильную камеру. Надо дождаться момента, когда поверхность воды уже будет прихвачена льдом, и оставшуюся незамерзшей воду слить в другую кастрюлю (в лед быстрее всего превращается «тяжелая» вода, содержащая вредные вещества). Кастрюлю со слитой водой снова ставят в холодильник и ждут, пока она не замерзнет на $\frac{2}{3}$. Незамерзшую воду сливают — это «легкая» вода, в которой остаются вредные химические примеси. Оставшийся лед надо растопить при комнатной температуре. Получившаяся талая вода очищена на 80%. Желательно хранить ее в холодильнике и пить 3 раза в день по стакану за час до еды.

Очищенная талая вода

Для получения такой воды кастрюлю с водой держат в морозильнике до тех пор, пока она не замерзнет примерно наполовину. В середине кастрюли при этом образуется такая глубокая лунка незамерзшей воды. Эту воду надо слить, она плохая. А оставшуюся — хорошую — уже можно растопить и пить с удовольствием и себе на пользу.

Серебряная вода

Моя бабушка всегда носила только серебряный крест. А еще в бабушкином доме всегда стояла трехлитровая банка воды, на дне которой лежал серебряный рубль царских времен. Бабушка пила только эту — серебряную воду. Утверждала, что и по вкусу, и по пользе такой воде нет равных! Когда мы приезжали к ней на каникулы, мы тоже с превеликим удовольствием пили бабушкину серебряную водицу: вкусная она была, всегда прохладная и свежая!

Потом, став старше, я узнала, что у серебряной воды, помимо отменного вкуса, есть еще масса полезных свойств, поэтому-то она так и ценится.

Чудо серебряной воды

О том, что при взаимодействии с серебром вода приобретает новые качества, известно очень давно. Еще в древних индусских книгах встречаются упоминания о том, что воду можно обеззараживать, погружая в нее раскаленное серебро на короткое время. В колодцы с той же самой целью бросали серебряные монеты, а воду предпочитали

хранить в серебряных сосудах. В XIX в. исследователями было доказано, что серебро действительно обладает дезинфицирующими свойствами и способно вызывать гибель различных микроорганизмов, в том числе стафилококка и дифтерийной палочки. При этом серебро оказалось гораздо более серьезным бактерицидным оружием, чем другие металлы — золото, например, или медь. Это объясняется тем, что оно с большой скоростью способно проникать в клетку. При этом клетка остается жизнеспособной, но теряет способность к делению.

Серебряная вода, приготовленная специальным способом, также обладает высоким бактерицидным эффектом. Она более эффективна, чем, например, известный всем йод или водный раствор хлора. Однако нельзя не упомянуть о том, что не на все микроорганизмы серебро воздействует таким образом: наиболее устойчивыми к воздействию серебра являются дрожжи и дрожжеподобные грибы.

Преимущества «серебрения» воды

На сегодняшний день использование серебра для обеззараживания воды является одним из самых эффективных способов.

В нашей стране для этих целей традиционно пользуются хлором, но у серебра есть целый ряд явных преимуществ:

Серебро в воде сохраняет свои активные свойства гораздо дольше, чем хлор.

Хлор значительно ухудшает вкусовые качества воды и ее запах, в то время как серебро не влияет ни на вкус, ни на запах питьевой воды.

Хлорированная вода может оказывать раздражающее воздействие на слизистые оболочки, а серебро никак не раздражает организм.

Серебро способно бороться с некоторыми видами микроорганизмов, против которых оказывает-ся бессилён хлор.

Серебро — удивительный металл. Серебро считается проводником лунной энергии и наделяется многими магическими свойствами.

Одно из таких свойств — возможность записывать любую информацию.

Серебро — превосходный проводник любых энергоинформационных воздействий, поэтому оно имеет свойство накапливать частички энергии тех людей, через чьи руки проходит. Все эмоции своего владельца серебряный предмет впитывает, как губка, и передает воде, когда соприкасается с ней.

Серебряная вода обладает достаточно сложным структурным полем. Воспринимая его, «внутренняя» вода нашего организма переструктурируется, согласно полученной от серебряной воды информации. Такие изменения положительно влияют на биологические и физиологические функции любого живого организма.

Использование серебряной воды

Сегодня серебряная вода используется очень широко. С помощью серебра консервируют питьевую воду для судов дальнего плавания. Серебряную воду пьют космонавты в период полетов. Ее используют при консервировании минеральных вод, соков, некоторых алкогольных напитков и даже мо-

лока. Кроме того, с ее помощью значительно продлевают срок хранения многих лекарственных форм — капель, микстур, настоев. Серебро и, в частности, серебряная вода находят широкое применение в медицине и ветеринарии.

Серебро — элемент, необходимый для нормальной деятельности желез внутренней секреции, мозга, печени и костной ткани. Оно оказывает омолаживающее воздействие на кровь и благотворно влияет на протекание всех физиологических процессов в организме.

Врачи рекомендуют использовать серебряную воду для профилактики гриппа, ОРЗ, заболеваний желудочно-кишечного тракта, стоматитов, инфекционных заболеваний уха, горла, носа, цистита, воспаления глаз, трофических язв, а также при обработке ран и ожогов. Она дает хороший эффект при лечении бруцеллеза, бронхиальной астмы и ревматоидного артрита. При регулярном употреблении серебряной воды отмечается стимуляция кроветворных органов, увеличивается число лимфоцитов и моноцитов, эритроцитов и процент гемоглобина.

Ученые-медики считают важным использовать растворы серебра в различных областях медицины.

Хирургия (при поражении костей, мышц, суставов, лимфатических узлов и др.).

Концентрация серебра — 20–30 мг/л, температура раствора — 30–32°С, для орошений, промываний, примочек, компрессов, а также для введения в свищевые входы.

Офтальмология (при конъюнктивите, блефарите, кератите, воспалении слезного мешка и других

воспалительных процессах). Концентрация серебра — 10–20 мг/л, температура комнатная, для примочек и промываний.

ЛОР (оториноларингология — при поражении наружного слухового прохода, воспалении среднего уха, мастоидите, фарингите, ларингите, гайморите, тонзиллите, рините, а также при различных формах ангины и гриппозных эпидемиях).

Концентрация серебра — 20–25 мг/л, раствор подогретый, применяется для лечения и профилактики в виде полосканий, промываний и примочек.

Терапия и эндокринология (при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, хронического гиперацидного гастрита, сопровождающегося изжогами, секреторных неврозов с повышенным выделением желудочного сока, энтеритов и колитов, при эндокринологических заболеваниях и нарушении обмена веществ, сахарном диабете, диатезе).

Концентрация серебра — 20 мг/л, по 2 ст. ложки в день за 15–20 минут до еды, на протяжении 1–3 месяцев.

Инфекционные заболевания (при дизентерии, брюшном тифе, паратифе, скарлатине, дифтерии и др.). Концентрация серебра — 10 мг/л, по 1 ст. ложке через каждые 4 часа, а также теплые полоскания и клизмы.

Акушерство и гинекология (при различных воспалительных процессах слизистой оболочки гинекологической сферы и трещинах сосков). Концентрация серебра — 20–25 мг/л, в виде орошения, марлевых тампонов и промываний.

Дерматология (при фурункулезе и грибковых поражениях кожи).

Концентрация серебра — 30–35 мг/л, раствор подогретый.

Стоматология (при стоматите, гингивите и других заболеваниях полости рта). Концентрация серебра — 20 мг/л, подогретый раствор для полосканий.

Приготовление серебряной воды

Первый способ

Для того чтобы вода приобрела свойства серебряной, необходимо, чтобы серебро в ней находилось в течение суток при комнатной температуре. Это могут быть старинные серебряные монеты или обыкновенные серебряные ложки. Но приготавливать серебряную воду на них — не лучшее решение: мы уже говорили, что серебро впитывает энергетику и эмоции того, кто им владел.

Если вы все-таки хотите приготовить серебряную воду при помощи серебряной монеты или ложки, придется сперва поработать с этими предметами.

Возьмите монету (ложку) в ладони, приложите руки к груди в области сердца и пошлите мощный поток энергии и любви вашим трансформаторам энергии. Представьте себе, что монета (ложка) в ваших руках — чистая, словно лунный свет, она свободна от всего темного, плохого, она — сгусток первоизданной созидательной энергии.

Настроив серебряный предмет таким образом, вы смело можете опускать его в воду.

Второй способ

Помните, что для того, чтобы серебряная вода была полезна организму, доза серебра, содержащегося в ней, не должна превышать 0,05 мг/л.

Для приготовления серебряной воды вам потребуется специальный аппарат — электрический ионатор. Время работы ионатора зависит от объема воды, подвергающейся воздействию серебра, и мощности ионатора.

Необходимое время определяется по следующей формуле:

$$V_p = \frac{OB \times НКСВ}{ПП}$$

где ОБ — объем воды (л), НКСВ — необходимая концентрация серебра в воде (мг/л), ПП — производительность прибора (мг/мин).

Например, вы хотите приготовить 5 л серебряной воды с концентрацией серебра 0,05 мг/л. При этом производительность вашего ионатора равна 0,5 мг/мин. Расчет в вашем случае будет таким:

$$V_p = \frac{5 \text{ л} \times 0,005 \text{ мг/л}}{0,5 \text{ мг/мин}}$$

То есть вам понадобится всего полминуты, чтобы получить необходимое количество воды нужной концентрации.

Альтернативный способ приготовления серебряной воды

Есть и еще один домашний способ приготовления серебряной воды: берется аптечный препарат азотнокислого серебра, так называемый ляпис, и растворяется в талой (протиевой) воде в концентрации 0,05%. В результате получается серебряная вода.

Способ, конечно, простой и удобный, но какой-то... слишком технократический, что ли. Моей душе отчего-то скучно разводить в воде ляпис. Хочется, чтобы в моей баночке с водой лежала настоящая серебряная вещица, старинная.

Чистая вода из магазина

А может, проще всего покупать чистую питьевую воду в магазине? Можно поступать и таким образом. Однако, если вы решили покупать воду в магазине, нужно знать, что:

1. Она может быть первой или высшей категории. Вода первой категории проходит обработку на специальных заводах глубокой очистки; к этой же категории относится вода, которая добывается из артезианских скважин, но разливается в тару на удаленном от места добычи производстве. Вода высшей категории добывается из артезианских скважин, которые находятся не менее чем в 50 км от городской черты, и расфасована там же.

Вода высшей категории, безусловно, чище и полезнее, чем вода первой категории.

2. На этикетке бутылки, которую вы покупаете, обязательно должны быть следующие сведения:

- * название воды;
- * адрес компании-производителя;
- * сведения о химическом составе воды (основные элементы);
- * номер скважины, из которой взята вода;
- * срок годности;
- * рекомендации по хранению;
- * штрих-код.

Если этих сведений на бутылках нет, то, скорее всего, она была набрана под ближайшим водопроводным краном, и вы напрасно потратите свои деньги.

Наполняем воду полезными минералами

Кремниевая вода

Зачем нам нужна кремниевая вода?

Ну, во-первых, ради самого кремния. При дефиците кремния в организме страдает в первую очередь центральная нервная система, уменьшается эластичность сосудов и снижается усвояемость организмом кальция, железа, кобальта, марганца и фтора. Кальций, замещающий кремний в сосудистых стенках при его недостатке, делает стенки жесткими, а оседающий холестерин запускает механизм развития таких болезней, как стенокардия, ишемическая болезнь сердца, кардиосклероз, инфаркт и инсульт, варикозное расширение вен и тромбофлебит, нервно-психические заболевания. Введение же в организм кремния останавливает развитие атеросклероза и помогает восстановить нормальную чистоту, эластичность и функцию сосудистой стенки.

Во-вторых, кремний уничтожает все болезнетворные бактерии. Активированная с помощью кремния вода улучшает самочувствие и состояние желудочно-кишечного тракта, нормализует обмен веществ, повышает сопротивляемость организма, помогает при кровоточивости десен.

В-третьих прием кремниевой воды помогает человеку избежать многих болезней: атеросклероза, гипертонической и мочекаменной болезней, инсульта и онкозаболеваний, болезней кожи и сахарного диабета и целого ряда инфекционных заболеваний.

Как любой кристалл, кремний прекрасно впитывает в себя любую информацию и обладает способностью передавать эту информацию другим кристаллам, в нашем случае — воде. Да и сам по себе кремний — минерал с очень сильной энергетикой, и эту свою силу он также отдает воде.

Как приготовить кремниевую воду

Кремний продается во многих ювелирных магазинах под названием «опал халцедоновый». Кушпленные камушки можно использовать долго, достаточно только каждый раз перед применением промывать их проточной водой.

Но кремний необходимо предварительно «запрограммировать».

Возьмите кусочки кремния в руку и зарядите их положительной информацией: любовью, заботой, гармонией. Можно «запрограммировать» кремний и на определенное действие: для этого, когда вы возьмете его в руку, необходимо твердо сказать, что от него требуется. Есть и еще один способ: просто поднесите кристаллы кремния к своему сердцу и позвольте своим чувствам перелиться в них.

Несколько небольших кусочков предварительно подготовленного кремния положите на дно стеклянной банки, залейте очищенной водой.

Настаивать кремниевую воду рекомендуется в течение 3–4 дней, при комнатной температуре, избегая попадания прямых солнечных лучей.

Настоянную воду следует слить в другую емкость и использовать по необходимости, оставляя при этом нижний слой с осадком (3–4 см).

Коралловая вода

Коренные жители некоторых районов Земли отличаются завидным долголетием. Один из таких районов — острова Окинава и Токуносима. Продолжительность жизни на островах на 10–15 лет выше, чем по всей Японии. Люди, живущие здесь, редко болеют.

Исследования ученых показали, что высокие показатели долголетия и здоровья, присущие населению этих островов, зависят от качества питьевой воды. Она, в самом деле, обладает уникальным химическим составом: показатель кальция в питьевой воде города Нага (префектура Окинава) самый высокий не только в Японии, но и в мире. Высокое содержание кальция в воде объясняется очень просто. Так как острова находятся на коралловых атоллах, то питьевая вода фильтруется кораллами и насыщается ионами кальция.

Исследования ученых показали, что коралл кораллу рознь. Из 2500 видов кораллов только белые кораллы типа Санго полезны для человека. Кораллы Санго состоят из кальция, магния, калия, натрия и большого количества жизненно важных редких микроэлементов. Именно этими кораллами и образованы японские атоллы, которые населены удивительными долгожителями.

Полезные свойства коралловой воды

Коралловая вода — источник кальция, который необходим для нормального функционирования всех систем организма.

В живом организме кальций является одним из важнейших элементов, определяющих его состояние. Кальций выполняет множество функций.

Он влияет на сердечную мышцу и на состояние крови. Между тем дефицит кальция сказывается на состоянии здоровья очень негативно — он вызывает развитие более 150 (!) заболеваний.

При недостаточном содержании кальция в крови или при его неполноценном усвоении организм начинает использовать кальций, имеющийся в костной ткани. Прием препаратов кальция не всегда спасает положение.

Восполнить дефицит кальция можно с помощью коралловой воды! В ней он находится в готовой для усвоения форме. Важно и то, что кальций отлично справляется с задачей очищения воды: дезактивирует хлор, сорбирует соли тяжелых металлов и убивает вредные микроорганизмы

Как приготовить коралловую воду

Чтобы приготовить коралловую воду, в трехлитровую банку нужно положить кусок белого коралла и залить водой (подойдет простая водопроводная вода). Коралловая вода будет готова через 12 часов. В дальнейшем коралл вынимать из банки не надо, когда запасы коралловой воды будут подходить к концу, нужно просто доливать банку. Пить коралловую воду следует постоянно (вместо «простой» воды). Это особенно показано:

- ✱ женщинам в период менопаузы и пременопаузы;
- ✱ людям, страдающим остеопорозом;
- ✱ людям с нарушенным кальциевым обменом;
- ✱ людям, предрасположенным к депрессиям;
- ✱ в периоды сильных стрессов.

Шунгитовая вода

Название минерала шунгит происходит от с. Шуньга Карельской АССР, близ которого и найдено месторождение этих докембрийских горных пород, насыщенных углеродным (шунгитовым) веществом в некристаллическом состоянии. Шунгит признан ценным сырьем для строительства и промышленности. Кроме того, минерал прославился своими лечебными свойствами. Промышленные месторождения шунгита расположены в районе Онежского озера в Карельской АССР.

Возраст шунгита — около 2 миллиардов лет. Порода похожа на каменный уголь, она залегает в очень древних пластах земной коры, которые сформировались, когда на Земле не было ничего живого, а стало быть, не могло появиться и никакого каменного угля. Ему просто неоткуда было взяться. И все-таки образовались непонятно из чего залежи шунгита. Одна из теорий появления шунгита — метеоритная. Шунгит уникален тем, что содержит фуллерены, полые сферические ионы углерода. Они имеют свойства живой материи, при взаимодействии с клетками клеток живого организма способствуют их регенерации и восстановлению.

Взаимодействуя с водой, шунгит выделяет в нее комплексы этих самых фуллеренов, что дает целебный эффект.

Полезные свойства шунгитовой воды

Кроме замечательного вкуса, шунгитовая вода, как объясняют специалисты, ценна тем, что способствует подавлению любых аллергических реакций организма, помогает лечить экземы и дерматиты, раны, ожоги, стоматит, пародонтоз, остеомиелит, бронхиальную астму, заболевания почек и верхних дыхательных путей, полезна при сахарном диабете, выпадении волос.

Как приготовить шунгитовую воду

Самый простой и надежный способ получения шунгитовой воды в домашних условиях — использование специального шунгитового фильтра. Если у вас его нет, нужно раздобыть щебень или крошку шунгита. Приобрести их можно в аптеках или в магазинах, продающих различные натуропатические препараты.

Шунгитовая вода на щебне

1 кг шунгитового щебня промывать проточной водой до тех пор, пока сливаемая вода не будет чистой. Затем прокипятить щебень 15–20 минут в 4 литрах воды. Воду слить, щебень поместить в большую стеклянную или эмалированную емкость, залить 5–7 литрами воды. Настаивать воду следует сутки, затем можно использовать для питья, приготовления пищи, целебных примочек. Раз в неделю шунгит надо промывать и кипятить или

пропаривать в духовке плиты. Раз в полгода шунгитовый щебень следует менять.

Шунгитовая вода на крошке

0,5–0,7 кг крошки шунгита тщательно промыть в проточной воде.

Прокипятить в течение 15–20 минут, засыпать в трехлитровую стеклянную банку или эмалированную кастрюлю и залить водой из-под крана. Наставить перед использованием не менее 3 дней. Затем можно сливать по пол-литра шунгитовой воды в день, доливая емкость 0,5 л воды из-под крана. Крошку, как и щебень, надо раз в неделю промывать и пропаривать. Заменять ее надо раз в 3 месяца.

ЗАРЯЖАЕМ ВОДУ ЭНЕРГИЯМИ ВСЕЛЕННОЙ

Омагниченная, или структурированная вода

Попытки применить магнит в лечебных целях предпринимались людьми с самых давних времен. Древние врачеватели прикладывали магнитные бруски или пластинки к телу больного. Парацельс объявил однажды своим коллегам: «Я утверждаю ясно и открыто, на основании произведенных мною опытов с магнитом, что в нем скрыта тайна высокая, без которой против множества болезней ничего сделать невозможно». А особенно любим был магнит алхимиками, которые готовили из него мази, порошки и микстуры.

Полезные свойства омагниченной воды

Первые сведения о влиянии магнитных полей на биологические свойства воды были получены еще в XVIII веке.

Затем французский врач Дюрвиль описал лечебное действие омагниченной воды на раны и язвы. В ходе опытов выяснилось, что омагниченная вода оказывает на организм такое же влияние, как и приложенный к соответствующим участкам тела магнит.

Новейшие исследования показали, что при питье омагниченной воды увеличивается мочеотделение, снижается артериальное давление, изменяется фармакологическое действие ряда лекарств.

В одной из клиник Санкт-Петербурга больные, страдавшие почечно- и желчнокаменной болезнями, пили омагниченную воду, и она способствовала вымыванию солей и небольших камней. В клинике медицинского института г. Перми успешно используют магнитное поле как обезболивающий фактор и как средство, ускоряющее рубцевание ран и язв.

Я часто задумывалась, отчего так бывает: купаешься в речке или в озере — и чувствуешь себя словно заново родившимся. А приняв обыкновенную ванну, ощущаешь себя просто чистым — и все. Никакого полета души не происходит, обыденная гигиеническая процедура. А ведь причина очевидна: вода в открытых водоемах впитывает в себя природные магнитные излучения, за счет чего ее структура становится правильной, первозданной, гармоничной. Такая вода очищается от негативной энергоинформационной памяти, становится поис-

тине «живой». А вода, набранная нами из-под крана в ванну, это вода «мертвая», человеческому организму не полезная.

Структура омагниченной воды помогает ей легче и быстрее проникать внутрь клетки и воздействовать на нее. Она обладает бактерицидными свойствами, очищает сосуды от чужеродных белков, снижает количество холестерина в крови и печени, повышает обмен веществ, способствует мягкому раздроблению камней в желчном пузыре и почках, регулирует артериальное давление и повышает тонус организма, а также стимулирует иммунитет, регенерацию (обновление клеток).

Как приготовить омагниченную воду

Первый способ:

Чтобы приготовить магнитную воду, можно использовать очень простое устройство: обыкновенную лейку и два кусочка магнита, притягивающихся друг к другу и прикрепленных к носику лейки. Пролил водицу через такой чудо-прибор, и готова омагниченная вода! Если хочешь омагнитить ее сильнее, процедуру можно повторить несколько раз.

Такое простое омагничивание возвращает воде природные свойства. Когда вода течет по ржавым водопроводным трубам, ее структура разрушается, а омагничивание восстанавливает и упорядочивает деформированную структуру.

Кстати, современными исследованиями установлено много общих свойств между талой и омагниченной водой.

Второй способ:

Еще один способ для приготовления омагниченной, или структурированной, воды: талую воду выпаривают, а образовавшийся конденсированный дистиллят пропускают через активированный уголь. Процедура изготовления такой целебной воды достаточно проста.

Наливаете в герметически закрывающийся сосуд 6 л обычной подслащенной воды из расчета: десертная ложка сахара на литр, выпариваете 2 л и собираете капельки конденсата в стеклянную банку, попутно пропустив его через активированный уголь. На выводной трубке, откуда конденсат попадает в банку, закрепляете кольцевой постоянный магнит на 250 эрстед, а под банку подкладываете плоский магнит на 1000 эрстед. Северные полюса обоих магнитов должны быть обращены к воде, то есть верхний магнит должен быть повернут северным полюсом вниз, а нижний — вверх.

Наполнившуюся конденсатом 2-литровую банку охлаждаете в течение 8 ч при температуре, близкой к нулю. В результате верхняя треть воды в банке и будет омагниченной. Аккуратно собираете ее катетером. Время на приготовление следующей порции омагниченной воды можно будет сократить, если первую порцию вы зальете в формочки для приготовления кубиков льда и поставите ее в морозильную камеру. В дальнейшем достаточно будет бросать 1 кубик льда в 3-литровую банку конденсата, и он будет приобретать свойства омагниченной воды.

Целебные свойства такой воды сохраняются обычно не более суток, и это надо учитывать. При-

нимают омагниченную воду по 150 мл 3 раза в день натощак.

Наружное применение этой воды не имеет противопоказаний. Ее применяют в виде ванн, компрессов, примочек и обливаний при различных ранах, трофических язвах, экземе и аллергических дерматозах.

Что касается использования омагниченной воды в качестве питьевой, то делать это ежедневно не следует, так как в этом случае она будет чрезмерно активизировать жизненные процессы (исследователи заметили, что растение, обычно живущее 3 года, в результате применения омагниченной воды ускоряет свой рост и завершает жизненный цикл в 2 года).

Солнечная вода

Солнечная вода, впитавшая в себя энергию дневного светила, активизирует защитные силы организма; вселяет чувство оптимизма; прогоняет меланхолию.

Она делает нас веселыми, радостными, легкими в общении и легкими на подъем. Люди, регулярно употребляющую солнечную воду, достигают великолепных результатов в делах, они превращаются в магниты для денег. Причем обогащение происходит легко и без нудных, суетных хлопот, оно становится естественным и неизбежным, как процесс дыхания воздуха.

Налейте воду в стеклянную или керамическую миску или банку. Оставьте миску с водой на улице или на подоконнике у открытого окна, чтобы вода впитала целительную солнечную энергию. Доста-

точно трех часов, чтобы вода зарядилась солнечной энергией.

Пейте ее, умывайтесь ею!

Дети, которым дают солнечную воду, быстро растут, хорошо учатся в школе, отлично развиваются.

Если поливать солнечной водой комнатные растения, то они активизируют свой рост, интенсивно цветут.

Лунная вода

Опять же налейте воду в стеклянную или керамическую миску (банку) и оставьте на улице в лунную ночь, чтобы вода насытилась лунными лучами.

Лунная вода имеет свойство успокаивать и гармонизировать психику человека, она прогоняет грусть. Тем, кто страдает бессонницей, лунная вода заменит снотворное: ее нужно пить на ночь из маленькой серебряной рюмочки.

Выпитая утром натошак лунная вода активизирует творческую и сексуальную активность. Если вам нужно разбудить свою креативность, набросать новых идей, вам поможет именно лунная вода. Хотите подстраховаться перед важным разговором со своим возлюбленным (возлюбленной)? Выпейте утром лунной воды — и все пройдет как по маслу.

Когда дают лунную воду подросткам, это уравновешивает их гиперсексуальность. Кроме того, у юношей быстрее проходят проблемы с ломающимся голосом; у девушек быстрее устанавливается менструальный цикл.

Растения важно поливать лунной водой в период цветения: тогда они дольше сохраняют яркость и красоту и после цветения лучше плодоносят.

Вода радуги

А вот техника, которая позволяет заряжать воду в пасмурные дни.

Держите свою руку ладонью вниз над сосудом с водой. Медленно водите рукой по кругу над водой, по часовой стрелке. Представьте, что маленькая радуга выходит из вашей руки и опускается в воду, излучая успокоение и радость.

Если вы станете регулярно пить воду радуги, она будет каждый раз наполнять вас энергией радужного света, которая притянет к вам друзей, сделает вас душой любого общества. Нужно провести деловые переговоры? Зарядитесь радужной водой и увидите: партнеры будут очарованы вашим обаянием и вам с легкостью удастся достичь любых компромиссов.

Радужная вода помогает школьникам и студентам на контрольных работах, зачетах и экзаменах. Выпивший ее человек перестает волноваться, извлекает нужные мысли и идеи буквально из «закромов» своей памяти, а его уверенность в себе передается окружающим. Ни у кого не возникает сомнения в его компетентности и способностях.

Если вдруг какие-то ваши растения занедужат, пролейте их радужной водой — и они обретут новую силу, оденутся новой листвой и зацветут вам на радость!

Пирамидальная вода

Сегодня практически все имеют некое представление о пирамидах. Говорят, у них удивительная энергетика, они оздоравливают, притягивают удачу и т. п. Многие из нас завели небольшие макеты пирамидок дома. Может, помогут как-нибудь, места много же не занимают, есть не просят...

В списке семи чудес света, составленном в эпоху Александра Македонского, египетские пирамиды занимают первое место. Что же это за чудо такое великое?

Считается, что тайна энергетики пирамид — в том, что они построены по принципу золотого сечения, созвучному любой гармоничной конструкции живой природы. До сих пор остается загадкой конечная цель создателей египетских пирамид. Современные ученые тщательно высчитали пропорции, которые должны быть у пирамиды, чтобы она оказывала на пространство и человека оптимальное действие.

Полезные свойства пирамидальной воды

Если принять гипотезу о гармонизирующих свойствах пирамид, то становится очевидной сущность целебного эффекта от нахождения рядом с ними. А еще лучше — регулярно употребляя воду, «заряженную» пирамидой. В 1930 году было установлено, что органические вещества, помещенные в пирамиду, не портятся и не разлагаются, а затупленные лезвия бритв, полежавшие в картонной пирамиде, снова становятся гладкими и острыми.

Энергия пирамид исцеляет, замедляет старение, улучшает заживление ран, поднимает общий тонус организма, а также изменяет структуру воды, придавая ей поистине уникальные оздоравливающие свойства».

В 1998 году «Российская газета» рассказала о румыне Мирче Щербане, который «настаивает» воду под сделанной своими руками пирамидой в течение суток.

В результате таких «настояек» вода очищается от вредных примесей и по своей структуре становится близкой к чистой природной воде.

Ученые утверждают: вода, выдержанная в пирамиде в течение суток, приобретает абсолютно правильную структуру и подпитывается космической энергией. Такая вода укрепляет иммунитет и оказывает омолаживающий эффект.

Если поместить внутрь пирамиды сосуд с водой на высоте $\frac{1}{3}$ от основания, можно получить воду, которая не замерзает даже при температуре -38°C , а при встряхивании почти мгновенно кристаллизуется.

Как приготовить пирамидальную воду

Если у вас пока нет дома пирамиды, ее нужно приобрести или изготовить самостоятельно, например, из картона, макет четырехгранной пирамиды. Лучше всего исходить из таких пропорций: из картона вырезается квадрат 157×157 мм, в нем прорезается прямоугольное отверстие 70×50 мм параллельно сторонам квадрата, по сторонам квадрата приклеиваются равнобедренные треугольники $157 \times 150 \times 150$ мм, сходящиеся в вершине.

Пирамидой-макетом нужно накрыть сосуд с водой и оставить на сутки.

Не забудьте: стороны четырехгранной пирамиды должны быть ориентированы по сторонам света с помощью компаса.

Как приготовить личную воду и настроить ее на исцеление

Что вам понадобится

1. Сосуд для воды из любого материала кроме металла и пластика (подойдет стеклянная банка, керамическая посуда, фарфор, хрусталь т. д.). Емкость должна быть не слишком большой (трехлитровая банка — максимум).
2. Свеча или фонарик.
3. Очищенный от коры сосновый прутик длиной 15–20 сантиметров. Подойдет также кедр или лиственница — но сосна чаще всего нам доступнее.

Кроме этого вам может потребоваться ваша фотография, где вам не более 25 лет, и где вы выглядите здоровым и счастливым (других людей на фотографии быть не должно, ваше изображение можно вырезать из групповой фотографии).

Для чего нужна свеча или фонарик

Жизнь зародилась на планете Земля, когда в воду упал луч солнца. Сочетание двух этих субстанций — света и воды — активизирует саму жизнь, и таинство этого процесса до сих пор не до конца раз-

гадано наукой. Так или иначе — но «пробудить», «оживить» воду нам поможет свет.

Для чего нужна сосновая веточка

Для начала нам надо будет не только «оживить» воду, но и очистить ее от ненужной нам энергии и информации, которая там может быть. Если это вода из-под крана — она могла идти по ржавым трубам, где структура воды меняется не в лучшую сторону. Если это вода в бутылках из магазина — мы не знаем, кто на нее смотрел и о чем думал, что говорил поблизости. Вода имеет свойство все впитывать, а впитывая, еще и усиливать. Поэтому прежде чем использовать воду, надо убрать все темное, тяжелое, застойное, надо дать воде возможность обрести энергетическую легкость и прозрачность.

Энергетика сосны в этом смысле уникальна и незаменима. Это дерево обладает вибрациями, способными растворять сгустки энергии, очищать и придавать прозрачность, и убирать лишнюю информацию. Кедр и лиственница обладают примерно такими же свойствами.

Как подготовиться к общению с водой

Неважно, где вы будете проводить ритуал, — но важно создать обстановку, которая для вас соответствует представлению о чистоте и уюте. Если вы в своей комнате — наведите порядок, уберите со стола все лишнее, постелите чистую белую скатерть.

Разместите на столе вышеперечисленные предметы, необходимые для ритуала — предварительно налив в емкость воду.

Кроме предметов, которые непосредственно понадобятся вам для ритуала, на столе можно разместить несколько предметов, обладающих для вас особой значимостью и привлекательностью. Это могут быть какие-то кристаллы, украшения, предметы быта или искусства, цветы и другие растения — все то, что может быть для вас своего рода талисманом, то есть вещью, несущей в себе вибрации радости, благополучия и счастья. Это могут быть как предметы, напоминающие о чем-то хорошем (если это хорошее не омрачено печалью и грустью о прошедшем счастье), так и сами по себе радующие глаз и вызывающие приятные чувства.

Создайте для себя пространство комфорта — рядом со столом расположите кресло или удобный стул, где вы будете чувствовать себя удобно, сможете расслабиться.

Ну и, конечно, позаботьтесь о том, чтобы вам никто не помешал хотя бы в течение получаса. В комнате кроме вас никого не должно быть — ни людей, ни домашних животных. Отключите телефоны и попросите некоторое время вас не беспокоить.

Для чего все это нужно?

Для того, чтобы установить доверительный контакт с водой. Воде, как любому живому существу, нужна спокойная доверительная обстановка, чтобы раскрыться и вступить в полноценное общение. В обстановке нервозности, спешки, или беспорядка, хаоса материального и душевного, это попросту невозможно.

Поэтому не пожалейте времени на эти приготовления, тем более что они не столь уж и сложны. На-

стройте себя так, как если бы вы ждали значимого и интересного для вас гостя, в обществе которого вам приятно находиться. Комфортная, теплая обстановка — это именно то, что нужно.

Как заряжать воду на свое здоровье

Время проведения

Основное условие: ритуал проводится при убывающей Луне, то есть на третьей и четвертой лунной фазе, исключая дни полнолуния и новолуния. Когда Луна убывает, на морях и океанах происходят отливы. В это время энергия воды концентрируется, накапливается внутри (во время приливов она выплескивается наружу). Таким образом именно во время убывающей Луны вода обладает наибольшей силой. Поскольку водная стихия нашей планеты — это единый организм, то все процессы в ней происходят синхронно: даже в воде из-под крана они аналогичны тем, что происходят в морях и океанах. Поэтому во время отливов на морях и океанах в воде из-под крана также накапливается энергия, как и там.

Особенно благоприятны для контактов с водой шестнадцатые и двадцать седьмые лунные сутки. В это время вода обладает особой силой и наибольшей восприимчивостью к нашему воздействию. Причем в шестнадцатые лунные сутки предпочтительнее готовить воду, предназначенную для очищения, а в двадцать седьмые можно с одинаковым успехом проводить ритуал как на очищение, так и на лечение конкретных заболеваний.

Кроме того, лучшие свои свойства вода проявляет, когда Луна проходит через знаки Зодиака,

связанные с водной стихией (Скорпион, Рак, Рыбы).

В прочие лунные сутки второй половины лунного месяца тоже проводить ритуал не запрещается, но надо иметь в виду, что эффект от полученной в результате воды может быть несколько меньшим.

Вода, которую вы приготовите в процессе ритуала, сохраняет свои свойства достаточно долго, то есть вы сможете ею пользоваться дольше, чем в течение месяца.

Что важно знать при зарядке воды

Ключ к правильному действию ритуала находится в нас самих — в нашей собственной природе. (Как уже говорилось, мы более чем на 60 % состоим из воды.) Ритуал пробуждает ваши скрытые способности. Найдите в себе хотя бы немного Света — и вода его усилит.

Прежде чем вступить в контакт с водой, мы должны сами себя подготовить к этому контакту. И не только подготовить, но активизировать в самих себе ту действующую силу, которой мы будем воздействовать на воду.

Эта действующая сила имеет разные наименования: энергия, дух, или Свет.

Нужно найти в себе хотя бы крошечный лучик Света! Сокровенного Света, который связывает нас с миром, с Богом.

Главное, в чем вы должны быть убеждены: этот Свет уже есть в вас, независимо от того, ощущаете вы его или нет. Ваша задача — только найти, обнаружить, а для этого почувствовать этот Свет внутри себя.

Не обязательно вы будете ощущать это именно как свет. Это может быть ощущение тепла, нежного дружеского прикосновения, чего-то мягкого и приятного, а также надежной опоры, стержня внутри. Это может быть просто ощущение комфорта, защищенности, словно вы внутри упругого, смягчающего все удары кокона. Это может быть ни с чем не связанное чувство радости и покоя.

Но у всех этих ощущений — являющихся проявлением Света — обязательно есть источник внутри вас: он находится где-то в груди, в области сердца.

Для начала хотя бы вообразите, что этот источник в вас есть. Воображение — мощная штука, оно моментально приведет этот источник в действие, и вы почувствуете его.

Порядок действий

1. Поставьте емкость с водой на стол или другую твердую поверхность. Возьмите заранее приготовленный сосновый прутик и быстро перемешайте воду по часовой стрелке, так, чтобы образовался бурунчик, воронка — небольшой водяной вихрь.

Результат:

Вихрь, закрученный по часовой стрелке, обладает мощным положительным зарядом — в нем возникает энергия созидательного потенциала. Под воздействием этой энергии в молекулах воды начинают идти созидательные процессы. Молекулы «вспоминают» себя, свою изначальную структуру, и начинают выстраиваться в жидкие

кристаллы. Бесформенная масса воды оживает и структурируется. Одновременно энергетика сосны очищает воду от ненужной информации и помогает энергии воды преодолеть застой, начать двигаться.

2. Зажгите свечу или фонарик и подсветите воду. Свет надо направить на поверхность воды так, чтобы на воде появились блики. Подсвеченную воду еще несколько раз быстро перемешайте по часовой стрелке сосновым прутиком.

Результат:

Когда в воду попадает свет, в ее жидких кристаллах включается программа на развитие и поддержание жизни. Вода «оживает», в ней включаются созидательные возможности по исцелению и обновлению любого живого организма, в том числе и человека.

3. Продолжая подсвечивать воду свечой или фонариком, мысленно присоедините к этому физическому свету сокровенный Свет вашего сердца. Пусть свет свечи или фонарика будет тем физическим носителем, на который вы накладываете новую информацию — свою энергию, свой Свет. Представьте себе, что блики на воде — это и есть Свет, который вы направляете от сердца.

Результат:

Свет, который вы направляете воде, действует гораздо мощнее физического света. К тому же не забывайте, что вода многократно усиливает

любой направляемый ей заряд энергии. Процессы структурирования воды, зарядки ее созидательной энергией получают новый, очень сильный импульс. Одновременно происходит своего рода «знакомство» воды с вами. Вы «представились» воде, положили начало контакту. Вода при этом должна вас «увидеть», «почувствовать».

4. Возьмите емкость с водой (или обхватите руками), наклонитесь над поверхностью воды и попросите воду очистить вас от всего ненужного, мешающего: болезней, темных застойных энергий, отживших свое программ. Формулировать эту просьбу можно своими словами.

Произнося слова, вкладывайте в них энергию, и направляйте ее вместе со словами в воду.

Результат:

Вы заложили в воду программу на очищение и оздоровление. Причем вода, будучи разумной субстанцией, определит, в каком именно очищении вы нуждаетесь, даже если вы что-то не упомянете в своей формулировке. Вода настроится на очищение вас именно от тех органов, которые в этом нуждаются, и увеличит приток животельной энергии туда, где она необходима.

Предупреждение

Заряженную воду можно использовать в любом виде лечения, которое описано выше. Ее можно добавлять в ванны, в сосуды для обливания, пить, делать с ней компрессы, умываться.

Но эту воду нельзя заговаривать или намаливать. Заговор и молитвы — отдельный вид программирования воды, который действует сам по себе. Результат от наслаивания разных ритуалов на воду может быть непредсказуемым.

Где хранить заряженную воду

Воду мы приготовили. Но меня часто спрашивают: «В чем лучше всего держать воду?» Я рекомендую стеклянные или керамические сосуды. Если же вы предпочитаете пластиковые бутылки, то чем выше качество пластика, тем лучше. Лучше всего — бутылки из полипропилена. На мой взгляд, лучше избегать мягких бутылок (они содержат фталаты). Бутылки из твердого пластика, в которых часто продают воду, намного безопаснее, чем широко распространенные «гнущиеся» бутылки, особенно если речь идет о воде, которую будут пить дети. Хотя переработка пластиковых бутылок — доброе дело для экологии, недавние исследования показывают, что она может представлять угрозу для здоровья. Не так давно было установлено, что в некоторых типах пластиковых бутылок содержатся опасные бактерии и потенциально токсичные компоненты. Если бутылки при переработке не прошли надлежащей очистки, они могут представлять риск для здоровья. Опасность бактериального загрязнения относится и к контейнерам других типов — например, стеклянным. Если перед тем как налить в бутылку новую воду, вы как следует ее помоете, это будет гарантией того, что она не превратится в фабрику бактерий.

Если вы хотите использовать для хранения воды пластиковую бутылку, проверьте ее «на нюх». Это

самый верный способ определить, можно держать в ней воду или нет. Возьмите любую пластиковую бутылку из-под воды, купленной в супермаркете, и как следует понюхайте ее. Вскоре вы научитесь понимать, насколько она пригодна или непригодна для этих целей. Чаще всего, едва открутив крышку пластиковой бутылки, мы уже чувствуем явный запах химических соединений. И хотя на сегодняшний момент ученые еще не исследовали мягкий пластик на содержание канцерогенных агентов, доверьтесь своему нюху, а лучше все-таки выберите стекло или керамику.

Книги о том, как обрести здоровье, открыть белую полосу в своей жизни

Автор	Название книги	Кол-во стр.
Популярные энциклопедии в серии «Уникальный Учебник»		
Как привлечь в дом удачу и благополучие и защитить дом от беды		256
Как исполнить желание		352
Уникальные знания признанных целителей современности в серии «Великие целители мира»		
Ю. Хван	Как стать здоровым, ничего не делая?	368
А. Маловичко	Большая книга-очищение. Полное очищение организма от грязи и шлаков	320
Ищущим свой путь саморазвития укажут дорогу книги серии «Исцеляющий посох»		
А. Левшинов	Рэйки. Исцеляющие руки	128
А. Левшинов	Самая полезная гимнастика в мире. Самомассаж весом собственного тела	128
А. Левшинов	Космическая йога	160
А. Левшинов	Золотой ключ богатства и успеха в любом деле	123
А. Левшинов	Власть над судьбой. Тренинг ментальной части кармы	144
А. Левшинов	Исцеление судьбы. Тренинг вербальной части кармы	192
А. Левшинов	Как менять судьбу. Тренинг физической части кармы	160
«Maximum успеха» принесут книги этой серии		
Р. Уолтер	Дави педаль удачи! 4-шаговая модель успеха	160
Д. Лайлз	4 всепобеждающие привычки высокоэффективных людей	160
Д. Лайлз	Ноль граммов бесплатного сыра. 4 секрета, которые изменят жизнь в сторону 100% успеха	160
Д. Берч	Путь собаки. Искусство делать успех неизбежным!	160
Серия «100 знаменитых систем оздоровления»		
А. Крапивина	Питание и очищение по методу Семеновой	64

Автор	Название книги	Кол-во стр.
А. Савина	Великая формула здоровья. Эликсир Джарвиса	64
И. Вознесенская	Ключ к здоровью от Дипака Чопры.	
	Советы великого учителя	64
Краткие руководства к действию в книгах серии «Академия здоровья и удачи»		
Сестра Стефания	Ваши желания исполнит Вселенная. Метод пирамиды	160
М. Т. Сантвани	Магнит-метод. Искусство лечения магнитами. Лечение самых распространенных заболеваний без лекарств и хирургии	224
М. Краснова	22 предмета удачи, которые советовала иметь дома Ванга	160
О. Вэлл	Тайна числового кода денег	160
С. Розов	Сенсационная программа освоения живой энергии	160
А. Левшинов	Научи организм вырабатывать стволовые клетки	128
А. Левшинов	Буду здоровым и успешным. Тайна шавасаны	128
А. Левшинов	Семь главных секретов. Как сделать фигуру великолепной	160
А. Левшинов	Наполнись силой талисмана! Звезда Эрцгаммы	160
Ю. Хван	Здоровье заказывали? Получите! Сборник специальных упражнений по самовосстановлению организма	160
Алиса Ночь	Книга женской силы. Как влиять и управлять	160
Алиса Ночь	Книга женской силы. Как добиться непрерывного везения	160
Алиса Ночь	Книга женской силы. Путь в счастливое будущее. Современный магический ритуал	128
Р. Менен	Притяжение здоровья. Великая сила магнита	160
К. Макколман	12 главных законов реальной магии, которые следует знать до пробуждения колоссальной силы Вселенной	160
А. Левшинов	12 сторон судьбы. 12 сторон ладони	160
Дж. Брэнтли, В. Миллстайн	Пять минут для хорошего здоровья. 100 оздоровительных вечерних упражнений — и ты в полном порядке	160
Дж. Брэнтли	Пять минут для хорошего здоровья. 100 оздоровительных дневных упражнений — и ты в полном порядке	160

Автор	Название книги	Кол-во стр.
Дж. Брэнтли, В. Миллстайн	Пять минут для хорошего здоровья. 100 оздоровительных утренних упражнений — и ты в полном порядке	160
Сестра Стефания	Ангелы-хранители. Как получить помощь в делах и крепкое здоровье	160
Д'Анджело Ишвара	Ваш ангел-хранитель. Как его найти и услышать его советы	160
Сестра Стефания	Вода исполнит ваши желания. Как наговаривать на воду, чтобы получить здоровье и богатство	128
А. Левшинов	Я выбираю жизнь, где мои желания исполняются	160
А. Левшинов	Как привлекать деньги. Секреты Внутренней Силы	160
Г. Нильсен, Дж. Полански	Маятник может все! Умножение способностей в 100 000 раз!	224
Ф. Фрейдберг	Новый революционный лечебный метод. Исцеление при помощи техник движения глаз	224
А. Левшинов	Правильный сон, или Исцеляющая ночь	160
А. Левшинов	Формула целительной медитации, или Внутренний наркотик	192
Природные средства и методики оздоровления в серии «Книга — очищение»		
А. Маловичко	Лечение печени. Принципы и методы	224
Секреты династии целителей Блаво в книгах серии «Даю вам помощь»		
Р. Блаво	Трансформинг судьбы. Книга, привлекающая деньги	128
Р. Блаво	Тайна долгой жизни.	288
Р. Блаво	Золотая книга успеха и благоденствия	128
Е. Дорогавцева, Р. Блаво	Исцели себя водой	256
Древнейшие методы врачевания самых распространенных недугов в серии «Знахарь»		
М. Игнатова	Анастасия. Чудо-встреча, к которой я так стремилась	160
А. Левшинов	Знахарь. Вылечи спину	64
А. Левшинов	Знахарь. Избавь свой организм от шлаков	64
А. Левшинов	Знахарь. Вылечи суставы	64
А. Левшинов	Знахарь. Снимаю головную боль	64

Автор	Название книги	Кол-во стр.
Традиции донских казаков в книгах серии «Казачий спас»		
Д. Усвятлова	Спаси и защити! Молитвы, заговоры, слова благие и черные	160
Д. Усвятлова	Справный дом. Как обустроить дом, чтобы все в нем было хорошо	160
Д. Усвятлова	Справная Жизнь. Без болезней и нужды	160
Книги серии «Персональный убойный отдел» научат давать отпор распускающему руки противнику		
В. Шлахтер	Боевая машина. Наука побеждать. Победа в реальном бою, или Как закалять сталь	288
Й. Абернети	55 эффективных захватов реального боя	160
	600 «убойных» приемов дзюдо. Секреты подготовки бойцов-разведчиков	224
Спасительные заговоры старообрядцев-целителей, хранимые в тайне более 300 лет в книгах серии «Заговоры печорской целительницы»		
И. Смородова	Гадания от печорской целительницы Марии Федоровской	128
И. Смородова	Толкователь снов печорской целительницы Марии Федоровской	128
И. Смородова	Заговоры печорской целительницы Марии Федоровской на любовь нерушимую и верность голубиную	160
И. Смородова	Заговоры на крепкую семью, достаток в доме и здоровье домашних	160
И. Смородова	Заговоры печорской целительницы Марии Федоровской на удачу и богатство	160
Все о древнекитайском искусстве достижения гармонии с окружающей средой в книгах серии «Лучшие техники фэн-шуй»		
Ш. Митчелл	Грааль удачи и здоровья у вас дома	256
Ю. Азарова	Магниты изобилия. Маячки везения. Талисманы-Хранители	160
Ю. Азарова	Поток изобилия и достатка. Техники привлечения	160
Ю. Азарова	Щит от неудачи. Как вылечить и защитить дом	160
Книги серии «Школа успеха» научат преуспеванию на любом поприще		
С. Голд, П. Голд	Секретное руководство по расшифровке жестов, поз, мимики. Я читаю ваши мысли	320
С. Голд, П. Голд	Новейшее руководство по расшифровке жестов, поз, мимики. Что она имеет в виду. Читай женщину как книгу!	160

Автор	Название книги	Кол-во стр.
С. Голд, П. Голд	Новейшее руководство по расшифровке жестов, поз, мимики. Что он имеет в виду. Читай мужчину как книгу	160
Р. Гликман	Оптимальное мышление. Главный навык высокоэффективных людей	256
	Большая энциклопедия самых популярных диет для здоровья и похудения	416
К. Уолкер	Как стать душой любой компании	192
Дж. Хувер, Б. Спаркмен	12-шаговый метод продать что угодно кому угодно	320
Э. Зелински	Уволен... Вот это подвалило! Дао лентяя по жизни	288
В. Шарма	Новейший язык телодвижений. Самое полное руководство по языку тела	160
А. Большаков	Большая книга скрытого влияния на людей	256
А. Рич	45 заряженных картинок для богатой жизни	192
М. Дэвис	Большая книга влияния. Тренинг воздействия	352
Н. Шримали	Большая книга чтения человека по линия и знакам руки и лица	384
Ю. Коршун	В воздушных замках нету сквозняков. Книга про то, как стать Хозяйкой своей жизни и получить от нее все, что хочешь	224
Женя Ярилов	Золотая инструкция по хомутанию мужчин. Книга, необходимая каждой женщине, которая хочет управлять мужчинами	192
Г. Феникс	Золотая книга здоровья	288
Д. Бэррон	Как заставить кого угодно делать что угодно. Скрытое влияние на человека	224
С. Раттер	Как на самом деле бросить курить. На любой срок, без стресса и последствий	192
О. Рикер	Как на самом деле построить счастливую семью: 6 секретов от психолога с мировым именем	256
Э. Вест	Как снять женщину своей мечты. Соблазнение по-научному	224
Д. Колисниченко	Контраварийное вождение. Советы — BEST. Советует и рекомендует президент клуба BMW	192
Д. Колисниченко	Перед покупкой авто. Все, что необходимо знать покупателю. Советует и рекомендует президент клуба BMW	224
Д. Колисниченко	Популярный самоучитель безопасного вождения. Советует и рекомендует президент клуба BMW	256

Автор	Название книги	Кол-во стр.
Ш. Нарайян	Практический гипноз для начинающих	256
Е. Осикин	Современная практическая магия	160
П. Сноу	Создай свою судьбу. Как иметь больше денег, здоровья, любви и всего, чего хочется	288
Г. Э. Авшарян	Тренинг памяти. Как научиться сходу запоминать любую информацию	288
Т. Бисор	Убедить кого угодно, где угодно и в чем угодно	320
«Свет. Сила. Добро» войдут в вашу жизнь вместе с этими книгами		
Д. Усвятлова	Казачий спас. Сила и свет знахарей Дона	320
Д. Усвятлова	Казачий спас. Казачий щит от нужды и болезней. Справная жизнь	384
А. Крапивина, А. Савина	Система Болотова и настоящий золотой ус — зебрина	256
Л. П. Хоран	Энергия благополучия, здоровья, силы. Изучаем рэйки: 108 вопросов и ответов	192
С. Розов	Управление подсознанием	272
А. Левшинов	Главный учебник удачи	320
А. Левшинов	Русский путь здоровья	448
Ю. Азарова	Лунный календарь привлечения денег до 2012 года	256
А. Левшинов	За кулисами мистики. Истории силы	320
К. Бауэр	Архангелы. Как их найти, как с ними общаться и услышать их советы	192
А. Разумов	Золотые техники привлечения денег, исполнение желаний и возвращение здоровья	352
Ю. Коршун	Как сварить волшебное зелье. Самоучитель везения и реализации желаний	224
А. Левшинов	Больша книга-тренинг. Управление своей судьбой, привлечение денег, энергии, здоровья и любви	480
А. Левшинов	Живот — это жизнь. Уроки здоровья	352
А. Левшинов	Золотые техники здоровья	352
В. Богданович	Самые надежные методы привлечения денег и удачи и реализации любых желаний	416
Р. Робинсон	Читать человека, словно книгу, по линиям и знакам ладони. Полное руководство по практической хиромантии	256
С. С. Брондуин	Я учусь колдовать! Посвящение в тайны древней магии	256

Автор	Название книги	Кол-во стр.
Проверенные методики оздоровления в книгах серии «Здоровье — это счастье»		
А. Савина	Тайные послания воды.	
	Код любви и здоровья	128
А. Крапивина	Вся правда о стволовых клетках	64
В. Агафонов, А. Савина, Е. Мелехова	Золотая простокваша тибетского молочного гриба	128
А. Крапивина	Бабушкин метод. Лечение слюной	64
А. Крапивина	Система Семеновой. Советы по чистке организма и питанию	128
А. Крапивина	Болотов. Гениальное учение обретения здоровья	128
И. Вознесенская	11 золотых тайн здоровья	128
А. Левшинов	Избавление от боли. Система упражнений и лечебных процедур	256
М. Краснова, В. Агафонов	Золотая народная книга здоровья.	256
В. Агафонов, А. Крапивина, В. Дудина	Уникальная система оздоровления по Болотову. Известные и неизвестные рецепты и рекомендации	320
А. Савина	Здоровье сосудов. 150 золотых рецептов	128
И. Вознесенская	Золотая книга питания по системе Дипака Чопры	160
К. Филиппова	Нас излечит морская соль	128
Ю. Андреева	Настольная книга астматика	160
В. Дудина	Правила разумного питания Болотова. Квасы, жмыхи, чай, соки и многое другое	128
Серия «Советы Майи Гоголан»		
Энциклопедия здорового питания. Большая книга о здоровой и вкусной пище		432
Целительные свойства нашей пищи. Как очистить организм, улучшить состав крови и повысить иммунитет		128
Законы полноценного питания. Энциклопедия здоровья		480
Законы полноценного питания		576
Для тех, кому за 40. Секреты молодости. Как питаться, чтобы жить долго		48
Будь красивой и молодой, питаясь правильно!		48
Наполненные любовью к миру растений и мудростью многих людей книги в серии «Огородная душа»		
В. Машенков	Народная энциклопедия. Золотые секреты	480
В. Машенков	Самые вкусные заготовки	160
В. Машенков	Уроки мастерства для огородников и дачников	320

Автор	Название книги	Кол-во стр.
Сенсационные и ранее закрытые для народа рецепты здоровья, богатства, успеха в книгах серии «Кремлевские секреты здоровья»		
К. Медведев	«Кремлевская» аэробика для мышц и кожи лица	128
К. Медведев	«Кремлевские» секреты ухода за ногами	128
К. Медведев	«Кремлевские» тайны скрытого управления людьми	128
К. Медведев	Кремлевские секреты молодости и здоровья	128
Е. Мелехова	Астрагал — трава жизни кремлевских вождей	128
Книги серии «Святые вам помогут» научат, как молитвами исцелиться от недугов, обрести семейный мир, наставить детей		
А. Гиппиус	Вам поможет святой Пантелеимон и 15 святых врачей	128
А. Гиппиус	Вам поможет Ксения Блаженная	128
Каждая страница изданий серии «Добрая книга» — это фотография, радующая глаз, и мудрое изречение, согревающее сердце		
	Кошка — это счастье, требующее почесать его за ушком	96
	Собака — это мое сердце, бьющееся возле ног	96
	Бывают дни, когда опустишь лапы	96
Художественная литература		
Р. М. Прайс	Обман да Винчи	272
Преуспевание и здоровье. Внесерийные издания		
М. Шилстоун	Стройная фигура за 4 недели. Олимпийский курс сжигания лишнего жира	352
Д. Тартелл, Т. Кавано	Фитнес не покидая постели. Упражнения «лежа на боку»	160
Р. Хиттлман	Золотая книга здоровья. Йога за 28 дней	224
Р. Йедидия	Могущество каббалы. Нумерология, амулеты, техника толкования сновидений, астрологические знаки, символика	160
Б. Стейтем	Чем нас травят? Полный справочник вредных, полезных и нейтральных веществ, которые содержатся в пище, косметике, лекарствах	320
Л. Шапиро	Секретный язык детей	384
П. Симорон, П. Симорон	Бурлан-до, или Как достичь того, чего достичь невозможно (тверд.переплет)	448
П. Симорон, П. Симорон	Бурлан-до, или Как достичь того, чего достичь невозможно (мягк.обложка)	448
А. Левшинов	Избавление от боли суставов, головы, позвоночника	256

Автор	Название книги	Кол-во стр.
А. Левшинов	Исцеляющий посох. Реальный цигун	272
П. Бурлан, П. Бурлан	Симорон из первых рук, или Как достичь того, чего достичь невозможно	320
В. Богданович	Учебник привлечения денег. Тайна богачей всех времен и народов	272
Пособия для будущих, новоиспеченных и бывалых родителей в серии «Добрая книжка для мамы и папы»		
С. Бретт	Ах я маленький паршивец! Исповедь маленького негодника. Первый год жизни	224
С. Бретт	Я объявляю вам войну! Исповедь маленького негодника. Второй год жизни	224
С. Бретт	Что, опять!? Исповедь маленького негодника. Третий год жизни	256
О здоровье и развитии ребенка расскажут книги из серии «Воспитай меня правильно»		
	Уроки Домана. Система раннего развития, которая потрясла мам	96
	Уроки Монтессори. Система раннего развития, которая потрясла мам	64
А. Гиппиус	Здоровье ребенка. 100 %	128
Советы педагога и психолога с мировым именем в книгах серии «Папочки и деточки»		
Э. Ле Шан	Когда дети и взрослые сводят друг друга с ума	416
Э. Ле Шан	Когда ваш ребенок сводит вас с ума	448
Э. Ле Шан	Когда дети сводят друг друга с ума	144
Э. Ле Шан	Ребенок «не такой, как все»	160
Э. Ле Шан	Ребенок «капризничает»	128
Ответы на вопросы вдумчивых пап и мам в книгах серии «Главная книга родителей»		
Э. Шафер	Правда о том, как сохранить рассудок и вырастить замечательных детей	288
Э. Пэнтли	Как перестать вопить, ворчать, умолять и начать жить в согласии со своими детьми	320
Ф. Дж. Зелигсен	Как родить Принцессу или Принца. Советы по беременности императрицы Востока Цзин	160
А. Гиппиус	Правда о вредных товарах	128
Д. Орлова	Большая книга Монтессори	192
Д. Орлова	Ваш ребенок умнее, чем вы думаете	128