

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.

Чудо-целитель ВОДА

365 рецептов от всех болезней





ВОДА ОСНОВА ЖИЗНИ НА ЗЕМЛЕ.

Вода — лекарство, ибо изгоняет
она из тела всякие недуги, и все хвори
одолеваются ею, и страдания побеждаются.
Жизнью вечной наполнена она, и потому тело хранит
от сил вредоносных, и несет в себе исцеление,
и во все времена великолепна она,
оттого не должно мудрому о ней забывать.
Веды

Вода — самое распространенное во Вселенной молекулярное вещество после молекулярного водорода. Вода играет важнейшую роль в формировании звезд и в процессе возникновения жизни. Наличие воды в жидкой форме является необходимым условием для развития живых организмов. По общепринятой научной теории жизнь на нашей планете зародилась сотни миллионов лет назад, когда на Земле сложились для этого благоприятные условия. И зародилась она, по мнению ученых, в океане, то есть в воде. Огромное количество лет ушло на то, чтобы из необходимых химических соединений, растворенных в мировом океане, возникли органические вещества, положившие начало простейшим живым существам. Прошла еще не одна сотня миллионов лет, и жизнь расселилась по всей планете. Сегодня она в различных формах и видах существует практически везде — в воде, на суше и в воздухе. Но эта органическая связь с водой сохранилась.

Вода — загадочное вещество. До сих пор учёные не могут понять и объяснить многие её свойства. Непонятно, почему вода не только изменяет некоторые свойства при

воздействии на неё магнитного поля, но и может надолго сохранять их. В такой воде по-другому происходят реакции осаждения. Многие соли из обычной воды выпадают при её испарении в виде плотного осадка, образуя накипь (например, в чайнике). Намагниченная же вода накипи не образует. Но, несмотря на неизвестность причины, специалисты-практики применяют намагничивание воды для борьбы с накипью на ТЭС и АЭС. Учеными также было установлено, что вода на Земле изменяет свою природу в зависимости от процессов, происходящих на Солнце и в космосе: космические причины влияют на характер протекания в воде некоторых химических процессов, например, на скорость появления осадков. Причины этого также пока не выяснены. Многие наблюдения и факты говорят о том, что талая вода обладает особыми свойствами — она более благоприятна для развития живых организмов. Возможно, это происходит потому, что при таянии льда изменяется его изотопный состав. Конечно, с развитием науки и техники все эти загадки со временем будут разгаданы. Очень возможно, что будет открыто ещё немало новых, более удивительных свойств воды — самого необыкновенного в мире вещества.

Вода — это вещество со сплошными аномалиями, она устроена и ведет себя совершенно иначе, чем другие вещества в природе.

Аномальные состояния воды

Аномалия плотности

По всем законам физики лед должен быть тяжелее воды. Объём всех твёрдых тел при плавлении увеличивается, и они тонут в собственном расплаве. Но лед этому правилу не подчиняется. Это свойство воды — аномалия в природе, исключение. Плотность воды при переходе ее из твердого состояния в жидкое не уменьшается, как почти у всех других веществ, а возрастает. При нагревании воды от 0 до 4 °C плотность её также увеличивается. При 4 °C вода имеет максимальную плотность, и лишь при дальнейшем нагревании её плотность уменьшается. Если бы при понижении температуры и при переходе из жидкого состояния в твердое плотность воды изменялась бы так же, как это происходит у подавляющего большинства веществ, то при приближении зимы поверхностные слои природных вод охлаждались бы до 0°C и опускались на дно, освобождая место более тёплым слоям, и так продолжалось бы до тех пор, пока вся масса водоёма не приобрела бы температуру 0°C. Далее, вода начинала бы замерзать, образующиеся льдины погружались бы на дно, и водоём промерзал бы на всю глубину. При этом многие формы жизни в воде были бы невозможны. Но так как наибольшей плотности вода достигает при 4 °C, то перемещение ее слоев, вызываемое охлаждением, заканчивается при достижении этой температуры. При дальнейшем понижении температуры охлажденный слой, обладающий меньшей плотностью, остается на поверхности, замерзает и тем самым защищает лежащие ниже слои от дальнейшего охлаждения и замерзания. Вода — единственное в мире вещество, которое после плавления сначала сжимается, а потом, по мере повышения температуры, начинает расширяться. Эту редкостную аномалию в свойствах воды объясняют тем, что в действительности жидкая вода представляет собой сложный раствор необычного состава: это раствор воды в воде. При плавлении льда сначала образуются крупные сложные молекулы воды. Они сохраняют остатки рыхлой кристаллической структуры льда и растворены в обычной низкомолекулярной воде. Поэтому сначала плотность воды низкая, но с повышением температуры эти большие молекулы разрушаются, и поэтому плотность воды растёт, пока не начнёт преобладать обычное термическое расширение, при котором плотность воды снова падает. Такое необычное свойство воды имеет огромное значение для жизни. В водоёмах перед наступлением зимы постепенно охлаждающаяся вода опускается вниз, пока температура всего водоёма не достигнет четырёх градусов. При дальнейшем охлаждении более холодная вода остаётся сверху и всякое перемешивание прекращается. В результате создаётся своеобразное положение: тонкий слой холодной воды становится как бы «тёплым одеялом» для всех обитателей водоёма. При четырёх градусах они чувствуют себя явно неплохо.

Аномалия поверхностного натяжения

Известно, что молекулы, находящиеся на поверхности жидкости, имеют избыток потенциальной энергии и поэтому стремятся втянуться внутрь так, что при этом на поверхности остается незначительное количество молекул. За счет этого

вдоль поверхности жидкости всегда действует сила, стремящаяся сократить поверхность. Это явление в физике получило название поверхностного натяжения жидкости. Среди существующих в природе жидкостей поверхностное натяжение воды уступает только ртути. С поверхностным натяжением воды связано ее сильное смачивающее действие (способность «прилипать» к поверхности многих твердых тел). Кроме того, вода является универсальным растворителем. Теплота ее испарения выше теплоты испарения любых других жидкостей, а теплота кристаллизации уступает лишь аммиаку. При всех своих уникальных свойствах вода все же не имеет способностей смачивать другие тела. Она с трудом смачивает металлы, совершенно не смачивает жирные поверхности. Водой не намочишь парафин. Капли воды скатываются с поверхности многих полимерных материалов: тефлона, полиэтилена и других. Спирт же, или, например, керосин очень хорошо смачивают почти любые тела. Это объясняется тем, что силы взаимодействия между молекулами воды так необычайно велики, что вода собирается в капли там, где все остальные жидкости растекаются. Это свойство воды доставляет много неудобств в обыденной жизни и в технике: загрязнённые жиром или маслами руки водой не отмоешь. Из за этого и было изобретено мыло. Химиками было синтезировано много специальных веществ-«смачивателей», которые очень широко применяются в технике, чтобы воду сделать «мокрее».

Исключительно большим поверхностным натяжением воды объясняется ее ещё одна замечательная особенность — течь вверх. Это происходит всегда и повсеместно. Поднимаясь вверх в почве, вода смачивает всю толщу земли от уровня фунтовых вод. Поднимаясь вверх по капиллярным сосудам дерева, помогает растению доставлять растворённые питательные вещества на большую высоту — от глубоко скрытых в земле корней к листьям и плодам. Вода сама движется вверх по ткани полотенца при вытирании им. В очень тонких трубочках — в капиллярах — вода может подняться на высоту нескольких метров. Молекулы воды на её поверхности испытывают действие сил межмолекулярного притяжения только с одной стороны, а у воды это взаимодействие аномально велико. Поэтому каждая молекула на её поверхности втягивается внутрь жидкости. В результате возникает сила, стягивающая поверхность жидкости. У воды она особенно велика. Эта сила и придаёт мыльному пузырю, падающей капле и любому количеству жидкости в условиях невесомости форму шара. Она поддерживает бегающих по поверхности пруда жучков, лапки которых водой не омачиваются. Она поднимает воду в почве и деревьях, стенки тонких пори отверстий которых наоборот, смачиваются водой великолепно. Вряд ли вообще возможно было бы Земледелие, если бы вода не обладала этой исключительной особенностью.

Аномалия теплоемкости. Среди существующих в природе жидкостей вода обладает наибольшей теплоемкостью. Это ее качество оказывает существенное влияние на климат. Основным терморегулятором климата являются воды океанов и морей: накапливая тепло летом, они отдают его зимой. Отсутствие водоемов на местности обычно приводит к образованию резко континентального климата. Благодаря влиянию океанов на значительной части земного шара обеспечивается перевес осадков на суше над испарением, и организмы растений и животных получают нужное им для жизни количество воды. Тот факт, что вода обладает аномально высокой теплоёмкостью, имеет большое значение в жизни природы. По этой причине в ночное время, а также при переходе от лета к зиме вода остывает медленно, а днем или при переходе от зимы к лету также медленно нагревается, являясь, таким образом, регулятором температуры на земном шаре. Вода — лучший теплоноситель. Ничто не может сравниться с ней. Ничто не может лучше работать в паровых турбинах электростанций, в цилиндрах паровых двигателей. Вода — гигантский двигатель и в природе. Нет ни одного вещества, у которого скрытая теплота испарения была бы больше, чем у воды. Каждый грамм водяного пара уносит с собой 537 калорий энергии. На большой высоте, где давление мало, воздух расширяется, его температура сильно понижается, и водяной пар конденсируется, снова превращаясь в воду, её мельчайшие капельки образуют облака.

Энергия Солнца, поднятая с водяным паром наверх, неминуемо должна выделяться обратно, когда он превращается в облака. Эта энергия переходит в тепловую, нагревая воздух. Каждую минуту водяной пар отдаёт атмосфере Земли необычайно огромное количество энергии. Это та энергия, за счёт которой дуют ветры, возникают бури, рождаются ураганы и штормы. Нагретая Солнцем под экватором, вода переносит тепло в Мировом

океане гигантскими потоками морских течений в далёкие полярные области, где жизнь возможна только благодаря этой удивительной особенности воды.

Аномальное состояние льда

При температуре ниже 0 °C вода превращается в твердое состояние — лед, обладающий также необычайными свойствами. Он твёрдый, но течёт как жидкость, и существуют огромные ледяные реки, медленно текущие с высоких гор. Лёд изменчив, он непрерывно исчезает и образуется вновь. Лёд необычайно прочен и долговечен — десятки тысячелетий хранит он в себе тела мамонтов, случайно погибших в ледяных трещинах. Льдом покрыты целые материки на Земле.

Теплоемкость и теплота плавления льда уменьшаются с температурой, теплопроводность же почти не зависит от температуры. Когда толщина льда на поверхности водоема достигает 15 см, он становится надежным теплоизолятором между водой и воздухом. Морская вода замерзает при температуре -1,91 °C. При дальнейшем понижении температуры до -8,2 °C начинается оседание сернокислого натрия, и только при температуре -23 °C из раствора выпадает хлористый натрий. Так как часть рассола при кристаллизации уходит из льда, соленость его становится меньше солености морской воды. Многолетний морской лед настолько опресняется, что из него можно получать питьевую воду. Теплоемкость морской воды стоит на третьем месте после теплоемкости водорода и жидкого аммиака. Иногда вода замерзает и при плюсовой температуре. За счет влияния белковых молекул температура замерзания воды в почвенных капиллярах может возрасти до -1,4 °C. При замерзании чистая вода расширяется почти на

Фоба — основа жирш на JCMJU Ш 9

10%. морская — на меньшую величину. Для того, чтобы растопить лед, требуется гораздо больше тепла, чем для плавления такого же количества любого другого вещества. Исключительно большое значение скрытой теплоты плавления — 80 калорий на грамм льда — также аномальное свойство воды. При замерзании воды такое же количество тепла снова выделяется. Когда наступает зима, образуется лёд, выпадает снег и воды отдаёт обратно тепло, подогревая землю и воздух. Они противостоят холоду и смягчают переход к суровой зиме, к жестоким морозам. Именно благодаря ЭТОМУ замечательному свойству воды на нашей планете существуют осень и весна.

Вода — вещество, легко вступающее в химические реакции, поэтому абсолютно чистой воды в природе не существует, вода непременно содержит в своем составе те или иные химические соединения. Оксиды многих металлов и неметаллов соединяются с водой, образуя основания и кислоты; некоторые соли образуют с водой кристаллогидраты; наиболее активные металлы взаимодействуют с водой с выделением водорода.

Вода может быть также и катализатором. При отсутствии следов влаги практически не протекают некоторые обычные реакции; например, хлор не взаимодействует с металлами, фтороводород не разъедает стекло, натрий не окисляется в атмосфере воздуха.

Ионный состав природных вод

Происходящие в почвах процессы окисления органических веществ вызывают расход кислорода и выделение углекислоты, поэтому при прохождении воды через почву в ней возрастает содержание углекислоты, что приводит к обогащению природных вод карбонатами кальция, магния и железа, с образованием растворимых в воде кислых солей. Бикарбонаты присутствуют почти во всех водах в тех или иных количествах. Большую роль в формировании химического состава воды играют подстилающие почву грунты, с которыми вода вступает в соприкосновение, фильтруясь и растворяя некоторые минералы. Особенно интенсивно обогащают воды осадочные породы, такие, как известняки, доломиты, мергели, гипс, каменная соль и др. В свою очередь почва и породы обладают способностью выделять из природной воды некоторые ионы, замещая их таким же количеством других ионов. Подпочвенными водами легче всего растворяются хлориды и сульфаты натрия и магния, хлорид кальция. Силикатные и алюмосиликатные породы (граниты, кварцевые породы и т. д.) почти нерастворимы в воде. Наиболее распространенными в природных водах являются следующие ионы: ион хлора, сульфат-ион, ион натрия, ион кальция, ион магния, ионы водорода. Ион хлора присутствует почти во всех природных водоемах, причем его содержание меняется в очень широких пределах. Сульфат-ион также широко

распространен. Основным источником растворенных в воде сульфатов является гипс. В подземных водах содержание сульфат-иона обычно выше, чем в воде рек и озер. Из ионов щелочных металлов в природных водоемах в наибольших количествах находится ион натрия, который является характерным ионом сильноминерализованных вод морей и океанов. Ионы кальция и магния в маломинерализованных водах занимают первое место. Основным источником ионов кальция является известняки, а магния — доломиты. Лучшая растворимость сульфатов и карбонатов магния позволяет присутствовать ионам магния в природных водах в больших концентрациях, чем ионам кальция. Ионы водорода в природной воде вызваны разложением угольной кислоты. Соединения азота в природной воде представлены ионами аммония, нитритными и нитратными ионами за счет разложения органических веществ животного и растительного происхождения. Ионы аммония, кроме того, попадают в водоемы со сточными промышленными водами. Соединения железа очень часто встречаются в природных водах, причем переход железа в раствор может происходить под действием кислорода или кислот (угольной, органических). Так например, при окислении широко распространенного в породах пирита получается сернокислое железо, а при действии угольной кислоты — карбонат железа. Соединения кремния в природных водах могут быть в виде кремниевой кислоты. В природных водах присутствуют также и другие катионы. Кроме веществ ионного типа природные воды содержат также газы и органические и грубодисперсные взвеси. Наиболее распространенными в природных водах газами являются кислород и углекислый газ. Источником кислорода является углекислота из атмосферы и из глубинных слоев земной коры, получившаяся в результате биохимических процессов. Из органических веществ, попадающих извне — это гуминовые вещества, вымываемые водой из гумусовых почв (торфяников, сапропелитов и др.). В самих водоемах органические вещества непрерывно поступают в воду в результате отмирания различных водных организмов. При этом часть из них остается взвешенной в воде, а другая опускается на дно, где происходит их распад. Грубодисперсные примеси, вызывающие мутность природных вод, представляют собой вещества минерального и органического происхождения, смываемые с верхнего покрова земли дождями или талыми водами во время весенних паводков.

Большинство природных вод имеют pH в пределах 6,5-8,5. Для поверхностных вод в связи с меньшим содержанием в них углекислоты pH обычно выше, чем для подземных.

ВОДА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Без воды невозможно существование всех живых организмов; она с древности считалась первоисточником жизни наравне с огнем, воздухом и землей. Почитание воды известно с самых древних времен. Персидский царь Ксеркс, перед строительством нового моста для переброски своих войск в Грецию, заключил договор о примирении с морем, бросив в него символ связи — цепь из колец. Издревле многие народы величали воду матерью, также как и землю, упоминали ее имя при закланиях. Славяне клялись родниками и ручьями. Реки и криницы в народных легендах олицетворялись в виде девушек. В воду нельзя было плевать (не плюй в колодец, случится напиться; в воду грех плевать; плевать в воду — все равно, что матери в глаза). Наши предки учили своих потомков правильному отношению к воде: в воду нельзя плевать, мочиться, говорить о ней бранные слова. У гуцулов-чабанов прокисшую сыворотку и другие продукты молочного производства ни при каких обстоятельствах не разрешалось выливать в ручьи и реки. По поверьям наших предков несоблюдение этих правил приводило к болезням. Водой, как символом здоровья окроплялись коровы после отела, освященной водой окроплялись пчелиные ульи. «Доброго пути и свежей воды», — желали древние греки прощаясь со своими близкими и друзьями. Раньше взрослые люди пили воду с непокрытой головой и перед тем, как начать пить, крестились.

Все, что создано природой, содержит в себе воду. В среднем в организме животных и растений содержится более 50% воды. В теле медузы ее до 96%, в водорослях 95 — 99%, в спорах и семенах от 7 до 15%. В почве находится не менее 20% воды, в организме же человека вода составляет около 65 % (в теле новорожденного до 80%, у взрослого 60%). В своей жизнедеятельности человек потребляет огромное количество воды. Она используется для производства продуктов питания и предметов пользования человека. Например, для

производства одной лишь тонны стали, синтетического волокна или бумаги необходимы сотни кубических метров воды. Даже добыча угля и нефти не обходится без воды, в среднем ее расходуется: на 1 тонну угля около 5 тонн, на 1 тонну нефти — до 130 тонн. Таким образом, топливная промышленность потребляет за год столько воды, сколько приносит ее большая река, сравнимая с Днепром. Подсчитано, что наше народное хозяйство, включая удовлетворение нужд населения, расходует воды примерно 500 — 600 кубических километров в год. Для производства 1 кг растительной пищи — зерна, овощей, требуется в среднем 2 тонны воды. Для производства 1 кг мяса ее необходимо 20 тонн. Человек за год только в процессе питания потребляет в среднем 60 тонн воды. А если к этому прибавить еще 300 тонн воды для удовлетворения других его жизненных потребностей, получается 360 тонн одному человеку.

Вода с растворенными в ней органическими и неорганическими веществами необходима для жизнедеятельности клеток. Она очищает организм от токсинов, необходима для процессов пищеварения, всасывания, циркуляции и выделения. Она способствует переносу питательных веществ по организму, помогает восстанавливать клетки и ткани. Как уже говорилось, вода составляет 80% веса ребенка и около 65-70% веса взрослого. Часть ее находится внутри клеток и называется внутриклеточной жидкостью. Около 30% воды организма содержится в межклеточном веществе. Это межклеточная, или межтканевая жидкость. Плазма крови составляет 5% веса тела (около 3 л) и обеспечивает доставку к тканям питательных веществ и кислорода, которые поступают к отдельным клеткам через межклеточную жидкость. На долю межклеточной, или интерстициальной жидкости приходится около 12 л. Она является внешней средой для клеток, которые извлекают из нее соли, питательные вещества, кислород и в которую они выделяют продукты обмена. Внутриклеточная жидкость составляет около 50% веса тела. Она находится внутри клеток, содержит электролиты (калий, фосфаты), питательные вещества (глюкозу, аминокислоты) и благодаря постоянной ферментативной активности обеспечивает процессы обмена веществ. Обмен тканевой жидкости происходит следующим образом: с одной стороны гидростатическое, или механическое, давление плазмы выше по сравнению с межклеточной жидкостью, и поэтому она стремится выйти за пределы кровеносных капилляров. С другой стороны, находящиеся в плазме белки, которые не могут проникнуть в межклеточную жидкость, создают высокое осмотическое давление, благодаря которому жидкость из тканей стремится обратно в ток крови. На артериальном конце капилляров гидростатическое давление выше осмотического, в связи с чем жидкость переходит в ткани. На венозном конце гидростатическое давление уменьшается, а осмотическое возрастает, поэтому жидкость поступает обратно в капилляры. В норме объем жидкости, покидающей капилляры, больше, чем поступающей в них обратно. Излишек межклеточной жидкости выделяется из тканей через лимфатическую систему. Обмен между межклеточной и внутриклеточной жидкостями зависит не только от осмотического давления, но и от избирательной проницаемости клеточной мембраны, которая свободно проходима для таких веществ, как кислород, двуокись углерода и мочевины. Другие вещества имеют различную концентрацию внутри клетки и за ее пределами, что связано с их активным переносом через клеточную мембрану. Например, калий накапливается, преимущественно, во внутриклеточной жидкости, а натрий — с противоположной стороны клеточной мембраны.

Вода — обязательный участник обмена веществ в организме, она преобразует в раствор все питательные вещества, попадающие в организм. Естественно, что химически чистой воды в организме нет и быть не может. В ней растворены многие вещества: белки, сахар, витамины, минеральные соли. В каждом органе нашего тела, в каждой его клетке непрерывно идут различные биохимические процессы, происходят сложнейшие превращения одних веществ в другие. Из поступающей в организм пищи вырабатываются вещества, необходимые для нормальной работы всех органов, для жизнедеятельности организма. При помощи воды выводятся из организма ненужные ему и вредные продукты обмена веществ — своеобразные отходы биохимического производства. Без питательных веществ человек может жить несколько недель, без воды же он может прожить не более 2—3 дней. Для обеспечения нормального существования человек должен вводить в организм воды примерно в 2 раза больше по весу, чем питательных веществ.

Человек за день теряет примерно 2600 мл воды: 1500 мл — с мочой, 600 мл — через кожу, 400 мл — через легкие, 100 мл — с калом. Таким образом, за день необходимо выпить примерно 2,6 л воды, из них для образования мочи — 1,5 л. Образование меньшего количества мочи может привести к повреждению мочевых путей и к образованию камней в почках. И если физиологическим сигналом голода служит снижение количества глюкозы в

крови, то чувство жажды возникает из-за увеличения в крови концентрации соли и глюкозы, которое быстро нормализуется при питье воды.

Вода играет ведущую роль в теплорегуляции организма, поддерживает тепловой гомеостаз, что позволяет приспосабливаться к перепадам температуры окружающей среды. При повышении температуры" увеличивается испарение воды с поверхности тела, и оно охлаждается. Понижение температуры воздуха и окружающей среды резко сокращает испарение воды, и тепло в организме сохраняется. Потеря большого количества воды (путем испарения, в результате рвоты, поноса, усиленного диуреза) нарушает постоянство внутренней среды (вместе с водой теряются и соли). Нормальная жизнедеятельность организма немыслима без сохранения водно-солевого баланса. Важно учитывать количество не только введенной в организм воды, но и выделенной. Если количество выделенной воды меньше введенной, то это может свидетельствовать, например, об ухудшении деятельности почек, недостаточности сердечно-сосудистой системы.

Количество воды, необходимое для поддержания нормального водного баланса в организме:

Средняя температура воздуха, °С	Минимальная потребность в воде, л
32	3
26	1,9
21	1,5
15	1,4
10	1,3
4	1,2

Если количество воды, которое теряет человек, достигает 10% массы тела в сутки, наступает значительное снижение работоспособности, а если оно возрастает до 25%, то это обычно приводит к смерти. При правильном соблюдении питьевого режима можно надолго сохранить работоспособность, и организм не будет ни обезвожен, ни перегружен жидкостью. Однако даже при большой потере воды все нарушенные процессы в организме быстро восстанавливаются, если организм пополнится водой до нормы. Зная признаки, указывающие на недостаток воды в организме человека, можно приблизительно определить процент обезвоживания относительно массы тела.

Признаки, указывающие на недостаток воды в организме человека:

1-5% —жажда, плохое самочувствие, замедление движений, сонливость, покраснение в некоторых местах кожи, повышение температуры тела, тошнота, расстройство желудка.

6-10% — одышка, головная боль, покалывание в ногах и руках, отсутствие слюноотделения, потеря способности двигаться и нарушение логики речи.

11-20% — бред, спазмы мышц, распухание языка, притупление слуха и зрения, охлаждение тела.

При температуре окружающей среды воздуха 30 °С даже 20-25% обезвоживания легче перенести, чем обезвоживание в 10-15%, но при более высокой температуре воздуха. Однако беспорядочное излишнее питье ухудшает пищеварение, создает дополнительную нагрузку на сердечно-сосудистую систему и почки, приводит к увеличению выделения через почки и потовые железы ряда ценных для организма веществ (например, поваренной соли). Даже временная перегрузка водой нарушает условия работы мышц, приводит к быстрому утомлению, а иногда вызывает судороги. Но и недостаточное потребление воды также нарушает нормальную жизнедеятельность организма: падает вес тела, увеличивается вязкость крови, повышается температура тела, учащаются пульс и дыхание, возникают жажда и ощущение тошноты, снижается работоспособность. Чувство жажды определяется тем, что в организме уменьшается количество жидкости, в крови повышается концентрация солей, и центр жажды сигнализирует о необходимости потребления воды. Минимальное

количестве-воды, необходимое для поддержания водно-солевого баланса в течение суток (питьевая норма), зависит от климатических условий, а также характера и тяжести выполняемой работы. Для климатических условий средней полосы России при минимальной физической нагрузке необходимо потреблять 3,5 л жидкости вместе с питьем и пищей; при физической работе средней тяжести — до 5 л; при тяжелой работе на открытом воздухе — до 6,5 л. Необходимо учесть, что яблоки и фрукты по своему весу приравниваются к воде. Полкилограмма съеденных Яблок равно 1/2 л жидкости. Правильный питьевой режим особенно важно соблюдать в условиях, при которых теряется большое количество жидкости. Это часто случается в жарком климате, при работе в горячих цехах, при длительной и значительной физической нагрузке (например, при тренировке и соревнованиях, горных восхождениях, на марше и т. п.). Жители районов с жарким климатом могут полностью утолять жажду только после еды и строго ограничивать прием жидкости в промежутках между едой. Лучше всего использовать чай, который увеличивает слюноотделение и устраняет сухость во рту, а также добавлять к воде фруктовые и овощные соки или их экстракты. В горячих цехах полезнее пить газированную воду или отвары сухофруктов. Спортсменам рекомендуется утолять жажду только после окончания тренировок. В процессе выполнения упражнений следует полоскать водой рот и глотку. Утолять жажду при горных восхождениях полезнее только во время больших привалов. Чтобы не было беспорядочного питья и введения излишней жидкости во время походов или на марше, надо выпить 1-2 стакана жидкости перед выступлением, воздержаться от питья на 1-м и 2-м малых привалах, затем выпивать не более 1-2 стаканов воды на 3-м и 4-м. Напиться вволю можно на большом привале.

Естественно, изменение физико-химического состояния воды, ее электропроводности приводит к изменению обмена веществ, усиливая либо тормозя ход биохимических реакций.

Вода для приготовления лекарственных препаратов. Действие лекарств на организм человека, во многом зависит от состояния воды, которую принимает пациент. Загрязнение воды в организме радионуклидами, многочисленными мутагенами и канцерогенами затрудняет действие лекарств. Если человек продолжительное время употреблял загрязненную (в той или иной степени) воду, то для его лечения потребуется в 2-3 раза большие дозы лекарств, чем в случае чистой воды, содержащейся в организме. В дистиллированной воде с разрушенной структурой и повышенным содержанием газов, лекарства действуют не в полную силу, так как она не содержит нужных микроэлементов (кальция, магния, калия, йода, фтора, цинка и других), которые необходимы для активизации ферментов, участвующих в обмене вводимых лекарственных соединений. Вода для приготовления лекарственных препаратов должна соответствовать целям использования лекарства, особенностям организма пациента, его заболевания. По большому счету применять во всех случаях одну и ту же воду для приготовления лекарственных препаратов не желательно.

Оценка качества воды

Качество воды определяется ее происхождением, местом ее истечения и условиями движения. В настоящее время большинство рек и озер в стране находится в плачевном состоянии. Изначальная вода, которая подается по трубопроводу, загрязнена. К тому же на стенках водопроводных труб накопился многолетний слой слизистых отложений, в которых развиваются микробы и бактерии. Применяемое на городских станциях водоснабжения хлорирование приводит к образованию очень опасных для здоровья человека хлорорганических соединений. Они способны вызвать онкологические заболевания, врожденные дефекты, угнетают центральную нервную систему, поражают печень и почки. Но хлорирование воды пока остается единственным доступным способом не допустить микробиологического заражения воды в трубах. Для водопроводной воды стандартом установлены ПДК (предельно допустимые концентрации) загрязняющих веществ — условно безопасные для человека. Качество колодезной воды также не всегда соответствует санитарным нормам, если колодцы находятся в населенных пунктах. В такие колодцы могут проникать отходы промышленных предприятий, ядохимикаты с сельскохозяйственных полей. Нитраты и нитриты, тяжелые металлы, бактериальные загрязнения — источник многих бед для здоровья человека — попадают в организм вместе с водой.

Самая лучшая вода та, которая чистая от природы. Она содержит все необходимые гармонично сочетающиеся микроэлементы, соли. К этой категории относятся минеральные воды из природных источников, воды из артезианских скважин и глубоководных родников. По мнению Авиценны, самая лучшая вода та, которая течет на восток, особенно вдали от

истока. Далее по качеству следует вода, текущая на север, а та, что течет на запад или на юг,— плоха, особенно когда дует южный ветер. Вода, стекающая с возвышенных мест, при прочих равных условиях лучше. Качество воды можно установить взвешиванием: хорошей считается более легкая вода. А вообще, считается, что самая лучшая вода — взятая с глубин озера Байкал. Байкальская вода практически стерильная, не нуждается в очистке и хранится в открытом виде так же долго, как крещенская вода.

Байкальская вода не только чистая, прозрачная, обладает приятным вкусом, но и хранится очень долго, не теряя своих удивительных качеств. Академик РАМН Сергей Колесников объясняет это тем, что она отфильтровывается через толщу воды, благодаря эпишуре и другим ракообразным. Эта фильтрация идет годы, поэтому ее и называют реликтовой. На глубине более 400 метров загрязнение воды практически исключено. Эта вода и зимой и летом имеет одно и то же качество, один состав — в отличие от воды в других источниках, где ярко выражены сезонные колебания. На основе байкальской воды хорошо готовить лекарственные препараты, чаи, детские смеси и т. д. Ученые уверены, что вода из глубины Байкала снижает опасность возникновения артрита, атеросклероза. Правда, действие ее скорее профилактическое, чем лечебное.

Подземные воды

Все воды, которые находятся у нас под ногами, а точнее в толще горных пород, получили название подземных. Точно определить количество подземных вод невозможно. По приблизительным подсчетам их всего в три раза меньше, чем воды в Мировом океане.

Где же содержится такое огромное количество воды? Что бы ответить на этот вопрос надо иметь некоторое представление о строении горных пород. Некоторые из них, например, песчаники, имеют много пустот. Эти пустоты связаны между собой и образуют систему тончайших каналов, как в губке. В этих «губках» и находится часть подземных вод. Кроме того, подземные воды могут заполнять трещины в плотных горных породах. Скапливаясь в пористых или трещиноватых породах, вода образует целые подземные залежи, которые называются водоносными горизонтами. Там подземные воды могут свободно передвигаться.

Породы с очень мелкими порами или практически не имеющие трещин являются препятствием для передвижения воды. Они называются водоупорами.

Уже древние греки догадывались, откуда берутся подземные воды. Древнегреческий ученый Аристотель считал, что они образуются в пещерах из охлаждающегося воздуха и отражают состав пород. «Каковы породы, таковы и воды», — писал он. Римский архитектор и инженер Витрувий объяснял появление воды в источниках и колодцах просачиванием дождевых и талых вод.

Вода в природе, как известно, постоянно движется, находится в гигантском круговороте. Превращаясь в пар, она поднимается в вверх, образует облака и тучи. Потом вода возвращается назад с дождем, снегом и градом. У атмосферных осадков на суше «судьба» разная. Все они делятся на четыре неравные части. Одна часть стекает в различные водоемы, вторая «~ сразу испаряется, третья — «выпивается» растениями и животными. А вот четвертая — просачивается вниз и попадает в пористые или трещиноватые горные породы. На первый взгляд кажется очевидным, что чем больше выпадает атмосферных осадков, тем больше воды будет просачиваться вглубь. Но это не так. Объем просочившейся влаги определяется не только количеством выпадающих осадков, но и тем, сколько воды испарится, сколько успеют «выпить» растения и как быстро будет стекать вода в ближайшие водоемы. Чем круче будут склоны и чем меньше будет проницаемость пород — т. е. их способность пропускать через себя воду, — тем больше её стечет в реки. Растительность тоже может быть разной и меняться из года в год и от сезона к сезону. Наконец, испарение влаги тоже бывает очень различным, т. к. определяется направлением и скоростью ветра, давлением, температурой и влажностью воздуха. А это очень непостоянные величины. Поэтому вода просачивается в горные породы очень неравномерно. Её количество меняется во времени даже в одном и том же месте. При затяжном обложном дожде на глубину проникает больше влаги, чем при сильном, но непродолжительном ливне. Ведь в последнем случае резко возрастает доля поверхностного стока, особенно на слабо проницаемых породах. Атмосферные осадки — не единственный источник подземной влаги. Капельно-жидкая влага в толще горных пород может появляться, конденсируясь из влажного воздуха, в пустотах горных пород.

Пополнение подземных вод происходит и из недр нашей планеты. Вода, выходящая из глубин земли, называется юве-нильной (от лат. juvenilis — «юный», «девственный»). Она образуется непосредственно из водорода и кислорода, выделяющихся из магмы. Ювенильные воды появляются во время вулканических извержений и выливаются проливными дождями из облаков вокруг извергающегося вулкана. Большинство исследователей считают, что гидросфера Земли — это продукт «дыхания» мантии.

Подземные и поверхностные воды находятся в постоянном обмене и взаимодействии между собой. Количество, подвижность и даже свойства воды, находящейся в разных горных породах и на разной глубине, неодинаковы. Циркулирующая по горным породам подземная вода называется свободной. Свободно может передвигаться по порам и водяной пар. Однако существует также и вода, удерживаемая разными силами вокруг частиц горной породы и неспособная к независимому течению по порам и трещинам внутри неё. Она называется связанной водой. Особенно много её бывает в глинах и торфах. По своим свойствам связанная вода отличается от свободной — у неё немного больше плотность, выше температура кипения и ниже точка замерзания.

Подземные воды находятся в непрерывном движении. Они текут подобно рекам по Земле — с возвышенных мест к понижениям, где вода иногда выходит в виде источников. Это можно заметить на примере глубины колодцев: в одном вода находится на глубине полутора метров, в другом — более 10, а то и сотни метров. Вычерпывая воду, колодец можно осушить. Но через определенное время он снова наполняется: вода поднимается до прежнего уровня. Здесь речь идет о самом верхнем слое подземных вод, который получил название уровня грунтовых вод. Проникая в почву, вода движется вглубь только до первого водоупора. Над ним вода скапливается. Так образуются грунтовые воды. Уровень воды в колодце показывает их верхний уровень. Глубина и мощность грунтовых вод зависят от геологического строения — территории, рельефа и климата. Если грунтовые воды подходят к самой поверхности, а это часто бывает на равнинах с холодным и влажным климатом, то территория заболачивается. Так могут образовываться небольшие болотца, и непроходимые топи, которые тянутся на сотни километров. (Например, в Западной Сибири). Если грунтовые воды находятся глубоко, то появляется так называемая зона аэрации, не содержащая влаги. Её мощность изменяется от нескольких метров и даже сантиметров на равнинах до 200 метров и более в горах между глубокими ущельями.

Микроскопические поры и трещинки сообщаются между собой и образуют целую сеть тонких (менее 1 мм) извилистых каналов — капилляров. По ним вода поднимается к поверхности. Высота такого капиллярного поднятия неодинакова. Например, в песках она может достигать 120—130 см., а в глинистых грунтах — нескольких метров. В результате в зоне, близкой к поверхности Земли, формируются воды капиллярной каймы, поднявшиеся над фунтовыми водами. Эти воды — большое подспорье для растений особенно для тех, которые не могут своими корнями добраться до грунтовых вод.

Вода в горной местности тоже не стоит на месте и не лежит на камнях. Часть влаги просачивается по трещинам разной ширины и глубины. По ним движутся подземные воды, которые называют трещинными. Породы, в которых больше всего трещин, залегают неглубоко. С увеличением глубины их водопроницаемость постепенно снижается, причем особенно резко — начиная примерно с 10-15 метров. Водоупором в этих случаях служат менее трещиноватые скальные породы. Трещины на глубине часто заполнены рыхлым глинистым веществом, что заметно снижает их водопроницаемость.

Подземные воды в сильно раздробленных породах — в зонах тектонических нарушений — называются трещин-но-жильными. Когда река или ручей пересекают такую зону, вода словно проваливается под землю. В обратном направлении по зонам тектонических нарушений могут поступать юве-нильные воды из недр земли.

Природные фонтаны

Если подземные воды ограничены сверху и снизу пластами водоупорных пород, то они оказываются зажатыми между ними и часто находятся под давлением. Если пробурить скважину сквозь верхний водоупорный пласт и вода поднимается по ней на некоторую высоту выше кровли водоносного горизонта или будет фонтанировать над землей. Такие воды называются напорными. Количество расположенных друг над другом водоносных горизонтов может быть различным. Например, в долине итальянской реки По существует 5 таких горизонтов, а в Северной Америке в районе города Батон-Руж обнаружено 14

водоносных пластов мощностью от 1,5 до 58 метров. При вогнутой форме залегания чередующихся водонепроницаемых и водопроницаемых пластов, давление, возникающее в наиболее низкой части такого подземного резервуара, оказывается настолько высоким, что при определенных условиях (пробуренная скважина, вырытый колодец) напорная вода по скважине или по колодцу поднимается выше уровня земли и фонтанирует. Такую воду называют артезианской.

Подводные источники

Источники подземных вод есть не только на суше, но и на дне морей и океанов. Уже много веков назад люди использовали подводные источники для получения пресной питьевой воды и пополнения её запасов на кораблях. Вблизи юго-восточного побережья Греции построена специальная плотина, которая ограждает донные источники и создает пресноводное озеро внутри моря. Эти воды идут на орошение полей. Источник около города Канны на Лазурном берегу Средиземного моря бьёт на глубине 162 м под водой. На итальянском побережье, около города Сан-Ремо пресные воды выходят на дне моря на глубине 190 м. Подземные реки в том же районе близ Ниццы впадают в море на глубине до 2000 м. При выходе на глубинах до 15 м пресная вода поднимается вверх, и рыбаки набирают её в бочки. Но, как и надземные, подводные источники бывают не только пресные. Например, в глубоководных впадинах Красного моря солёность воды в 7 раз выше, а температура её более 60 °С. Там бьют горячие солёные источники.

Родниковая вода

Лучшая вода — это вода родников, но не всех, а протекающих по чистой земле или по земле каменистой, где она лучше сохраняется от загнивания. Хороша также вода в роднике, открытом солнцу и ветру, и в потоке, текущем по глинистому руслу, поскольку глина очищает воду, забирает у неё посторонние примеси, делает её прозрачной. Но глина в русле должна быть чистой, без примесей ила, соли и др. К сожалению, распространённое представление о чистоте и целебных свойствах родниковой воды в наше время уже не в полной мере соответствует действительности. Воздух и почва отравлены множеством вредных веществ. Свинец из выхлопных труб автомобилей и продукты разложения пластмассы, диоксиды и ядохимикаты, нитраты и ртуть растворяются в ручьях, проникают в почву, разносятся тальными водами, проникая в почву до глубины в несколько десятков метров. Естественно, что родниковые и грунтовые воды, накапливая все эти продукты человеческого хозяйствования, не только теряют свои естественные благотворные свойства, но иногда могут представлять опасность для здоровья. И, тем не менее, остается еще множество родников, вода из которых способствует полноценному восстановлению физических и душевных сил.

Степень чистоты и целебных свойств источника, по народным верованиям, не была одинаковой в разное календарное время. По белорусским свидетельствам, самые массовые паломничества к родникам и святым источникам начинались весной после первого грома, т. е. считалось, что гром, преследующий чертей, очищает водоемы от нечистой силы. Родники (ключи, студеницы, криницы) и реки, стекающие с гор и возвышенностей, всегда были в почете у славян. К родникам ходили не только за святой водой. Чай, приготовленный из ключевой воды, подавали к праздникам или к приходу гостей. Воду из родника брали с молитвой. За километр до родника уже нельзя было разговаривать и смеяться, а ходить туда можно только в первой половине дня. Считалось, что у родника можно было даже оставить свои беды и болезни. Воплощением этого представления является ритуал завязывания у источника белой тряпочки. Повсеместно было распространено поверье, что если прочитать у родника определенную молитву или заговор против болезни, жизненной неурядицы и тому подобного, а потом завязать на дереве у источника белую тряпочку, то твоя проблема в этом узле и останется. Делать это следовало на рассвете или закате. Кстати, развязывать узелки строго воспрещалось, иначе болезнь перекинется на развязавшего.

На Руси существовал такой интересный обычай, связанный с родником. При болезнях, приписываемых сглазу, рано до восхода солнца или на утренней заре отправлялись к ключу, зачерпывали воду по течению, сосуд с водой плотно закрывали и, возвращались домой. Шли туда и обратно молча, не оглядываясь, не здороваясь со встречными. При набирании воды

старались опередить друг друга, чтобы набрать самую целебную, никем не потревоженную («непочатую») воду; при набирании воды бросали в источник монеты, хлеб, обращались к воде с ритуальными приветствиями и поздравлениями; на берегу и прибрежных кустах оставляли (как жертву источнику) свои платки, шейные кресты, лоскутки одежды и т. п. Возвратившись домой, опускали в принесенную воду три горячих уголька, комочек печной глины, щепоть соли и сбрызгивали этой водой больного или обливали его по два раза в сутки на утренней и вечерней заре с приговором: «С гуся вода, с лебедя вода, с тебя — худоба». Иногда давали больному испить этой воды, смачивали ею грудь против сердца и затем все, что осталось в чашке, выливали под притолоку.

Нередко использовалась для лечения речная и колодезная вода. Правда, целебной считалась лишь та, которая бралась до восхода солнца, пока никто еще ее не зачерпнул, так называемая непочатая вода. Причем, если воду для лечения брали из реки, черпать ее надо было обязательно против течения.

Однако на праздник Купалы (7 июля) целебными свойствами наделялась всякая вода. Поэтому в этот день все старались искупаться в каком-нибудь водоеме, твердо веря в то, что, если выкупаться между утреней и обедней, пройдут все болезни. Этот обычай сохранился среди нашего народа и по настоящее время.

Одним из самых религиозных представлений человечества была вера в благодетельных духов ключей и источников. В России источники часто считаются святыми, на места их выхода ставятся часовни. Особенным почитанием издавна пользуются целебные источники, благотворное действие которых приписывалось не естественным свойствам воды, а таинственному существу — духу ключа. Тот, кто хотел исцелиться, должен был прежде всего умиловить божество, и отсюда возник обычай бросать в источник маленькие предметы высокой ценности: серебряные монеты, иголки, кольца и т. д. Чудодейственными и священными считались в народной традиции источники, стекающие с гор или бьющие из-под камней, из-под корней старых деревьев, а также «громовые» источники. По русским поверьям, «громовые» или «гремячие» источники появлялись от удара в землю грома. Обнаружив такие пробившиеся из земли новые ключи, крестьяне ставили рядом с ними часовни с образами. К таким источникам ходили больные в надежде на исцеление, здоровые — с целью предохранения себя от болезней. Во многих славянских лечебных заговорах встречаются образы ключевой воды (быстрых потоков), как средства «смывания» грехов и болезней или очищения от

'Вода в жи'и геловека Ш 27

скверны. Целебные свойства приписывались родниковой воде в связи с тем, что она якобы вытекает из святого первоисточника; болгары называли его «материнский источник».

Колодезная вода

С родниками и колодцами в народе связано множество самых различных поверий. Чист, как родник, — говорили о честных людях. У казахов о тех, кто копал колодцы, слагали песни и легенды. Многие колодцы и родники посвящались отдельным людям, носили их имена. Никто не смел присваивать их себе и назвать своим именем. Потомки копателя каждый год очищали эти колодцы, чинили и освящали, угощая тут же всех, присутствующих. Люди верили, что за устройство колодцев Бог пошлет дожди и даст им царствие небесное. Белорусы считали, что нельзя есть в погребе и над колодцем, а украинцы — что идя к колодцу нельзя есть, заведутся жабы. По этим же поверьям считалось, что количество колодцев и родников взаимосвязано с числом звезд на небе. И если вырыть новый колодец, то зажигается новая звезда. И наоборот, если засохнет колодец или засыпать родник, то погаснет и звезда. Поэтому, говорили старики детям, если желаешь иметь на небе свою звезду — выкопай колодец или расчисти родник. У народа по отношению к колодцу сложились уважительно-экологические традиции. Кринице было принято кланяться, освящать, давать собственные имена, обращаться к воде и колодцу по имени, чистить колодцы, после первого грома мыться в колодезной воде.

С освященной водой связано множество славянских обрядов. Подобные обычаи существовали у многих народов. Практически везде загрязнять воду источников считалось большим грехом. Так как источник — это глаз Божий. По поверьям, родники и криницы теряют свою святость, если в них купаются, стирают, и если пьют воду животные. Плевать в воду вообще предосудительно, а в «живую» в особенности. Вода в кадке для питья должна быть закрыта, иначе войдет в нее нечистая сила». Крестьяне приписывали ей целебные

свойства, особенно при болезнях глаз. Белорусы считали, что вода лечит тогда, когда просят у нее прощения, потому родники Белоруси иногда именуют «прощаны».

В некоторых регионах Украины запрещается садиться на сруб колодца или идти к нему по воду и лузгать семечки. Возле колодцев, особенно общественных и выкопанных «громадой» на открытом месте, собиралась молодежь на различные праздники. Пели песни, водили хороводы, веселились, влюблялись. Колодцы всегда были местом сбора общности. Здесь обменивались информацией, принимали важные решения. В народе считалось, что колодец охраняют добрые духи — \ опекуны человеческого рода. Колодцы обсаживали вербой. Считалось, что добрые духи сидели на ветках и сторожили, чтобы злые духи не проникли в колодец. С веток вербы духи вод и духи-опекуны могли видеть воду в колодце. Если деревья уже росли, то проводилась символическая посадка.

Русские люди ходили слушать воду в колодце на 9 декабря: если водица тихая, не волнуется г- зима будет тихая, а если слышатся звуки — надо ждать сильных вьюг и крепких моро-ј зов. В Новгородской губернии молодежи на Новый год запирали колодцы- Если колодец не запирался, то просто закрывали замок и кидали в снег около колодца. Ключ брали с собой. Ложась спать, девушки молились: «Суженый, ряженый, приходи коня поить!». Считалось, что девица выйдет замуж за того, кто приснится.

Вода колодцев и подземных каналов хуже родниковой воды, так как состоит из спертых вод, в течение долгого времени ни смешанных с частицами земли и не свободных от некоторой гнилости. Не следует пить одновременно колодезную и речную воду. Между приемами воды разного происхождения должно пройти определенное время (1,5 ч).

Водой лечили различные болезни. Чтобы избавиться от чесотки больные места следует крепко тереть тряпкой из грубого холста, смоченной в свежей колодезной воде, до тех пор, пока кожа сильно согреется, что обыкновенно бывает ч^рез 2-3 минуты. Затем кожу покрывают другой тряпкой, смоченной также в свежей колодезной воде (9-10 °C); тряпку эту довольно сильно выжимают и плотно покрывают шерстью; при чесотке на ногах накладывают в 3—4 раза сложенный бинт, на живот же кладут в 6 раз сложенный войлок. Когда кожа доста точно разгорячена, что обыкновенно случается через 1,5—2 часа, бинт снимают и повторяют обтирание свежей колодезной водой; затем больное место насухо вытирают соломой и снова накладывают согревающие компрессы и т. д. Не слишком застарелую чесотку можно излечить таким образом в 24 часа; в худшем же случае требуется от 8—14 дней, причем, достаточно бывает менять компрессы и растирать три раза в день. Этот способ избавления от паразитов обосновывали тем, что они не выносят внезапных перемен температуры, какие бывают при этом лечении (от свежей воды в 10* до 39 — температуры крови).

Но самые трудные болезни, как считалось, лечатся только «непочатой» водой. По старинным рецептам, набирать ее надо до восхода солнца при полном молчании из того колодца, где еще с ночи никто воду не брал. Самое лучшее, если бы вода эта была взята с трех колодцев. Человек, несущий «непочатую» воду не должен ни с кем из встречных разговаривать, иначе целебная сила может уйти. Если вода для лечения берется в речке, то ее необходимо зачерпывать против течения, а в колодце — с запада на восток, против солнца. Возвращаясь с водой, нельзя оглядываться.

Для исцеления от многих неизвестных заболеваний, которые современная медицина не в состоянии определить, надо собрать звербой и тысячелистник, смешать их в равных частях. Набрать колодезной воды и с вечера замочить в ней смесь этих растений в соотношении 1 чайная ложка травяной смеси на 1 стакан колодезной воды. Утром нагреть этот настой, поставить на огонь и кипятить 3 минуты, остудить. Принимать по 1 стакану лечебного раствора 3 раза в день за 30 мин до еды. Лечение проводить 7 дней подряд, затем перерыв 14 дней, а после повторить лечение. Такие курсы лечения можно повторять 5 раз подряд. Во время лечения следует соблюдать особый режим питания. Очень хорошо употребление кисломолочных продуктов (простокваши, кефира). Нельзя употреблять свежее молоко, орехи, шиповник в любых видах, березовый сок. Во время лечебного курса нельзя употреблять мясо, исключение составляет курица. В меню должна доминировать овсяная каша. Следует исключить употребление острых продуктов, лука, чеснока. В процессе лечения обязательно надо делать перерыв, иначе могут появиться побочные эффекты. В начале лечебного курса обязательно надо сменить зубную щетку, мочалку, мыло, расческу. И вообще, неплохо знать, что зубную щетку, мочалку надо менять каждые три месяца. А обмылки следует собирать вместе и один раз в три месяца оставлять их под открытым небом. Этим самым вы избавитесь от многих плохих наговоров. К тому же 21-го числа желательно не смотреться в зеркало. Во время лечебного курса рекомендуется каждый

вечер принимать ванну с добавлением шалфея в любом виде (травы, ароматическое масло, соль). Температура воды должна быть 36—37°C. Продолжительность водной ~ процедуры примерно 20 минут.

Дождевая вода

Дождевая вода — это природная дистиллированная вода. Содержит минимальное количество солей и органических примесей, не «перегружена» отрицательной памятью, заряжена Солнцем, атмосферным электричеством и другими природными энергетическими потоками. Дождевая вода хорошо усваивается организмом и содержит минимальное количество вредных примесей. Она способствует более качественному перевариванию и усвоению пищи. Сохраняет влагу кожи и поддерживает ее в равновесии. Но все это относится к чистой дождевой воде. В современных условиях нашей жизни обычная дождевая капля массой 50 мг, падая, промывает 16 л воздуха. А один литр ее поглощает примеси, содержащиеся в 3000 л воздуха. Стало быть, состав дождевой воды зависит и от того, над какой территорией образовалось облако, насколько сильно загрязнена там атмосфера. Соединения серы и азота, вступая в атмосфере в реакцию с водой, превращаются в кислоты и выпадают на землю в виде так называемых кислотных дождей. При нынешнем экологическом неблагополучии любой дождь можно назвать «кислотным». Поэтому сейчас дождевую воду нельзя не только пить, но даже мыть в ней голову и стирать белье.

Таковыми же свойствами, как дождевая вода и роса, обладает град. Особенно часто им пользовались в старину при зубной боли. В этом случае народные лекари предлагали либо жевать градины, либо полоскать рот водой, полученной после оттаивания собранного града.

Росная вода (роса)

Роса — это влага, собирающаяся на растениях в утренний, вечерний и ночной периоды.

Утренняя роса способствует лечению глазных болезней, мозолей, шпор. Ее лучше всего собирать с клевера.

Вечерняя роса обладает успокоительным действием. Ее лучше всего собирать с ромашек.

Ночная роса действует тонизирующе. Ее можно собирать с разных трав, но собирать подальше от дорог, свалок, полей, на которых порой используют вредные химикаты. Внутрь ночную росу можно употреблять только при онкологических заболеваниях.

Обычно для сбора росы надо расстелить на поляне (лугу, лесной опушке) полотенце, простыню или скатерть, подождать, когда она пропитается росой, а потом отжать материю в деревянную или стеклянную банку (но только не железную), эмалированную кастрюлю или таз. Собранную лечебную жидкость перелить в стеклянную бутылку или банку.

Самое большое количество целебных веществ растения выделяют утром, вода растворяет их и остается в виде небольших капелек — росы на листьях и цветах растений. Роса как бы собирает пыльцу и ферменты с растений. Поэтому наиболее целебна утренняя роса.

Очень полезны росы, собранные с лекарственных трав. Роса, собранная с тысячелистника, обладает кровоостанавливающими свойствами и благотворно действует на внутренние органы пищеварения, роса с пустырника помогает при сердечных заболеваниях, с череды — при кожных, васильки издревле считались прекрасным средством при заболевании глаз, поэтому полезно по утрам умываться росой, собранной с васильков.

Самыми лучшими считаются купальские росы, выпадавшие на день Купалы (с 6 на 7 июля). Купальский праздник приходится на самый разгар лета, когда большинство трав уже цветут и их наземные части содержат наибольшее количество полезных веществ. А если до праздника стояла еще и теплая сухая погода с ежедневными росами, то целебная сила купальской росы многократно увеличивается. Если роса выпадала в течение недели каждое утро, то она постепенно обогащается веществами, которые удалось извлечь из растений в прошедшие дни. Когда солнышко высушило росу, на цветках и листьях остаются вещества, которые она извлекла вечером и утром. На следующий день новая роса будет настаиваться на тех же травах, но в ней растворится также экстракт, оставшийся от предыдущей росы. В

росе не только Купались, катаясь по траве, но и со[^]ирали купальскую росу впрок, таская по лугу льняное подано, которое периодически выжимали, для консервации добавляли спирт.

Неродная медицина рекомендует ряд рецептов, в которых используются целебные свойства росы: : бессонница, истерия, нервное расстройство. Обвя-: зать голову полотенцем, смоченным вечерней росой. ; Утром обтереть все тело полотенцем, смоченным в вечер-: «ей росе. Можно принимать внутрь по S стакана вечерней | росной воды. Лечиться до исчезновения болезни, но не I более 3 недель.

| Варикозное расширение вен. Больной должен пройти по лугу в чистых хлопчатобумажных носках. Когда носки хорошо пропитаются росой и взойдет солнце, их не следует снимать — они должны высохнуть на ногах. Такую процедуру делать через день, пока есть возможность.

При глазных болезнях росой смачивают глаза. При снижении остроты зрения, катаракте, бельме промывать глаза и делать холодные компрессы утром и перед сном росой, собранной утром. Компрессы накладывать ежедневно на 10 минут в течение 2 недель.

Тромбофлебит. Поставить во дворе на землю неглазированный кувшин с водой, утром собрать мокрую от влаги землю под кувшином и .положить ее на больное место. Крепко привязать бинтом или салфеткой. Процедуру выполнить 3 раза.

Рано утром выйти на луг, расстелить на траве чистую простыню или полотно, подождать, пока они не пропитаются росой. Завернуться в это полотно и ждать, пока оно не высохнет на теле. Процедуру проделать несколько раз. Организм напитывается биологически активными веществами и буквально пропитывается энергией.

Жвлчакаменная болезнь. Выпивать по 2 ст. ложки ночной росы за 30 минут до еды. Курс лечения — 7-10 сеансов через день. Одновременно делать компрессы с росой на область печени.

Редкие волосы, облысейте. Смочить голову росой и водой и массировать кончиками пальцев до разогрева. Повторно смочить, обвязать голову полотенцем и оставить на ' 30 минут. Потом ополоснуть настоем ромашки и дать вы-I сохнуть. Курс лечения — 5- 7 процедур через день.

Суставные болезни. По старинным русским традициям больному ломотой следовало 6 раз сходить в утренние ! зори на луг и покататься там по росе на спине, приговаривая: 'Зорька, зорька росистая! Возьми, унеси от меня ло-; моту и корчу, унеси в поднебесье от века идо века». При ревматизме надо ходить рано утром босиком по росе.

Кожные болезни. При появлении аллергической сыпи на теле народная медицина рекомендует по утрам обтираться росой.

Для избавления от бородавок их смачивают росой с огорода.

При грибковых заболеваниях, мозолях и *шпоре» на пятках ходить утром по росе. Если такой возможности нет, то накладывать на больные места холодные компрессы с росой. Компресс накладывать на ночь и держать 8 часов.

Фиброма матки. Спринцеваться и делать холодные компрессы ночной росой. Можно одновременно принимать ее внутрь. Спринцеваться и делать компрессы в течение 5-7дней ежедневно.

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, геморрой. Пить натошак и перед сном по 0,25-0,5 стакана росной воды. Соблюдать водную диету.

При геморрое делать вечерние клизмы росой. Принимать ! и делать клизмы в течение 3 недель.

Снеговая вода

В чистой снеговой воде содержится меньше тяжелой воды, чем в обычной, взятой из реки или колодца. Путем экспериментов ученые установили, что снеговая вода — в полном смысле слова вода «живая». В качестве подопытных образцов они брали две группы кур одинакового веса и возраста. Одних поили снеговой водой, других — обычной водопроводной. Опыт продолжался три с половиной месяца. Куры из первой

группы снесли 538 яиц, из второй только 272 яйца. К тому же яйца кур, пивших снеговую воду, весили больше. Продолжая эксперимент, ученые ставили цыплятам блюдечко с обычной водой, — они пили спокойно. Но когда им налили талой воды, прямо с плавающими льдинками, цыплята начинали пить с жадностью, дрались и лезли в блюдечко лапками. Снеговой водой поили и супоросную свинью. Через два месяца она принесла десять

поросят, каждый из них при рождении весил 1,5 кг, в контрольной же группе новорожденные весили около 1 кг. А в месячном возрасте поросята, получавшие «живую» воду, набрали уже по 9 килограммов каждый, в то время как обычная масса поросят в этом возрасте около 5 килограммов.

Не менее интересные результаты дали опыты с растениями. В Томском ботаническом саду снеговой водой поливали огурцы, и они давали вдвое больший урожай. А те, у которых и семена замачивали этой водой, — почти втрое. Урожай редиса «живая» вода увеличивала на 230%.

Однако необходимо помнить, что снеговой водой следует пользоваться с осторожностью из-за высокого уровня загрязнения снега. Вода льда и снега плотнее всякой другой воды и вредна для лиц с заболеваниями нервной системы. Но если ее вскипятить, она снова становится пригодной для таких больных.

Талая вода

Талая вода — та, которая получена в результате таяния снега и льда. «Снежная» вода возникает от таяния снега, она не что иное, как природная дистиллированная «живая» вода. «Мерзлая» вода — это вода, полученная при таянии льда, образовавшегося при замерзании воды в природных водоемах или сосудах (в холодильнике, на морозе). Качество у такой воды хуже, чем у «снежной», так как она лишена солнечной подзарядки, она менее «живая», чем «снежная» вода. С давних пор талая вода широко использовалась в целительной практике, поскольку по своей структуре она схожа с водой, входящей в состав нашей крови и клеток. Поэтому ее применение освобождает организм от дополнительных энергетических затрат на структурирование воды. Структура льда идеально подходит к структуре молекул белковых веществ и нуклеиновых кислот, несущих функции жизни.

Талая вода эффективна при лечении атеросклероза, очищает организм от шлаков, повышает его защитные силы, стимулирует механизмы размножения, способствует омоложению организма. Талая вода также способствует уменьшению сердечных болей и даже рассасыванию тромбов коронарных сосудов сердца. Она прекращает сильные геморроидальные кровотечения, снимает геморроидальные боли, улучшает кровообращение после тромбозов нижних конечностей и облегчает течение болезни при варикозном расширении вен. У людей, страдающих сердечно-сосудистыми болезнями значительно снижается содержание холестерина в крови и улучшается обмен веществ. Талая вода может служить очень действенным средством против патологической тучности.

Для получения талой воды достаточно налить воду из-под крана в эмалированную посуду или посуду из пищевой нержавеющей стали, отстоять в течение суток, после этого поставить на огонь, вскипятить, снять с огня, плотно закрыть крышкой и поставить под струю холодной воды до полного охлаждения.

Воду можно не кипятить, а сразу поставить в холодильную камеру или на балкон (в зимний период времени). Саму емкость поместить на деревянную или пластмассовую подставку, чтобы обеспечить равномерное промерзание всей воды. Вода с примесью тяжелых металлов и «тяжелая» (дейтериевая) вода замерзает быстрее, чем остальная (при температуре 3—4 °C), поэтому, при обнаружении, что к стенкам посуды тонким слоем примерз лед, и плавают тонкие ажурные льдинки, надо процедить незамерзшую воду, а этот лед выбросить. Воду вновь поставить на холод, первый образовавшийся лед снова выкинуть, а оставшуюся воду заморозить. Из полученного льда при оттаивании образуется чистая талая питьевая вода.

Если же вы упустили момент, и вся вода замерзла целиком, необходимо внимательно рассмотреть посуду с образовавшимся льдом. В центре будет наблюдаться лед желтовато-лилового цвета. Именно этот кусок содержит оставшиеся растворы солей и примеси. В этом случае необходимо постепенно растапливая лед в посуде в комнате или на плите, выбросить мутный центральный кусок льда, он растаивает позже прозрачного периферийного льда. Остаток воды необходимо разморозить до такого состояния, чтобы в ней плавали льдинки, и в таком виде ее можно применять. Эту воду можно держать в холодильнике или в другом месте при 10 °C от 2 до 10 суток.

Объем удаляемых примесей может составлять от 30 до 70% всего объема налитой воды. Для вкуса в талую воду иногда добавляют обычную морскую соль (1 г на 10 л) или немного минеральной воды. Биоактивные свойства талой воды сохраняются в течение 7-8 часов после размораживания снега или льда. Но для получения ощутимого целебного

эффекта рекомендуется использовать свежую талую воду. При этом лучше, чтобы температура ее не превышала 8 °С (еще лучше, если на поверхности плавают льдинки).

Для жителей сельской местности, получить талую воду зимой можно гораздо проще. Для этого необходимо взять чистый, сухой, свежевыпавший снег или старый, но лежащий в тенистых или заветренных местах среди деревьев, и оттаивать его в чистом эмалированном ведре, закрытом крышкой. Для ускорения процесса можно поставить ведро в таз с горячей водой, но не на плиту. На стенках ведра не должно быть смолистого осадка, если же он есть, то вода для употребления непригодна. Чтобы избавиться от растительных соринки, полученную воду надо профильтровать через два слоя марли. Приготовленную таким образом воду слить в стеклянную посуду и плотно закрыть. Срок хранения — не больше 1 недели. Перед употреблением снеговую талую воду надо довести до кипения в закрытом чайнике или кастрюльке с крышкой — именно довести, но не кипятить. Затем можно добавить в нее чайную заварку, молоко, варенье и пр.

В талой воде мало солей кальция, поэтому она омолаживает клетки и способствует долголетию, а также способствует выведению из организма шлаков и токсинов, дает ему сильную энергетическую подпитку.

Общеукрепляющие процедуры

Ж Минимальная доза, оказывающая эффект при приеме
| внутрь,— 4-6 г талой воды на 1 кг веса, в среднем это
| 2-3 стакана в день. Нестойкий, но заметный эффект может
| наблюдаться даже от 0,75 стакана 1 раз утром натощак (2 г
| на 1 кг веса). Выпивать талую воду надо сразу, в один при-
! сеет, предварительно приучив себя к ледяной воде, чтобы
не простудить чувствительные к охлаждению бронхи, например, начиная пить ее
буквально со льдинки, первый стакан воды рекомендуется выпивать рано утром за / час | до
еды, остальные — в течение дня, каждый раз за / час до | очередной еды. Чтобы избежать
отрицательного действия | холода на бронхи и желудок, можно пить ледяную ВОду
маленькими глотками, подолгу смакуя» ее во рту. Таким спо- \ собом можно добиться
тройной пользы: 1) тал^я вода Обогатится структурированной жидкостью — слюной перед |
поступлением в желудок; 2) активно воздействуя на термо-| рецепторы ротовой полости,
желудок подготавливается к | быстрому усвоению воды; 3) нагреваясь во рту вода не |
вредит бронхам, желудку и другим внутренним органам. Для компрессов, обтираний,
закаливающих процедур, микроклизм лучше также использовать свежую талую воду. Всем
набором уникальных лечебных свойств обладает только растаявшая ледяная вода, но не
вода, охлажденная до температуры 0-8 'С. Талой водой мож^о пользоваться в любом
возрасте и с большим успехом. Ожирение. Свежая талая вода может помочь организму
избавиться не только от шлаков, но и от лишних жировых отложений, мягко, без перегрузки
организма нормализовать жировой обмен, приведя его постепенно а нормальное состояние.
Эта полезная особенность ледяной воды связана с ее свойством сужать кровеносные
сооуды|> которые препятствуют всасыванию кровью питательных веществ, включая жирные
карбогидраты. Для изб\$вления от лишних складок жира достаточно пить как можно больше
талой воды, предварительно приучив к ней свой организм (легкие, горло, зубы). Кроме того,
потребление большого количества ледяной воды отбивает аппетит да*е к самым
изысканным блюдам. И если пить талую воду перед каждой едой, появится чувство
насыщения. Талая вода приносит пользу даже при потреблении кондитерских изделий и
мороженого. Однако, при проблемах с почками, следует посоветоваться с врачом. Воду
нужно пить по стакану до и после каждой еды. За неделю такого «ледового» питья | можно
потерять до 450-500 г, а за месяц 2 кг.

Полоскание горла и ротовой полости твлой водой. Для
проведения этой процедуры нужно брать свежую талую воду, лучше, когда в ней еще
плавают нерастаявшие льдинки. Полоскание горла «талицей» желательно проводить
регулярно, а еще лучше — ежедневно. Эта процедура укрепляет иммунную систему При
использовании *тали-цы» для ванночек ротовой полости (при ангинах, болезнях | зубов,
десен, пародонтите) ее надо держать во рту по j 10-15 минут, проводя несколько процедур в
день в течение \ 7-10 дней.

! Массаж лица талой водой. Благодаря своей высокой би- \ ологической активности и
проникающим способностям,

талая вода хорошо проникает через мембраны клеток кожи, снабжая тем самым усыхающие клетки кожного и подкожного слоев недостающей им влагой. Для лучшего эффекта можно добавлять к «талице» каменную соль и немного уксуса. Этот раствор состоит из 1 ч. л. каменной соли (лучше морской нерафинированной) и 1 ч.л. столового уксуса (лучше яблочного или другого фруктового) и 300 мл талой воды.

Микроклизмы с талой водой. Эти процедуры укрепляют прямую кишку и устраняют в ней воспалительные явления, а также служат (с незначительным добавлением каменной или морской соли) лучшим физиологическим антитоксином при острых инфекционных заболеваниях и возбудителем при значительном упадке сил. Микроклизмы делают со свежей талой водой при температуре 2-12°C в количестве 1-3 ст. л. Вода таких клизм предназначена для всасывания. Их применяют преимущественно после естественной дефекации или стула, вызванного обычной клизмой. Если клизма случайно отошла или вызвала стул, ее следует повторить, иногда с меньшим количеством воды.

Водопроводная вода

Известно, что поступающая в водопровод вода подвергается обработке, в частности хлорированию, для уничтожения вредных микробов. Хлор раздражающе действует на слизистую оболочку желудка и кишок и является ядом, который подавляет не только патогенную микрофлору, но и полезную. Конечно, содержание его в водопроводной воде не так велико, но если учесть, что человек выпивает такой воды в среднем 2 л ежедневно, то это уже небезопасно для организма. Кроме того, хлорирование вызывает коррозию водопроводных труб. Отсюда избыточное содержание в воде из-под крана железа, взвесей, ит. д. В водопроводной воде содержится также масса биологических примесей, и как бы мы ни хлорировали, органические остатки попадают в воду, поскольку водозаборы — это открытые водоисточники, органика попадает и сквозь поврежденные водопроводные трубы. Для того чтобы избавиться от хлора, воду перед употреблением надо либо отстаивать в открытом сосуде не менее 1 часа (а лучше 6—8 ч), чтобы взвеси опустились на дно, а вредные газы (в том числе, хлор) испарились. Такую воду обязательно нужно кипятить, но перед этим отстаивать. Газообразный хлор полностью улетучивается из открытого сосуда. При кипячении водопроводной воды уничтожаются вредные микробы, но хлор все же остается, и он активно связывается с белком. В результате все равно наносится вред здоровью. Соли хлора хорошо выпадают в осадок при замораживании и последующем размораживании.

Стоячая вода

Речь идет, прежде всего, о прудах, озерах и болотах. Этой водой пользоваться нежелательно, так как стоячая вода перенасыщена микроорганизмами и несет отрицательную энергию. От стоячей воды могут возникнуть опухоли, язвы кишечника, различные кожные заболевания. Стоячая болотная вода, в особенности открытая, дурная и тяжелая. Она охлаждается зимой только от снега и порождает слизь в теле, а летом она нагревается от солнца, портится и порождает желчь. Из-за своей плотности и примеси землистых частиц стоячая вода порождает у заболевания селезенки, истончает брюшные стенки и запирает внутренности. Вследствие задерживания воды — такие люди нередко подвержены водянке, а иногда у них возникает воспаление легких. Конечно, плечи и шея у них высыхают, их одолевает позыв к еде и питью. У людей, регулярно пьющих стоячую воду, порой возникают утомляемость, геморрой, расширение вен, и рыхлые опухоли, особенно в области живота. Стоячие воды, каковы бы они ни были, не подходят для желудка. Иногда большое количество такой воды вызывает запор. Она быстро начинает разогревать тело внутри и поэтому не подходит для больных лихорадкой и для тех, кого одолела желчь. И наоборот, лучше всего подходит при болезнях, нуждающихся в заживлении и созревании соков.

Соленая вода

Соленая вода сначала истощает, сушит и вызывает г*нос благодаря своему очищающему действию, потом, в итоге? связывает желудок вследствие высушивающего действия. Соленая вода портит кровь и вызывает зуд и чесотку. Ее можно пить, разбавив уксусом. Однако употребление уксуса в большом количестве может вызвать анемию.

Морская вода

Морская вода согревает и сушит. Она полезна при трещинах, появляющихся от холода. Она убивает вшей и рассасывает гематомы, помогает при чесотке и лишаях. Купание в ней помогает при нервных заболеваниях, паркинсонизме, параличе, анемии, при лечении головных болей, вызванных простудой. Хорошо помогает при укусах ядовитых животных, при болезнях простудного происхождения, а также при водянке. Применение морской воды вызывает похудение. Морская вода при внутреннем применении обладает очищающими и растворяющими свойствами, послабляет живот, выводя излишнюю лимфу. Пар от морской воды полезен при водянке, головной боли без повышения температуры тела. Морской водой обливают опухоли женской груди. Из морской воды делают клизмы от резей в кишках.

Дистиллированная вода

Дистиллированная вода получается путем выпаривания. Такую очищенную от отрицательной информации воду можно заряжать положительной энергией и информацией, что делает ее целебной и готовой к использованию для различных процедур (обтираний, компрессов, примочек). Поль Брэгг после 50 лет пил дистиллированную воду и советовал это делать другим. Он считал ее одним из лечебных средств и подчеркивал: «Она не мертвая вода. Она наиболее чистая вода, которую может пить человек. Дистиллированная вода помогает растворять токсины, которые накапливаются в организме современного цивилизованного человека, она проходит через почки, не оставляя там неорганических остатков камней. Это мягкая вода. Вымойте свои волосы в дистиллированной воде, и вы в этом убедитесь».

Но с Брэггом можно обоснованно не согласиться: поскольку одним и самым важным свойством этой воды является ее чистота от микроэлементов, поэтому она нанесет очень большой вред здоровью — все минеральные вещества, которые удалены из дистиллированной воды, жизненно необходимы для деятельности организма. Регулярное или более-менее продолжительное питье этой воды разбалансирует работу всех органов и систем. И относится это, прежде всего, к костям, крепость которых зависит от количества кальция в крови. Не менее важно и содержание в воде микроэлементов, обеспечивающих многие функции организма, начиная от передачи импульсов в нервных клетках и заканчивая построением новых клеток, передачей наследственной информации. Можно было бы согласиться с возможностью употребления дистиллированной воды на фоне активного питания овощами и фруктами (в них много солей и микроэлементов). Действительно, тогда дистиллированная вода будет выводить только излишки минеральных солей.

Железистая вода

Железо — один из семи металлов, известных человечеству с глубокой древности. Главными источниками соединений железа в природных водах являются процессы химического выветривания и растворения горных пород. Железо вступает в реакцию с содержащимися в природных водах минеральными и органическими веществами, образуя сложный комплекс соединений, находящихся в воде в растворенном, коллоидном и взвешенном состоянии. Значительные количества железа поступают с подземным стоком и со сточными водами предприятий металлургической, металлообрабатывающей, текстильной, лакокрасочной промышленности и с сельскохозяйственными стоками. В питьевой воде железо может присутствовать также вследствие применения на станциях очистки воды железосодержащих коагулянтов, либо из-за коррозии водопроводных труб.

Содержание железа в поверхностных пресных водах составляет десятые доли миллиграмма. Основной его формой являются комплексные соединения трехвалентных

ионов железа с растворенными неорганическими и органическими соединениями, главным образом с солями гуминовых кислот — гума-тами. Поэтому повышенное содержание железа наблюдается в болотных водах (единицы миллиграммов), где концентрация гумусовых веществ достаточно велика. Наибольшие же концентрации железа (до нескольких десятков миллиграмм в 1 дм³) наблюдаются в подземных водах с низкими значениями pH и с низким содержанием растворенного кислорода. В подземных водах железо присутствует в основном в растворенном двухвалентном виде. Трехвалентное железо при определенных условиях также может присутствовать в воде в растворенном виде как в форме неорганических солей (например, сульфатов), так и в составе растворимых органических комплексов.

Содержащая железо вода (особенно подземная) сначала прозрачна и чиста на вид. Однако даже при непродолжительном контакте с кислородом воздуха железо окисляется, придавая воде желтовато-бурую окраску. Уже при концентрациях железа выше 0,3 мг/л такая вода способна вызвать появление ржавых потеков на сантехнике и пятен на белье при стирке. При содержании железа выше 1 мг/л вода становится мутной, окрашивается в желто-бурый цвет, у нее ощущается характерный металлический привкус. Все это делает такую воду практически неприемлемой как для технического, так и для питьевого применения.

Железо относится к числу жизненно важных для человека микроэлементов. Оно принимает участие в процессах кроветворения, внутриклеточного обмена и регулирования окислительно-восстановительных процессов. Организм взрослого человека содержит 4-5 г железа, которое входит в состав важнейшего дыхательного пигмента гемоглобина (55—70% от общего содержания), вырабатываемого костным мозгом и ответственного за перенос кислорода от легких к тканям, белка миоглобина (10-25%), необходимого для накопления кислорода в мышечной ткани, а также в состав различных дыхательных ферментов (около 1% общего содержания). Кроме того, 20—25% железа хранится в организме как резерв, сосредоточенный в печени и селезенке в виде ферритина — железо-белкового комплекса. В плазме крови содержится более 0,1 % от общего содержания железа. Выделяется железо из организма в основном через стенки толстого кишечника и незначительно через почки. За сутки выводится примерно 6—10 мг железа. Отсюда и суточная потребность человека в железе. У женщин, потребность в железе выше, чем у мужчин — 15-18 мг. Однако, учитывая низкую усвояемость железа с пищевым рационом человек должен получать в норме 60-100 мг железа в сутки. Обмен железа в организме зависит от деятельности печени. При нарушениях в ее работе, а также при бедном железом рационе (например, при искусственном вскармливании детей, особенно коровьим и козьим молоком) возможно развитие железодефицитной анемии или малокровия. Это заболевание характеризуется бледностью кожи и слизистых, одутловатостью лица и сопровождается общей слабостью, быстрой физической и психической утомляемостью, отдышкой, головокружениями, шумом в ушах.

Железистая вода укрепляет внутренности, препятствует расстройству желудка и прибавляет силы, устраняет заболевания селезенки и способствует усилению половой потенции. Вода, в которой неоднократно гасили раскаленное железо, используется для укрепления желудка, при болезнях селезенки и печени, помогает от кровохарканья. Это хорошее средство для профилактики фурункулов, пиодермии, делает кожу эластичной.

Такую воду можно приготовить самому. Для этого необходимо раскалить несколько гвоздей и опустить в воду, микробы гибнут через 2—5 минут. Гвоздики не нужно выбрасывать; они могут служить долго.

При нарушении обмена веществ в клетках может развиваться и обратное явление — избыточное накопление железа в организме. При этом содержание железа в печени может достигать 20—30 г, а также наблюдаться повышенная его концентрация в поджелудочной железе, почках, миокарде, иногда в щитовидной железе, мышцах и эпителии языка.

Основной путь поступления железа в организм человека — с пищей. По оценкам ВОЗ доля воды в общем объеме естественного поступления железа в организм среднестатистического человека не превышает 10%. У людей определенных профессий (шахтеров, занятых на разработках железных руд и в меньшей степени у сварщиков) возможно попадание соеди-

нений, железа с пылью при дыхании, что может вызывать профессиональные заболевания.

При уровне установленного ВОЗ переносимого суточного потребления железа, равном 0,8 мг/кг массы тела человека, безопасное для здоровья суммарное содержание железа в воде составляет 2 мг/л. Это означает, что, употребляя ежедневно на протяжении всей жизни такую воду, можно не опасаться за последствия для здоровья. В больших количествах

железо, как и любое другое химическое вещество, способно вызвать в организме человека нарушения и даже патологии. Учитывая, однако, что железо очень трудно усваиваемый элемент, особенно в неорганической форме (в которой оно в основном и содержится в воде), представляется, что «перебрать» его достаточно трудно.

Железистые минеральные воды используются в лечебных целях. Их применяют главным образом для питьевого лечения, а также для ванн и орошений. Бальнеологическая ценность их зависит от концентрации в воде не только ионов железа, но и других материалов, а также от минерализации воды, ее температуры. При питье железистых минеральных вод повышается общая сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям, улучшаются функции органов пищеварения, увеличивается содержание гемоглобина в крови; железистые минеральные воды назначают главным образом при малокровии, заболеваниях желудка и кишечника, нарушениях обмена веществ, гинекологических заболеваниях. При наружном применении целебное действие железистых минеральных вод вызвано всем комплексом содержащихся в них химических элементов. Ванны из железистых вод оказывают стимулирующее влияние на кроветворение. Они применяются также при сердечно-сосудистых заболеваниях, орошения — при гинекологических болезнях.

Серная вода

Лечебные свойства серы были известны и применялись с давних времен. Обогащенная серой вода проникает в организм через кожу и слизистую оболочку, вмешивается в обмен веществ организма, проявляя свои лечебные свойства. На протяжении тысячелетий лечение серной водой успешно применялось при всевозможных ревматических заболеваниях, явлениях «изнашивания» позвоночника и заболеваниях, поражающих суставы. Серные воды используются также в восстановительной терапии пациентов, получивших спортивные травмы или повреждения при несчастных случаях, и, кроме того, для восстановления организма после ортопедических операций и для профилактических целей. Через кожу и слизистые оболочки серные термальные воды проникают в организм человека. Они влияют на различные процессы обмена веществ в организме и таким образом оказывают положительное влияние на состояние всего организма.

Серная вода в виде ингаляций показана при хронических заболеваниях уха, горла, носа (отиты, риниты, синуситы, фарингиты, ларингиты, хронические ангины, гаймориты); хронических заболеваниях бронхов и легких (трахеиты, бронхиты, расширение бронхов, эмфиземы легких, астма). Серная вода рассасывает твердые опухоли и височные бородавки, полезна при опухолях печени и селезенки и при болях в них, а также при болях в матке. Серная вода укрепляет нервы, очищает от прыщей и наружных язв, от веснушек. Сернистая вода дает прекрасный эффект при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата, а также ревматических и воспалительных заболеваний, хронических гинекологических заболеваний. Она растворяет яды и шлаки, проникающие к суставам, к селезенке и к печени. Сернистые минеральные воды показаны также при некоторых стоматологических заболеваниях.

Купание в сернистой воде — одно из лучших средств лечения опоясывающего лишая. Из сернистой воды, температурой 37,5 градусов, добывается биологическая основа для изготовления целебной косметики. Сернистые ванны полезны от стрессов, против увеличения массы тела, при хронической усталости. Однако эта вода не рекомендуется при повышенном артериальном давлении, заболеваниях сердца, опухолях, астме, тромбозе, беременности. Не рекомендуется также купание в воде маленьких детей. Лечебный курс состоит из ванн, питья серной минеральной воды, орошения носовой полости и полости рта сернистой водой, душа для верхних дыхательных путей, ингаляции, аэрозоли, продувания евстахиевых труб, промывания синусоидальных пазух. Сернистые термальные ванны применяют для лечения воспалительных заболеваний суставов и позвоночника, дегенеративных заболеваний суставов и позвоночников, мышечного ревматизма, некоторых кожных заболеваний, нарушения местного кровообращения, для последующего лечения после травм или операций и при состоянии вегетативного истощения.

Ингаляции серной водой рекомендуются при бронхитах, бронхоэктазиях, определённых формах бронхиальной астмы, хронических заболеваниях придаточных пазух носа.

Питьевое лечение серной водой рекомендуется при воспалительных и дегенеративных заболеваниях суставов и позвоночника, отравлении тяжёлыми металлами, подагре, запорах,

хронических заболеваниях пищеварительного тракта, повышенной кислотности и мочеполовых органов. Необходимость и возможность применения лечения серной водой обязательно обговорить с лечащим врачом!

Радиоактивная вода

Возраст Земли составляет примерно около 6 млрд лет и только через 4 млрд на Земле зародилась жизнь. Причиной такого большого разрыва во времени, по мнению некоторых ученых, мог стать высокий уровень радиации, который был на планете вскоре после ее возникновения. Поэтому, живые организмы появились лишь после значительного уменьшения радиоактивности земной коры и атмосферы. Но радиация осталась, и она не мешает людям жить. Она повсюду — в воде, воздухе, в земле и на земле. Воды Мирового океана содержат миллиарды тонн радиоактивного калия, рубидия, урана, тория и радия. Воды природных источников содержат урана от 5-10~7 до 3- Ю-5 г/л. В северных реках урана несколько меньше, в южных больше. В бессточных водоемах засушливых районов концентрация урана может достигать 4-10-2 г/л. Радиоактивность речной воды оценивается величиной порядка Ю-12 Кюри/л, озерной Ю-11 Кюри/л и морской Ю-10 Кюри/л, в то время как радиоактивность атмосферного воздуха составляет примерно Ю-16 Кюри/см³ и радиоактивность атмосферных осадков у поверхности Земли около 2- Ю-11 Кюри/г. Сохраняется радиоактивность осадков в течение нескольких часов, причем снег более радиоактивен, чем дождь. Выпадение осадков способствует очищению атмосферы от радиоактивных загрязнений. Наибольшее количество радиоактивных веществ содержат туманы и морось. Естественная радиоактивность вод суши, и океана в основном вызвана радиоактивным изотопом калия (K40). В высоких слоях атмосферы, при бомбардировке ядер водорода космическими лучами, образуется тяжелый изотоп водорода — радиоактивный тритий, который затем входит в состав сверхтяжелой воды T20 и вместе с осадками попадает на земную поверхность. Период его полураспада 12,2 года. Концентрация трития уменьшается с приближением к экватору. В океанических водах трития меньше, чем в водах суши.

В человеческом организме имеется около 3- Ю-3 г радиоактивного калия и 6-Ю-9 г радия. За счет этих веществ в теле человека каждую секунду происходит 6000 бета-распадов и 220 альфа-распадов. Кроме того, в результате воздействия космических лучей в организме человека возникают искусственные радиоэлементы. В итоге в теле человека каждую секунду происходит 10 000 реакций распада. И поскольку окружающий нас воздух, вода и горные породы радиоактивны, человеческий организм по уровню своей радиоактивности приспособился к радиационному фону окружающей среды. Радиоактивная вода широко применяется при лечении различных систем организма и конкретных заболеваний.

Век назад в недавно открытой радиоактивности видели панацею от большинства болезней и даже от старости. Уран, торий, а особенно радий и его газообразная «эманация» (радон) широко применялись медиками. Природные воды, содержащие повышенное количество радиоактивных веществ, разделяются на радиевые[^] урановые, радоновые радиоактивные воды. Радоновые воды — это минеральные воды различного состава, содержащие радиоактивный газ — радон определенной терапевтической концентрации. Радоновые воды делятся на две основные группы: простого состава, в которых радон является единственным лечебным компонентом; сложного состава, когда радон сочетается с другими ценными лечебными компонентами (кремний, азот, хлориды, кальций, диоксид углерода и др.). Уже в 1935 г. советский ученый В. А. Стогов использовал радоновые ванны и микроклизмы с радоновой водой для лечения больных хроническим простатитом. При лечении радоновыми водами взаимодействуют два лечебных фактора — бальнеологический эффект самой минеральной воды и действие ионизирующего излучения, возникающего при распаде этого радиоактивного газа. Радон попадает в кровь человека через кожу, дыхательные пути и слизистые оболочки. Через 2,5 часа в результате распада радон превращается в изотопы, живущие в организме человека не более 2 часов. Ионизирующее воздействие распадающихся изотопов приводит к образованию свободных радикалов, которые приводят к различным химическим реакциям, ферментативным процессам и выработке различных гормонов. Однако, часто лечебный эффект могут оказывать слаборадоновые воды, содержащие кремнистую кислоту, азот и др. микроэлементы.

Радон и продукты его распада, вызывая излучение, стимулируют соединительнотканые, эпителиальные и паренхиматозные клетки организма; влияют на

функцию различных систем организма; повышают скорость кровообращения, стимулируют образование крови и обмен биологически активных веществ (серотонин, гистамин, катехоламины и др.). Оказывая влияние на иммунную систему организма, радонотерапия способствует активизации тканевых процессов и вызывает рассасывание воспалительных инфильтратов, влияя тем самым на течение воспалительного процесса, в частности задерживает развитие процесса склерозирования. Радон оказывает общеукрепляющее действие на организм (остеопороз, регенерация в пожилом возрасте). Радоновая минеральная вода помогает бороться с аутоиммунными системными заболеваниями (дерматомиозит, системная красная волчанка и т. д.) и заболеваниями периферической нервной системы (невроз, неврит, невралгия, полиневропатия, радикулит, артрит, плексит, парезы на стадии восстановления), а также при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата различной происхождения и сложности (артриты, артрозы, болезнь Бехтерева, эндопротезы суставов, артропатия, вертеброгенный альгический синдром и др.) Рекомендуются радоновые ванны при нарушениях функций щитовидной железы, заболеваниях женской половой сферы, иммунодефицитах.

Для лечения больных хроническим простатитом применяют радоновые ванны, микроклизмы и орошение через прямую кишку. Радоновые ванны применяют концентрацией 60-120 нКи/л, температурой 36-37 °С, процедуры проводят через день, по 10-15 мин, на курс лечения 12—14 процедур.

Орошение радоновой водой проводят по следующей методике: концентрация воды 40—80 нКи/л; температура 38-39 °С; вода вводится в прямую кишку порциями по 0,5-0,7 л и затем выпускается. На одну процедуру применяют до 10 л воды. Продолжительность процедуры 15 мин, курс лечения 5-6 орошений.

Больным, которые плохо переносят орошения, показаны микроклизмы с радоновой водой, концентрацией 80-120 нКи/л, температуры 39-40 °С. В прямую кишку вводят 150—200 мл радоновой воды, которая удерживается там 30 мин и более. Микроклизмы назначают ежедневно или через день, на курс лечения 10-12 процедур. Наибольший терапевтический эффект оказывают орошения радоновой воды (75-77%). Менее эффективны микроклизмы и радоновые ванны (65-70%).

Лечение радоном и радоновыми ваннами дает прекрасный эффект без вредного побочного действия на организм. Вместе с тем, радоновое лечение противопоказано в следующих случаях: опухоли, острые инфекционные заболевания, активная форма туберкулеза, острая сердечная недостаточность, острые психогенные заболевания. Кроме того, от радиоактивного лечения следует воздержаться беременным женщинам, пациентам с увеличенной функцией щитовидной железы, пациентам после операции или лечения опухолевого заболевания в течение первых 2 лет. Также радоновое лечение ограничено для детей и подростков.

Жесткая вода

Жесткость воды определяется наличием в ней растворенных солей кальция и магния. Суммарное содержание солей этих металлов называют общей жесткостью, которая выражается в мг-экв/л.

Жесткость выражается в миллиграммах-эквивалентах на литр (мг-экв/л). Чем больше в воде растворенных соединений кальция и магния, тем она жестче. Жесткость воды бывает четырех типов: мягкая, средняя, жесткая и очень жесткая.

Мягкая — жесткость менее 4 мг-экв/л.

Средняя — жесткость от 4 до 8 мг-экв/л.

Жесткая — жесткость от 8 до 12 мг-экв/л.

Очень жесткая — жесткость выше 12 мг-экв/л.

Согласно ГОСТ 2874-82 жесткость питьевой воды не должна превышать 7 мг-экв/л. Можно и самостоятельно определить жесткость воды. Если при умывании водой кожа сохнет, грубеет и шелушится, а рассекатель душа зарастает известковыми отложениями — значит, вода жесткая. При кипячении жесткой воды на ее поверхности образуется пленка, а в чае или кофе, заваренных такой водой, может выпасть осадок бурого цвета.

Жесткая вода неблагоприятно действует и на организм человека. Она вредна не только для лица, но и для рук. При длительном применении такая вода закупоривает поры, пересушивает кожу, особенно сухую, тонкую и чувствительную, делает ее шероховатой,

шелушащейся. Это обстоятельство вызывается тем, что после мытья в такой воде естественная жировая пленка разрушается, на коже и волосах остается микроскопическая корка. Характерный «скрип» чисто вымытой кожи или волос — тревожный признак разрушения нужной нам защитной жировой пленки. Косметологи советуют умываться дождевой или талой водой. Или, умывшись водопроводной водой, протереть лицо тампоном, пропитанным кипяченой или дистиллированной водой. В первую очередь это относится к тем, у кого сухая и очень нежная кожа лица. Косметологи также не рекомендуют умываться с мылом каждый день. В крайнем случае, можно пользоваться жидким мылом или специальным гелем, потому что они не нарушают кислотно-щелочной баланс кожи. Постоянное употребление жесткой воды внутрь способствует накоплению солей в организме, что приводит к образованию камней в почках, желчном и мочевом пузыре, артритам и склерозу (отложения солей кальция в суставных сумках и сосудах головного мозга соответственно). С увеличением жесткости потребляемой питьевой воды увеличивается и разносторонность заболеваний. От жесткой воды печень страдает больше, чем от неумеренного пьянства.

Чтобы устранить отрицательное действие жесткой воды, ее необходимо смягчить.

Для снижения жесткости воды существует несколько способов:

Самый простой — прокипятить воду. В этом случае уберется временная жесткость. Этот способ применим только в том случае, когда жесткость воды не большая, примерно 5 ммоль/л. Простая кипяченая вода — не самое лучшее питье, в ней нет энзимов, а минеральные микроэлементы видоизменены. Поэтому после кипячения воду нужно остудить и засыпать кислые ягоды — клюкву, бруснику, облепиху, кожуру или сердцевину яблок и т. д. После того как вода немного настоится, ее можно пить. Очень полезны также настои малины, шиповника, черной смородины. Добавить в воду молочной, винной либо лимонной кислоты.

В других случаях (если жесткость более 5 ммоль/л) поможет фильтрация воды через фильтры снижающие жесткость.

Мягкая вода

Самая мягкая вода вообще не содержит растворенных солей кальция и магния. В природных водоемах такая вода не встречается. Получить воду, практически не содержащую солей, можно различными способами, например, путем перегонки, или дистилляции. Этот метод основан на следующем: вода при кипячении испаряется, пары улавливаются, конденсируются (т. е. вновь превращаются в жидкость) и, таким образом, образуется вода с пониженным содержанием растворенных веществ. При умывании мягкой водой создается впечатление «несмываемости» мыла, кожа остается скользкой, как бы намыленной. Это явление связано с тем, что после удаления из воды солей жесткости уже не образуются «мыльные шлаки», которые уничтожают тончайшую жировую пленку, покрывающую поверхность здоровой кожи и защищающую ее от вредных внешних воздействий. Именно эта пленка и дает ощущение скользкости. И это очень полезно, поэтому косметологи рекомендуют умываться и мыть волосы дождевой или талой (а значит очень мягкой) водой. Однако не стоит обольщаться, что такая вода полезна во всех случаях ее применения. Мягкой водой действительно хорошо мыть волосы, в ней полезно купаться, принимать различные водные процедуры, но регулярно применять ее внутрь нежелательно — она содержит недостаточное количество минеральных солей, что грозит ломкостью костей, кариесом, понижением общей сопротивляемости организма, а у детей употребление мягкой воды может привести к развитию рахита. Недостаток кальция в организме опасен заболеваниями опорно-двигательной системы, а недостаток магния провоцирует инфаркт миокарда. Однако в некоторых районах с малой жесткостью потребляемой воды не наблюдается какого-то особого увеличения количества больных остеопорозом, рахитом и сердечно-сосудистыми заболеваниями. Причина этого явления заключается в том, что недостаток кальция в организме восполняется с молоком и молочными продуктами. Людям, страдающим малокровием, для пополнения организма железом лучше есть виноград, яблоки, гранаты, пить соки.

Различия между жесткой и мягкой водой

В воде из различных источников процесс пенообразования происходит по-разному. В одной воде образование пены происходит очень быстро, она обильна и удерживается долго.

Такая вода называется мягкой. Если же пена образуется с большим трудом и только при внесении большого количества мыла, то в этом случае мы имеем дело с жесткой водой. Эти разновидности воды по-разному участвуют в различных жизненных процессах. Специалисты Института гигиены и медицинской экологии имени О. Марзеева провели ряд экспериментов по воздействию воды на качество и скорость приготовления пищи. Они оценивали вкус, цвет и запах напитков, приготовленных на мягкой и жесткой воде. Большинство участников исследования отдали предпочтение по показателям «вкус», «цвет», «аромат напитка» мягкой воде. Во второй части эксперимента, посвященной продуктам, используемым для варки, брался картофель. Картофель на мягкой воде был готов на 17% процентов быстрее, чем сваренный на жесткой воде. Дегустация доказала, что картофель, приготовленный на мягкой воде, вкуснее. Из этого можно сделать предположение, что уменьшение времени на варку овощей обеспечивает более высокий процент сохранения в них полезных свойств. Кроме того, диетологи установили, что мясо хуже разваривается в жесткой воде, в результате и белки усваиваются хуже.

Подготовка воды к анализам

Прежде, чем начинать умягчать воду, необходимо узнать степень ее жесткости. А это возможно при обращении либо в Санэпидемстанцию по месту жительства, либо в одну из независимых сертифицированных лабораторий. Воду для анализов надо набирать, соблюдая некоторые несложные правила и порядок забора воды. Для «среднего» химического анализа (по 20—25 параметрам) нужно не менее 2-х литров воды. В качестве емкостей можно использовать стеклянную или пластиковую тару. Посуда должна быть чистой и без запахов. Воду набирать в определенном порядке.

1. Дать воде стечь 5-10 минут. Делается это для того, чтобы слить из трубопровода застоявшуюся воду.

2. Сполоснуть изнутри емкости той водой, которая будет сдаваться на анализ.

3. Набирать воду небольшой спокойной струей, можно по стенке бутылки, поскольку при быстром наборе воды она станет насыщаться кислородом, который может привести к химическим реакциям, искажающим исходную картину.

4. Воду в тару независимо от ее емкости набирать под самое горлышко или крышку «с переливом», чтобы не допустить образования воздушной пробки. Цель та же, что и в предыдущем случае.

5. Поместить набранные емкости с водой в непрозрачный пакет или сумку, и чем скорее вода попадет в лабораторию, тем лучше.

Вымыть руки без мыла можно:

— корнем мыльнянки, или «собачьего мыла» во время похода на природу. Но пользоваться этим растением надо осторожно: его пена раздражает слизистые оболочки;

— соком ягод бузины, вороньего глаза, корнем хлопушки. Но после этого обязательно нужно сполоснуть руки чистой водой;

— после работы с землей растереть в руках несколько ягод белой или красной смородины или облепихи: они не только удаляют грязь, но и заживляют маленькие ранки. Сок облепихи, кстати, «отбеливает» руки, ставшие черными после сбора черноплодной рябины;

— прежде чем мыть руки, вымазанные мазутом или углем, надо смазать ладони любым растительным маслом, чтобы оно растворило грязь в трещинах и складках кожи. Затем прибегнуть к помощи мыла.

Холодная вода

Лечение холодной водой происходит как при употреблении ее внутрь, так и в виде различных водных процедур — ванн, обливаний, обтираний, хождение босиком по росе, снегу, мокрым камням, а также купание в холодной воде. Все эти способы эффективны при лечении многих болезней: нервных, сердечно-сосудистых, верхних дыхательных путей, лихорадках с целью понижения температуры, как средство, улучшающее кровообращение, при головных болях, для закаливания организма. Питье холодной воды в умеренном количестве полезно для здоровых людей и лиц, имеющих слишком пористую кожу,

страдающих истечениями из каких-либо органов. Она помогает при обмороках, похмелье, рвоте, головокружении, жажде, повышенной температуре тела, болезнях печени и крови, при отравлениях. Выпиваемая маленькими глотками холодная вода стимулирует перистальтику желудка и кишечника и благоприятствует отделению желудочного сока, возбуждает аппетит, улучшает пищеварение и содействует правильному стулу. Питье большого количества холодной воды в один прием может привести к быстрому и сильному охлаждению желудка и к отрицательным последствиям для него. Это вредно при завоеваниях нервной системы, ревматизме, подагре, параличе, лицам, страдающим опухолями внутренностей, закупорками. Питьем холодной воды можно снизить аппетит, а, стало быть, и собственный вес. Если постоянно пить, то есть будет хотеться меньше. Диетологи также рекомендуют пить воду] перед едой, мотивируя это тем, что чувство голода ощущается в такие моменты, когда организм испытывает нужду в воде.

Специалисты утверждают, что лечебные процедуры с холодной водой снижают риск развития простудных и других заболеваний более чем в 25 раз. Это объясняется тем, что при погружении человека в холодную воду происходит выброс гормона надпочечников — адреналина. Его еще называют гормоном стресса, он отвечает за приспособление к экстремальным условиям. Организм, попав в экстремальную ситуацию охлаждения, начинает бороться, подключает все резервы — тело краснеет, происходит прилив крови к тканям. Все органы начинают усиленно работать. И там, где орган уже привык к хронической болезни, появляются силы на борьбу с недугом. Адреналин снижает болевую чувствительность, увеличивает скорость сердцебиения, улучшает кровенаполнение внутренних органов и мозга, активизирует иммунную систему, запускает выработку тепла.

Используя в лечении холодную воду надо помнить, что процедуры должны быть по длительности не более 1-3 мин — за это время организм просто не успеет переохладиться. Во время пребывания в холодной воде ощущается внутренний жар (все системы организма направлены на выработку энергии). Таким образом, происходит тренировка иммунной системы, терморегуляции, подготовка к восприятию стресса. Закаливанием холодной водой или холодом можно лечить также ревматизм, воспаление седалищного нерва, бронхиальную астму. Правда, иногда после начала лечения могут происходить обострения болезней, повышение температуры, зуд. Надо это учитывать и продолжать лечиться. Вместе с тем, если процедуры с холодной водой будет продолжаться более 2-3 мин, то уже через 10 мин человек истощит тепловые ресурсы, и наступит опасное переохладение. При лечении холодом необходимо положительно настроиться на процедуры, осознать их действенность. Духовный настрой приводит к выработке в мозге особого вещества — эндорфина, гормона удовольствия. Он создает чувство удовлетворения, жизненного подъема, оптимизма, которые и являются не последними факторами в деле лечения болезней.

Но существуют и противники применения холодных водных процедур. Они утверждают, что регулярное воздействие холодом, в конечном счете, изнашивает организм. Некоторые врачи отмечают, что у заядлых «моржей» вырабатывается зависимость, потребность в холодных процедурах. Если же в них сделать длительный перерыв, то развивается депрессия, апатия, ослабляется иммунная система. В результате многолетней перегрузки надпочечников могут возникнуть расстройства гормональной функции. Именно поэтому противники закаливания холодом не советуют приучать детей к этим процедурам, утверждая, что не сложившаяся гормональная система ребенка может дать сбой. В условиях повторяющегося стресса страдает репродуктивная функция, а также пищеварение. Поэтому перед тем как начать моржевание, необходимо проконсультироваться с врачом. Одно совершенно очевидно вне зависимости от взглядов на закаливание холодом: эти процедуры не рекомендуются при аллергии на холод, воспалительных гинекологических заболеваниях, туберкулезе, нарушенной функции почек.

Теплая вода

Холодная и горячая вода по-разному действует на моторику желудочно-кишечного тракта. Холодная вода усиливает двигательную активность желудка и кишечника, стимулирует секреторную функцию, горячая вода снижает повышенный тонус гладкой мускулатуры, угнетает секрецию. Для очистки организма необходимо в течение 20 дней каждый вечер перед сном выпивать медленными глотками по 1 стакану горячей воды. Еще лучше вместо воды пить горячие отвары лекарственных растений: корня лопуха, березовых почек, овсяной соломы, мяты, душицы, крапивы, чабреца. Выпив воду или отвар, следует

растереть тело мокрым полотенцем и лечь спать. Такую процедуру рекомендуется проводить 4 раза в год.

Теплую воду также полезно пить для регулирования работы почек, нормализации артериального давления, выведения из организма шлаков — в течение дня по 1—2 глотка через каждые 15-20 мин. Теплая вода (20-22 °C) при употреблении ее в больших количествах ослабляет желудок, а если пить ее малыми порциями и часто — промывает желудок и слабит. Она не утоляет жажду сразу и нередко приводит к водянке и худосочию, иссушает тело.

Теплая вода полезна больным эпилепсией. Кипяток согревает, способствует пищеварению, подавляет икоту, удаляет слизь, вздутие живота, одышку. Горячая вода успокаивает боль, увеличивает отделение крови при менструациях, выделение мочи. Для того чтобы печень правильно функционировала и дольше оставалась здоровой, необходимо пить достаточное количество жидкости при правильном и здоровом питании — это помогает удалять шлаки и яды из организма.

При бронхите также полезно пить много жидкости. Это помогает слизи стать более водянистой, и ее легче откашлять, — от 4 до 6 стаканов жидкости в день помогут достаточно хорошо ее растворить. Лучше всего в этих случаях пить теплую воду. Во время лечения необходимо избегать употребления кофеина или алкогольных напитков, поскольку они приводят к выделению большого количества мочи, что приводит организм к потере жидкости. Пить надо только чистую обычную кипяченую теплую воду не менее 2 литров в день (чай, кофе, суп не в счет) и только до 18 часов. Утро надо начинать с питья теплой воды, не менее 500 мл. Только не нужно пить воду во время еды и сразу же после еды. Аюрведа советует в весенний период пить теплую воду и полоскать горло теплой водой или травяными настоями и выполнять регулярные физические упражнения. Однако при потере голоса, отделении мокроты, кашле и прочих болезнях органов выше ключицы пить горячую воду вредно. Также вредно пить охлажденную кипяченую воду на следующий день после кипячения — не возбуждая слизи, она удаляет желчь.

Вода кипяченая (дегазированная, «живая»)

Положительным свойством кипячения является дегазация воды, «стирание» у воды «памяти» (в частности, патогенной), уничтожение микроорганизмов и патогенных полей как в воде, так и на предметах или продуктах, подвергаемых кипячению (или ошпариванию). Эти качества кипятка широко используются в быту, кулинарии и медицине. К получению дегазированной воды ученые пришли, изучая свойства талой воды. В результате исследований они установили, что биологическая активность талой воды была вызвана пониженным содержанием в ней растворенных газов воздуха по сравнению с обычной водой. На этой основе был разработан другой способ извлечения из природной воды растворенного в ней воздуха. Такую воду называли дегазированной.

Чтобы получить ее, достаточно нагреть обычную воду до температуры 90—95° и тут же принудительно охладить до 20-25°. Закипевшая и быстро охлажденная вода в условиях, исключающих доступ атмосферного воздуха, обладает биологической активностью, превышающей в 5-6 раз активность обычной воды и в 2—3 раза снеговой, или талой. Такая вода в 3-4 раза активнее поглощается клетками организма, увлажняя его и снабжая питательными веществами. Она улучшает общее самочувствие, повышает работоспособность. Пить ее надо в течение 2—3 часов после приготовления. Но после того, как такая вода постоит несколько часов, она снова впитает в себя газы и снова становится обыкновенной водой. Этот парадокс ученые еще не смогли объяснить. Они проводили эксперимент — выводили газы из воды, помещая её в вакуум. Затем давали пить добровольцам — раз в день по полстакана натощак. Результат тот же. Более того, при умывании дегазированной водой кожа становится мягче и эластичнее, быстрее заживают ушибы и ожоги, различные ранения. Дегазированная вода хорошо зарекомендовала себя как профилактическое средство при частых ангинах: надо лишь регулярно полоскать ею горло. Она также хорошо очищает зубы, укрепляет десны. Известно действие этой воды в качестве обезболивающего средства — при болях в желудке, при острой зубной боли. Дегазированную воду с успехом можно использовать вместо крема после бритья. Экспериментальным путем, промывая руки дегазированной водой, избавлялись от экземы, возникшей от постоянного контакта с кислотами и щелочами. Систематически употребляя дегазированную воду утром натощак, человек легче переносит летнюю жару. Кроме того, такая вода повышает работоспособность, успокаивающе воздействует на нервную систему.

Дегазированную воду можно употреблять внутрь не более месяца, затем следует сделать месячный перерыв.

Производство дегазированной воды

В эмалированный чайник или кастрюльку с открытой крышкой налить обыкновенной воды из крана (колодца, родника), поставить на огонь, довести температуру воды до 90—95 градусов. То есть до состояния «белого ключа», когда уже бурной цепочкой всплывают пузыри, но вода в целом еще не кипит. Если воспринимать на слух, то это момент, когда чайник начинает шуметь. Вскипевшую таким образом воду надо немедленно плотно закрыть крышкой так, чтобы между крышкой и водой практически не было воздуха. В таком виде емкость устанавливается в другой сосуд и охлаждается проточной водой до 20—25 градусов. Можно использовать также снег, лед. Для эффективности охлаждения воду льют на крышку и по возможности создают условия пленочного обтекания воды на поверхности емкости. Через 3—5 мин дегазированная вода будет готова. Пить ее желательно сразу же. При невозможности быстрого использования дегазированную воду хранят в плотно закрытом сосуде без доступа воздуха. При этом она сохраняет свою биологическую активность до 2-х суток, некоторые специалисты этот срок продляют до 5—7 суток. Срок хранения в открытом сосуде зависит от объема воды, но не превышает 1 час. Если на поверхность воды положить лист пенопласта, то срок сохранности значительно увеличивается. Таким способом получается вода с единой кристаллической структурой. Применять ее можно также, как и талую воду. При желании свойства дегазированной воды можно улучшить. Для этого существуют несколько способов.

Первый способ. Сырую воду вначале заморозить, а потом оттаять как при производстве талой воды. Затем эту воду нагреть и резко охладить по приведенной выше методике. В результате получится лечебная вода с совершенно иными характеристиками. Такая вода — ценнейшее лекарство при лечении болезней желудочно-кишечного тракта.

Второй способ. Приготовленную вышеизложенным способом воду можно еще раз улучшить. Для этого добавить в эту воду небольшое количество «серебряной» воды или опустить в нее на 2-3 часа предмет, изготовленный из серебра, например, серебряную чайную ложку. После недельного приема следует сделать перерыв в 2-3 недели. Однако ежедневный прием такой воды нежелателен!

Многолетние эксперименты, проведенные с различными растениями, показали, что с помощью дегазированной воды можно стимулировать рост и урожайность различных культур. Однако при этом следует иметь в виду, что дегазированную воду для стимулирования растений нельзя употреблять слишком часто. Нельзя ежедневно поливать или опрыскивать растения такой водой, делать это следует один раз при намачивании семян перед посевом, и 2—3 раза за вегетацию при поливе или опрыскивании. Если кратность обработок дегазированной водой увеличить, вместо пользы будет вред.

Для предпосевного намачивания семян, как и для полива, специалисты советуют использовать свежеприготовленную дегазированную воду, поскольку, находясь в открытом сосуде, она постепенно насыщается газами из воздуха и теряет свою активность (через 3-4 ч практически наполовину). Замачивают семена дегазированной водой до полного их набухания: семена капусты, огурцов, тыквы, арбузов, патиссонов — 8—10 ч; семена бобовых — 4—6 ч. После набухания семена рассыпают тонким слоем в теплом помещении и подсушивают до сыпучести. Затем высевают в хорошо увлажненную почву. Семена моркови, укропа, петрушки, свеклы, лука намачивают в течение суток. Затем чуть наклюнувшиеся семена выдерживают в холодильнике (или на льду) в течение 10-14 дней (лука — 4—7 дней), не допуская их прорастания. Этот прием значительно ускоряет появление всходов. Лучшее время для полива (опрыскивания) — в первой половине дня, желательно в солнечную безветренную погоду, равномерно смачивая листья и верхушки побегов.

Обработанные таким образом растения дают прибавку урожая от 10 до 40%. У сахарной свеклы, семена которой были замочены в дегазированной воде, вес корнеплодов увеличился на 30-40% и возросла их сахаристость. Причем лучшие результаты дала вода, нагретая при дегазации до 90 градусов. При обработке дегазированной водой пшеница дала прибавку урожая около 25 процентов. Прибавка урожайности огурцов, выращенных в теплице, была еще выше: вместо контрольных 19 килограммов с квадратного метра, семена, замоченные в дегазированной воде, дали урожай в 29,4 килограмма. Прибавка урожайности томатов составила 30%. Однократное опрыскивание, например, картофеля в фазе бутонизации дает прибавку урожая на 25-30%. Особенно отзывчив на опрыскивание дегазированной водой ранний картофель. Обработку следует проводить обычным

опрыскивателем из расчета 10 л на 100 кв. м. Трехкратный за сезон (с интервалом примерно в месяц) полив фруктовых деревьев в зоне корневой шейки 0,5-1 л дегазированной воды увеличивает их урожайность.

В отличие от химических стимуляторов роста дегазированная вода не только безвредна, но она может оказывать на растения, животных и человека оздоравливающее действие, повышая их устойчивость к различным заболеваниям и неблагоприятным факторам среды.

Дегазированная вода оказывает не меньшую пользу и при пересадке декоративных и цветочных растений. Например, перед посадкой саженцы земляники полезно выдержать в полиэтиленовом пакете, на дно которого налита дегазированная вода, в течение 3—4 ч. Это улучшит их приживаемость и увеличит урожай. Цветы при пересадке рекомендуется обильно полить дегазированной водой, так чтобы хорошо смочить все листья. Комнатные цветы можно поливать и опрыскивать дегазированной водой 2-3 раза в месяц. При этом они больше закладывают бутонов и лучше цветут. Обычно для ускорения образования корней у зеленых черенков применяют различные химические стимуляторы, например гетероауксин, индрлил-масляную кислоту и другие. Дегазированная вода с легкостью может их заменить. Зеленые черенки, например, смородины, айвы, облепихи или роз, срезанные в момент активного роста, поместить в свежеприготовленную дегазированную воду на 3-4 ч. После этого высадить их в грунт. В остальном технология черенкования выполняется по общепринятой методике.

Ричард Пэшли, профессор физической химии Австралийского университета Канберры, обнаружил, что полностью дегазированная вода, лишенная всех растворенных газов, отстирывает даже жирные пятна. Испытание проводили, вымазав белую ткань вазелином, — он отстирался полностью. Жир в виде микроскопических капелек через несколько минут поднимается к поверхности. Пэшли считает, что микроскопические пузырьки воздуха скрепляют частицы грязи, создавая между ними поверхностное натяжение, и «приклеивают» эти скопления к ткани. Если пузырьки полностью удалить, загрязнения рассыпаются на множество частиц, которые легко удаляются с ткани. На основе своих опытов ученый предлагает стирать белье без применения различных стиральных порошков или мыла.

Мыльная вода

Мыльная вода — та, в которой растворено мыло. Ее используют преимущественно с гигиеническими целями и для промывания ран. Главный терапевт Москвы Леонид Лазебник советует ежедневно утром и вечером промывать носовые пазухи мыльной водой. С этой целью надо нанести мыльную пену на мизинцы и промыть носовые пазухи. Врач считает, что эта процедура абсолютно безвредна и при регулярном проведении почти на 100% гарантирует, что человек не заболеет простудой и острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ).

Мыльная вода побеждает микроспорию. Микроспория — грибковое заболевание из группы дерматофитий, при котором поражаются кожа и волосы, а в исключительно редких случаях и ногтевые пластинки. Название этого микоза происходит от имени его возбудителя — гриба рода *Microsporum*. Заболевание известно также как «стригущий лишай» (термин объединяет микроспорию и трихофитию), что вызвано особенностями протекания этого заболевания. Но даже если человек имел контакт с заразным животным или больным, достаточно соблюдать личную гигиену — мыльная вода без труда убивает споры грибка микроспории. А чтобы защитить домашних животных от микроспории — 2 инъекции этого препарата обеспечивают годовой иммунитет от заболевания.

Геотермальная вода

Воды с температурой выше 20 °C, выделяющиеся из недр Земли, называются геотермальными. Чаще всего они имеют температуру от 40 до 100 °C. Наибольшая температура поступающей к земной поверхности геотермальной воды может достигать 300 °C, а температура пара доходить до 600 °C. Геотермальные воды с температурой 40-60 °C используют для выращивания растений в парниках. Для технологических целей и отопления наиболее пригодны воды с температурой 40—100 °C. Получение электрической энергии осуществляется с помощью геотермальных вод и пара наиболее высоких показателей.

Полная энергия геотермальных вод земной коры во много раз превышает энергию всех видов ископаемого топлива. Извлекаемые из минеральных вод соли находят широкое применение в химической промышленности. Как моющее средство геотермальные воды употребляются на шерстомойках и камвольных предприятиях.

Геотермальные воды с температурой 20—40 °С используют для лечебных целей. Геотермальные воды содержат ценнейшие для жизнедеятельности организма минеральные вещества: кальций, калий, медь, магний, цинк, железо, марганец, кремний. Каждый из этих микроэлементов оказывает на организм определенное воздействие. Так, ионы меди и магния блокируют активность энзимов, которые разрушают коллагеновые волокна и способствуют разглаживанию морщин. Магний играет существенную роль в восстановлении структуры кожи, а медь и железо обеспечивают клетки кожи жизненной энергией. Калий и кальций необходимы для нормальной работы мембран клеток. Геотермальные воды обладают бактерицидным свойством, улучшают обмен веществ, тонизируют, охлаждают и освежают кожу лица, предотвращают ее преждевременное старение, оказывают на кожу глубоко очищающее действие, удаляют излишки кожного жира и загрязнения кожи.

При перемещении в направлении к центру Земли температура в верхних слоях земной коры возрастает в среднем на 1 °С на каждые 100 м (геотермическая ступень). В более древних слоях геотермическая ступень меньше средней величины, в молодых изверженных породах она превышает среднее значение. Если бы геотермальная ступень определяла изменение температуры на всех глубинах, то в центре Земли температура была бы 200 000 °С. Однако анализ наблюдений над лавой при вулканических извержениях и сейсмические исследования приводят к выводу, что в центре Земли температура должна быть всего лишь около 2000-5000 °С. Следовательно, геотермическая ступень с глубиной вероятно уменьшаться. Разогрев земной коры происходит за счет радиоактивного распада радия, урана, тория и калия, которые распределены в ней неравномерно: граниты содержат больше радиоактивных веществ, чем расположенные ниже базальты. Слой повышенной радиоактивности земной коры имеет толщину в несколько километров. Поскольку с глубиной возрастает теплопроводность и уменьшается геотермическая ступень, тепло накапливается и разогревает внутренние слои планеты. Имеющаяся в земной коре вода разогревается горными породами и может переносить тепло в более высокие горизонты. Например, в долине Паужетки (Камчатка) вода с температурой 200 °С подходит к поверхности земли на расстояние в 100-300 м. На глубине более 13-14 км вода переходит в пар. При температурах и давлениях, которые присутствуют на глубине ниже 60 км, молекулы воды существовать уже не могут.

Минеральная вода

Лечебные минеральные воды — это природные воды, содержащие в повышенных концентрациях минеральные вещества, газы. Они обладают только им присущими физическими свойствами (радиоактивностью, повышенной температурой). Благодаря таким качествам минеральные воды оказывают на организм человека свое лечебное действие. Характеристика и классификация минеральных вод проводится по их химическому составу и физическим свойствам. При этом учитывается

Soda & щщпгг словака Я 65

общая минерализация, ионный и газовый состав, радиоактивность, температура, реакция среды.

По минерализации (общему количеству содержащихся в воде ионов растворенных солей и биологически активных элементов; г/л) различают слабоминерализованные — 1-2 г/л, мало минерализованные — 2 г/л, среднеминерализованные — 5-15 г/л, высокоминерализованные — 15-35 г/л, рассольные — 35-150 г/л и крепкие рассольные — свыше 150 г/л воды. Степень минерализации воды во многом определяет возможности ее лечебного применения. Содержание минеральных веществ более 10-12 г/л в хлоридных водах является максимальным для использования их в натуральном виде при внутреннем употреблении. Воды высокой минерализации применяются для ванн. Биологически активные вещества, несмотря на незначительное их количество в воде, играют очень важную роль: при внутреннем приеме наиболее активны йод, бром, железо, фтор, мышьяк.

По ионному составу минеральные воды делятся на хлоридные, гидрокарбонатные, кальциевые, магниевые и воды сложного состава. Основное значение имеют ионы хлора, натрия, кальция, магния.

В зависимости от газового состава и наличия специфических элементов различают минеральные воды углекислые, сероводородные, бромные, йодные, железистые, мышьяковистые, радиоактивные (радоновые) и другие. Газовый состав вод зависит от количества свободного или растворенного газа, однако для лечебного применения важно наличие углекислого газа, сероводорода, азота, метана.

По температуре минеральные воды бывают холодные (до 20 градусов), теплые — слаботермальные (20—35°), горячие — термальные (35-42°) и очень горячие — высокотермальные (свыше 42°).

Радиоактивные минеральные воды характеризуются повышенным количеством радона, а их лечебное действие вызывают короткоживущие продукты его распада.

В бальнеолечебницах и лечебных бассейнах минеральную воду используют для питьевого лечения и для ванн, купаний, а также для ингаляций и полосканий при заболеваниях носоглотки и верхних дыхательных путей, орошений при гинекологических заболеваниях; для промываний, главным образом при заболеваниях органов пищеварения, нарушениях обмена веществ. Наилучший способ приема минеральной воды внутрь — непосредственно из источника. Не рекомендуется! приносить воду в запас на сутки. Индивидуальная доза приема* минеральной воды подбирается с учетом физического состояния больного, его возраста, характера и стадии заболевания. Общеизвестным является метод расчета дозы по массе тела больного: 3-5 мл воды на 1 кг веса при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и до 10 мл при заболеваниях* мочеполовой системы.

Немаловажное значение имеет и время приема воды. Наибольшая активность секреторной и ферментативной деятельности желудка наблюдается впервые 15-20 мин после приема воды, поэтому минеральную воду назначают в определенные сроки в зависимости от приема пищи с учетом кислотности: желудочного сока. При пониженной кислотности минеральную воду принимают за 30-45 мин до еды, при повышенной — за 45-60 мин.

Минеральные воды назначают в основном при следующих хронических заболеваниях:

- нервные расстройства;
- сердечно-сосудистые болезни;
- болезни опорно-двигательной системы;
- болезни пищеварительной системы;
- эндокринные болезни;
- заболевания мочевыводящих путей.

В результате употребления минеральной воды происходит проникновение через слизистую оболочку в кровь содержащихся в воде солей и других веществ, которые вместе оказывают определенное лечебное действие.

Хлор влияет на выделительную функцию почек.

Сульфат в сочетании с кальцием, натрием или магнием способен снижать желудочную секрецию.

Гидрокарбонат стимулирует секреторную деятельность желудка.

Калий и натрий поддерживают необходимое давление в тканевых и межтканевых жидкостях организма.

Калий влияет на изменения в сердце и центральной нервной системе.

Натрий задерживает воду в организме.

Бодл 6 жщни гиубека Ш 67

Кальций усиливает сократительную силу сердечной мышцы, повышает иммунитет, обладает противовоспалительным действием, обезболивает организм, влияет на рост костей, повышает их прочность. Горячие кальциевые воды помогают при язвенной болезни желудка и гастрите.

Магний хорошо усваивается организмом, способствует уменьшению спазмов желчного пузыря, снижает уровень холестерина в крови, благотворно влияет на нервную систему.

Йод активизирует функцию щитовидной железы, участвует в процессах рассасывания и восстановления.

Бром нормализует функцию коры головного мозга.

Фтор очень важен для организма: недостаток фтора приводит к разрушению костей, в частности зубов.

Марганец благотворно влияет на половое развитие, усиливает обмен белков.

Медь помогает железу переходить в гемоглобин.

Железо входит в структуру гемоглобина: его недостаток приводит к анемии.

Однако это не значит, что всегда можно ввести в организм вещества, недостаток которых является причиной возникшего патологического процесса, чтобы его устранить. Так, например, при рахите вводимый в избытке кальций не усваивается организмом.

Гидрокарбонатные минеральные воды назначают при хроническом гастрите с сохраненной и повышенной секрецией. Принимают через 2-3 часа после еды. При гастритах с пониженной секрецией пить минеральную воду следует после физических занятий за 15-20 минут до еды.

Хлоридные, натриевые, гидрокарбонатно-хлоридные минеральные воды назначают при хроническом гастрите с пониженной секреторной функцией желудка. Принимают за 15-20 минут до приема пищи, в подогретом виде до 40-42°. Пить рекомендуется маленькими глотками.

Щелочные минеральные воды пьют обыкновенно по утрам, 2-6 стаканов, либо цельными, либо разбавленными на четверть теплым коровьим, козьим молоком или сывороткой. Курс лечения 4-6 недель.

Воды с содержанием поваренной соли пьют в тех же режимах, что и щелочные минеральные воды.

Йодистые и бромистые воды поваренной соли требуют очень большой осторожности; количество их должно быть каждый раз точно определено, так как зачастую разовые дозы их не могут превышать 1 чайной или десертной ложки. Продолжительность лечения 4-5 недель.

Железные воды пьют по 2-4 стакана не только утром, но и в течение дня, особенно во время еды, так как железо лучше всего усваивается вместе с пищей. Воды эти пьют холодными и не разведенными, или натошак, или (слабые субъекты) после предварительного приема чашки молока или кофе. Курс лечения 6-8 недель и более.

Горькие воды, из-за их энергичного, почти всегда расстраивающего пищеварение влияния, не должны быть употребляемы слишком долго; в случаях, когда ими нужно пользоваться более продолжительное время, лучше всего делать каждые 6-10 дней перерывы на 3-8 дней. Пьют их небольшими порциями с получасовым промежутком по 0,5-1 стакану в день.

Углекислые минеральные воды улучшают обмен веществ. Всосавшаяся из желудочно-кишечного тракта углекислота усиливает деятельность легких, повышает тонус мышц. Углекислые воды, в качестве диетического питья могут употребляться в течение целого года, 1-2 бутылки в день.

Сероводородные минеральные воды используют в основном в виде ванн. Сероводород положительно действует на сосуды и центральную нервную систему. Он также влияет на гормональные железы: надпочечники, гипофиз, щитовидную железу. Серные воды пьют 3-4 недели, по 2-4 стакана ежедневно, всегда в смеси с теплым молоком, бульоном или сывороткой.

При обильном употреблении минеральной воды увеличивается ее количество в крови на 5,7%, но вместе с тем, уже через полчаса после ее принятия, вода выводится из крови. При усиленном употреблении воды, увеличивается выделение продуктов обмена веществ; увеличивается количество мочи, мочевины, поваренной соли, серной и фосфорной кислоты и калийных солей. Количество мочевой и щавелевой кислот уменьшается. При чрезмерном введении воды вес тела падает, но при последующем ограничении питья, он быстро нарастает. При употреблении теплой воды (32,5 °C) понижается давление крови в сосудах, но если температура воды высока, тогда давление крови увеличивается даже больше, чем при употреблении воды низкой температуры.

Эффективность лечения минеральной водой зависит не только от того, правильно ли подобрана вода, но и от ее дозы и режима применения. Вода, выпитая не вовремя и не в том количестве, может вместо пользы принести вред.

При заболеваниях желудка с повышенной КИСЛОТНОСТЬЮ воду желательно принимать за 1-1,5 час до еды по 150-200мл 3 раза в сутки. При изжоге ее лучше пить через 40-45 мин после приема пищи. Можно принимать и дробными порциями - по 100-150 мл за 1,5 час До еды и через 45 мин после. Воду следует пить теплую, без газа, небольшими глотками. Длительность лечения - 30-40 дней. При гастрите с нормальной или сниженной кислотностью лучше принимать минеральную воду комнатной температуры по 200-250 мл 3 раза в сутки за 20-30 мин до еды. Пить воду нужно небольшими глотками. Курс лечения — 30-40 дней 2 раза в год.

При лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки воду принимают как и при гастрите с повышенной кислотностью. В начале лечения рекомендуется пить по 100 мл, затем постепенно повышают дозу до 150-200 мл 5-6 раз в день. Курс приема составляет 30-40 дней.

! При заболеваниях кишечника, сопровождающихся поносом, теплую дегазированную воду надо пить медленно, небольшими глотками через 20-30 мин после еды по 100-150 мл. Если состояние не улучшается, количество воды увеличивают до 200 мл и принимают за 40-60 мин до еды в течение 3-4 недель. При заболевании, сопровождаемом поносами, воду пьют после приема пищи, при этом утренний прием следует исключить. \ При запорах вода должна быть прохладной, газированной. Пить ее нужно по 250-300 мл 3 раза в сутки за 40-60 мин до еды. Курс лечения — 4-6 недель 4 раза в год.

Обязательным условием при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта является исключение курения, поскольку никотин ухудшает состояние слизистых оболочек, может провоцировать обострение многих заболеваний. Не менее вредно употребление спиртных напитков.

При заболеваниях печени пьют теплую воду без газа по 150-250 мл за 40-60 мин до еды 3 раза в сутки в течение месяца. Курс следует повторить через полгода. При дискинезии желчных путей и болях спастического характера в области печени показана теплая (40-45°) дегазированная вода. Принимать ее нужно по 150-200 мл за 40-60 мин до еды 3 раза в сутки. Длительность лечения — 4-6 недель.

При гипотонии желчного пузыря (тупые боли и тяжесть в правом боку) нужно принимать воду более высокой минерализации. Ее пьют газированной, большими глотками, прохладную, по 200-250 мл за 40-60 мин до еды. После хирургического вмешательства на желчном пузыре дегазированную воду пьют по 50-100 мл через 20 и через 40 мин после еды. Курс лечения повторяют через полгода.

При хроническом панкреатите для снижения функции поджелудочной железы (не ранее, чем через 1,5-2 месяца после обострения панкреатита) теплую дегазированную воду пьют небольшими глотками по 50-100 мл через 30-40 мин после еды 4-5 раз в сутки. Длительность лечения — 2-3 недели.

При сниженной функции поджелудочной железы назначают только теплую минеральную воду по 100-150 мл за 45 и 90 мин до еды 3 раза в сутки. При патологии почек воду комнатной температуры принимают за 60-90 мин до еды. Лечение начинают со 100-125 мл, затем увеличивают дозу до 150-200 мл 5-6 раз в сутки.

Курс лечения минеральной водой обычно составляет от 4 до 6 недель, иногда даже необходимо повторное пользование источником в продолжение нескольких сезонов. Лечение минеральной водой несовместимо с приемом алкоголя, даже пива.

Прием минеральных вод противопоказан при серьезных поражениях органов кроветворения и кровообращения, а также резких изменениях состава крови.

Различным группам минеральных источников соответствует и время применения минеральной воды. Минеральные воды лучше всего пить в утренние часы и на открытом воздухе. Летом наиболее подходящим временем для питья воды является шестой час утра; но полные люди должны вставать раньше; слабые больные, наоборот, нуждаются в более продолжительном покое. Воду надо пить натошак, но не каждый больной в состоянии этому совету следовать; полным следует раньше выпить чашку чая, бульона или слабого кофе; этим же больным разрешается иногда выпить первый стакан в постели. Питье воды вечером (5-7 ч.) полезно только в тех случаях, когда источник по утрам не оказывает надлежащего действия, или когда требуется ввести в организм большое количество воды, или когда при слабости пищеварительных путей требуется частое введение малых доз. Питье по вечерам немедленно прекращают, если является тревожный сон, возбуждение и т. д.

При хронических гастритах и язвенной болезни желудка, холециститах, желчнокаменной болезни показаны горячие воды с температурой 35-42 градуса. При спазмах кишечника и поносе тоже надо пить горячие воды. При запорах следует пить холодные минеральные воды: они вызывают послабление кишечника. При повышенной секреции и кислотности желудочного сока воду следует пить подогретой. При заболеваниях печени и желчного пузыря холодную воду пить нельзя.

Минеральную воду можно пить до, после или во время еды. В зависимости от времени приема действие ее будет различным. Чаще всего минеральную воду пьют натошак, но при некоторых заболеваниях, например при поносе, пить воду натошак не рекомендуется.

Если нарушена моторика желудка, воду надо принимать за 2-2,5 часа до еды. При повышенной кислотности желудочного сока — за 1—1,5 часа до еды. Для активизации деятельности пищеварительных желез — за 15-20 минут до приема пищи. При изжоге и болевом синдроме в желудке — по 0,25-0,3 стакана после еды через каждые 15 минут. При повышенной секреции желудочного сока можно пить минеральную воду во время еды.

Пить минеральную воду (особенно в домашних условиях) следует только по назначению врача и в строгом соответствии с его указаниями. При отсутствии рекомендованной врачом минеральной воды ее можно заменить другой, близкой к ней по химическому составу и действию, соблюдая предписанный врачом порядок приема. Многие минеральные воды (например, «Боржоми», «Джермук», «Нарзан» и др.), благодаря приятному вкусу и способности утолять жажду, широко используются как столовые воды и без ограничения продаются в торговой сети. Однако при заболеваниях пищеварительной, сердечнососудистой и мочевыделительной систем, а также нарушениях обмена веществ применять их, не посоветовавшись с врачом, не следует. Не следует также заменять обычную питьевую воду на минеральную, так как в минеральных водах содержится значительное количество разнообразных веществ, оказывающих лечебный эффект при правильной дозировке и приводящих к нежелательным явлениям при передозировке. Наиболее благоприятное влияние на здоровье оказывают минеральные воды, выпитые прямо из источника. Это объясняется тем, что в этом случае проявляют свое биологически активное действие суборганические вещества, находящиеся в воде: обрывки аминокислот, пептидов и др. Если же вода стоит в течение часа, то эти суборганические соединения разлагаются и их биологическая активность исчезает. В этом случае вода действует за счет солей и газов, находящихся в ней.

Очищение воды

Химически чистая вода это дистиллированная вода, она не имеет ни вкуса, ни запаха. Но такой воды в природе не встречается, в ней всегда растворены те или иные соли и примеси. При росте их концентрации вода начинает принимать привкус или запах. Неочищенная водопроводная вода имеет в своем составе некоторые опасные вещества:

- механические загрязнители;
- соли тяжелых металлов;
- хлор и его соединения;
- органические соединения;
- радионуклиды;
- бактерии.

Привкус или запах может быть в природной воде изначально, или появиться при движении ее по водопроводным трубам, при водоподготовке. Гнилостным (болотным, рыбным) запах и привкус воды может быть при гниении водорослей и т. п. В тех местах, где вода застаивается и/или нагревается, происходит размножение микроорганизмов (плесень, грибки), она приобретает затхлый, землистый привкус и запах. Солёный или солоноватый привкус придает воде растворенная поваренная соль. Кислый вкус имеют минеральные воды, горький вкус обусловлен сульфатом магния, щелочной — поташ, сода, щелочи. Резкий привкус металла появляется при коррозии марганца, железа, меди, цинка, при хлорировании возникает хлорный запах. Аптечный запах (лекарственный, химический) можно обнаружить у сточной воды. Повышенное содержание аммония, нитритов, нитратов всегда приводит к острому отравлению: отек гортани, пищеводно-кишечные кровотечения и т. д. Обычно, для удаления соединений, вызывающих неприятный запах, используют фильтрование, добавление к воде активированного угля и осаждение полученных соединений. Для более точного определения причины, вызывающей привкус (запах) воды, проводят анализ в лаборатории на содержание примесей в воде. Если под рукой нет воды нужного качества, его можно улучшить одним из следующих способов.

С помощью фильтров. Дорогие по стоимости зарубежные фильтры убирают из воды не только органические примеси, ржавчину, бактерии, хлор и тяжелые металлы, но также и минеральные соли. Лучше применять фильтры кувшин-нога типа (такие как Brita, Барьер, Гейзер и др.). Привыбо-! ре картриджей для фильтров надо обращать внимание на их фильтрационные возможности: какую жесткость они убирают. С осторожностью следует относиться к фильтрам, где в качестве одного из очищающих элементов применяется серебро. Далеко не всем этот благородный металл показан. j Если рядом нет проверенного

источника воды, и возникают сомнения в хорошем качестве водопроводной или ключевой воды, то ее надо вскипятить, остудить и залить кислые ягоды - клюкву, бруснику, облепиху, кожуру или сердцевину яблок и т. д. После того как вода немного настоится, ее можно пить. При кипячении не только уничтожаются микробы, но и снижается жесткость воды. Очень полезны также настои малины, шиповника, черной смородины. Величайшим очистителем и дезинфектором является солнечное облучение. С помощью солнечных лучей можно очистить воду от примесей, которые не удается удалить хлорированием, окислением, озонированием и прочими обычными способами очистки. С этой целью необходимо выставить на солнце на 6 часов плотно закрытые бутылки (годятся даже пластиковые) с проблемной водой. Через некоторое время концентрация примесей в них снизится до предельно малого уровня. Это явление, видимо, можно объяснить тем, что под воздействием солнечного облучения, содержащиеся в воде примеси в виде токсичных химических соединений разлагаются на безвредные элементы, из которых они состоят. Однако через сутки вода теряет свои полезные качества. Этим способом давно уже пользуется африканский народ берберы. Вскипятить горькую или плохую воду и бросить в нее чистую глину и клубки шерсти, затем вынуть их и отжать. Полученная вода будет гораздо лучшего качества. Изготовить из шерсти фитиль, опустить один его конец в посуду с водой, а другой - в пустую. Вода станет капать из полной посуды в пустую уже хорошо очищенной. Это один из лучших способов. Такой очистке воду можно подвергать несколько раз.

Добавить на 1 л воды — 1-2 чайные ложки яблочного уксуса и меда, 3-5 капель 5%-го йода. В такой среде микробы погибают за несколько минут. Добавить в воду вино.

Если вода соленая, добавить в нее ягоды боярышника. Положить в воду листья рябины (на 1-3 л воды 10-15 листьев) — через 2 часа они сделают воду чистой, даже болотной, ную. Листья можно использовать повторно, только надо осторожно промыть их чистой водой и затем уже настаивать не менее 3 часов. Листья высушивают в тени и для хранения складывают в деревянный ящик или картонную коробку.

Смешать воду с чистой землей, после чего дать ей отстояться.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ И УПОТРЕБЛЕНИЕ ВОДЫ В ЛЕЧЕБНЫХ ЦЕЛЯХ

Вода играет очень важную роль во всех жизненных процессах не только как составная часть клеток и тканей тела, но и как среда, в которой протекают различные физиологические процессы, связанные с жизнедеятельностью организма. Люди, употребляющие недостаточное количество жидкости, нередко страдают малокровием и расстройством пищеварения. В этом случае их прямая кишка загрязнена, и организм вынужден поглощать испорченные продукты. С другой стороны, избыток воды, поступающий в организм, приводит к отекам. Повышенное выделение воды, например, при диарее и (или) рвоте, вызывает патологическое обезвоживание организма. Избыточная вода выводится из организма через легкие, кожу, с мочой. С потом из организма выделяются различные шлаки-токсины, всевозможные отработанные продукты обмена веществ. Тело очищается через поры так же эффективно, как и через другие выделительные системы. Испарина и пот освобождают тело от излишней теплоты, поддерживают в организме нормальную температуру.

В лечебных целях воду употребляют в следующих случаях:

— при всех острых заболеваниях, поносах, лихорадочных состояниях, вызывающих высокую температуру; при учащенном пульсе, поскольку организмом в эти периоды расходуются значительное количество воды (через легкие, кожу, с мочой и т. д.);

— при приливах крови к внутренним органам (сердцу, легким, печени, селезенке, желудку) и при воспалениях в них; при приливах крови к органам брюшной полости и вообще к нижней части туловища, например, при геморрое, отравлении печени, почек и т. д.;

— при задержке кровообращения и неправильном распределении крови, при застое в железах, при внутренних и наружных новообразованиях, кистах, полипах, абсцессах, наростах, отложениях;

— для выведения желчи при желтухе и мочевой кислоты при суставных заболеваниях;

— при накоплении в организме продуктов распада.

Воду полезно пить перед каждым приемом пищи, но в небольшом количестве (по 3—4 глотка). Пить воду следует не спеша, маленькими глотками. Глотая воду, старайтесь

некоторое время подержать ее во рту. Такой способ питья очень полезен. Пить очень холодную воду вредно, а если нет другого выхода, то пить такую воду надо после приема достаточного количества пищи. Вредно пить много воды натошак, сразу после физических упражнений и в особенности после бани на пустой желудок. Излишняя жидкость заставляет больше работать почки и приносит организму вред. Пить надо всегда вдоволь, потому что вода — это топливо для наших мышц. Чтобы похудеть во время занятий спортом, надо пить каждые 5 минут тренировки, иначе у организма не будет сил перерабатывать жировые отложения.

Медистая вода

О целебных свойствах меди люди узнали очень давно. В древней Индии ею лечили заболевания кожи и глаз. Рецепты различных «медных лекарств» были в арсенале врачей всего мира. Еще Аристотель и Гален знали о медетерапии. Аристотель писал, что прикладывание меди на ушиб предупреждает синяк, и что медь лечит отеки, а при лечении язв на них кладут медные пластинки. В Древней Греции медь применяли для излечения глухоты и при воспалении миндалин. Великий Авиценна после оперативного удаления гнойных миндалин рекомендовал полоскать рот остуженной водой с уксусом, после чего прикладывать к ране медный купорос. Врачи Древнего Востока лечили переломы костей порошком красной меди, которая принималась внутрь и запивалась водой или молоком. В России также издавна пользовались медью для лечения. Ею лечили радикулиты, полиартриты, ушибы и переломы костей, эпилепсию и многие другие болезни, даже холеру. И не напрасно. Было замечено, что в страшные холерные годы рабочие меднолитейных заводов, а также жившие недалеко от складов с медью холерой не болели. Бурлаки на Волге, чтобы не заболеть холерой, подкладывали под пятки медные пяточки и носили медные кресты. Медь снимает воспалительные процессы, успокаивает боли, ускоряет созревание нарывов, позволяет избежать инфекционных заболеваний, стимулирует защитные силы организма, при соприкосновении с кожей оказывает местное бактерицидное действие. Соли меди, образующиеся в организме, очень токсичны для грибков, бактерий кори, холеры, некоторых респираторных вирусов. Бактериологический эффект меди широко применяется для стерилизации воды, лечения воспалительных процессов слизистой оболочки полости рта и глаз. Лечат медью и переломы костей, ушибы, нарывы.

Народная медицина рекомендует использовать медный купорос в составе мази, приготовленной следующим образом: 20 г еловой живицы, одна растертая луковица, 15 г медного купороса, 50 г растительного масла (лучше оливкового). Все смешайте, тщательно разотрите и нагрейте до кипения. Полученная мазь обладает жгучим действием и хорошо лечит.

Медную воду можно получить следующим способом: положить в эмалированную кастрюлю емкостью 1,5 л 10 г чистой меди, поставить на огонь. Надо чтобы выкипела половина воды. Остальная жидкость и будет той самой целебной медной водой. Медистая вода полезна для рта, при течи из ушей.

От артрита помогает компресс: повязку, смоченную в медной воде прикладывать к больным местам на 3—4 ч. Курс лечения зависит от самочувствия.

При болезнях печени и ожирении пить по 1 ч. л. медную _ воду 3 раза в день за 30 мин до еды в течение 1 месяца.

Тем, кто страдает сахарным диабетом, надо пить по 2¹/₃ ст. л. медной воды ежедневно за 30 мин до еды в течение 1 месяца. В течение года провести несколько курсов лечения.

Серебряная вода

Серебро известно издавна не только как благородный металл, но и как высокоэффективное бактерицидное средство.

Однако ученые установили, что действующими и наиболее активными элементами серебра являются не сами атомы серебра, а его ионы. Они легко проникают в ткани живого организма и свободно циркулируют в кровотоке и жидких средах тканей, а встречаясь с патогенными микробами, вирусами и грибами, также легко проникают через их внешнюю оболочку и приводят к их гибели, при этом, не влияя на полезную микрофлору. Серебро

является необходимым структурным элементом тканей нашего организма. Установлено, что количество серебра в тканях организма достигает 20 мкг на 100 г сухого вещества. Больше всего серебра содержится в головном мозге человека, в ядрах нервных клеток, в железах эндокринной системы, радужной оболочке глаз и в костях. В человеческом организме этот микроэлемент необходим для нормальной деятельности желез внутренней секреции, мозга, печени и костной ткани. Ионы серебра стимулируют кроветворные органы, способствуют улучшению обменных процессов головного мозга, что значительно улучшает его функцию. В концентрации 0,05—0,1 мг/л серебро оказывает омолаживающее воздействие на кровь и благотворно влияет на протекание физиологических процессов в организме. Оно активно работает против 700 видов бактерий, вирусов, грибов и паразитов, таких, как стафилококки, стрептококки, бактерии дизентерии, брюшного тифа и др.

Наукой доказано, что серебро в ионном виде обладает бактерицидным и антисептическим действием и служит высокоэффективным обеззараживающим средством в отношении патогенных микроорганизмов, вызывающих острые кишечные инфекции (дизентерия, холера). И это стало известно не сегодня и не вчера. Целебные свойства воды, приобретаемые после контакта с металлическим серебром, были известны ещё в глубокой древности. Об этом свидетельствуют медицинские труды, написанные на санскрите. В Индии воду обеззараживали, погружая в нее раскаленный серебряный меч. Индийские целители применяли серебряную воду при истощении организма, лихорадочных состояниях, гастритах с повышенной кислотностью, воспалительных заболеваниях мочевого пузыря, обильных менструациях. Это средство они рекомендовали также больным с воспалительными заболеваниями сердечной мышцы (миокардиты) и людям, у которых были нарушены функции печени и селезенки. Они советовали при приеме серебряной воды пить еще и теплое молоко, разогретое в серебряной посуде. За 2500 лет до н. э. египетские воины использовали серебро для лечения боевых ран — накладывали на них тонкие серебряные пластины, и раны быстро заживали. В V веке до нашей эры Геродот писал, что персидский царь Кир во время походов сохранял воду в серебряных сосудах — она прекрасно сохранялась в жарком климате. Кроме того, древние персы были осведомлены о том, что посеребренная вода надежно предохраняет от всевозможных заболеваний, широко распространенных в то время.

У многих народов существовал обычай при освящении колодцев бросать в них серебряные монеты и утварь из серебра. В летописях Древней Руси неоднократно упоминается обычай святить воду в канун религиозных праздников, окунанием в неё большого серебряного креста, а при освещении колодцев бросать в них серебряные монеты. Считалось, что это улучшает качество воды. Состоятельные люди старались хранить воду в серебряной посуде, а те, кто победней — клали в обычный сосуд серебряные монеты.

Так называемая «святая вода», которую верующие охотно пьют в церквях и приносят домой, и в самом деле обладает чудесными свойствами, поскольку настаивается на серебре. Ученые этим заинтересовались и в результате проведенных опытов пришли к выводу, что серебро обладает ценным свойством консервировать воду на длительное время. Так вода, обработанная серебром в концентрации 0,02 мг/л, сохраняет высокие санитарно-гигиенические показатели в течение года и более.

В конце XIX века всемирно известный врач Бенъе Креде впервые сообщил о хороших результатах лечения септической инфекции ионами серебра. Дальнейшие эксперименты показали, что на серебряной пластинке дифтерийная палочка погибает через три дня, стафилококк — через два, а тифозная палочка — через 18 часов. Эффект уничтожения бактерий препаратами серебра оказался чрезвычайно велик: он в 1750 раз сильнее действия той же концентрации карболовой кислоты и в 3,5 раза сулемы. По данным академика украинской Академии наук Л. А. Кульского, действие серебряной воды при одинаковых концентрациях выше действия хлора, хлорной извести, гипохлорида натрия и других сильных окислителей. При применении допустимых концентраций, серебряная вода, убивая всю патогенную и условно-патогенную флору организма, остаётся абсолютно безопасной для собственной полезной флоры организма. Ещё один интересный факт: если при лечении инфекции, из-за образования антибиотико-устойчивых форм бактерий приходится менять препарат каждые 5 дней, то к серебряной воде ни одна бактерия или вирус не образуют устойчивых форм. Мало того, серебряная вода оказывает губительное действие и на антибиотико-устойчивые формы.

Антивирусные свойства серебряной воды велики. По данным учёных, всего 1 мг/л серебра в течение 30 минут прекращает полную активность вирусов гриппа. Уже при концентрации 0,1 мг/л серебро обладает выраженным фунгицидным действием. При

нагрузке 100 000 клеток на один литр гибель грибов *Candida albicans* наступает через 30 минут после контакта с серебром, а при нагрузке 1 000 000 000 основная масса погибала спустя час. Российскими врачами был проведен эксперимент по лечению ионами серебра обострения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. При этом было установлено, что серебряная вода оказывает положительное влияние на течение болезни, стимулирует иммунную систему, нормализует микрофлору кишечника за счет антибактериального действия на патогенную микрофлору, не вызывая при этом дисбактериоза.

Основываясь на результатах проведенных исследований, специалисты рекомендуют использовать серебряную воду для профилактики гриппа, ОРЗ, лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта, стоматитов, инфекционных заболеваний уха, горла, носа, цистита, воспаления глаз, при трофических язвах, а также для обработки ран и ожогов. Она дает хороший эффект при лечении бруцеллеза, бронхиальной астмы и ревматоидного артрита.

Необычные свойства серебряной воды обеспечили ее широкое практическое применение. Высокая бактерицидность ее используется для консервирования питьевой воды на морских судах, ею активно пользуются космонавты. Применение серебра при консервировании цитрусовых и фруктовых соков (0,5 мг/л) увеличивает сроки хранения с семи суток до одного года. Однако питьевая вода для систематического употребления должна иметь дозу серебра не более 0,05 мг/л. Не следует

Употребление боди в лебгбнъисцелях.Ш 81

стремиться к передозировке серебра: у людей при приеме 2 г солей серебра возникают токсические явления, а при 10 г может даже наступить смерть. Впрочем, дозы серебра, описанные в лечебных и других целях, никогда не могут привести к токсическим проявлениям.

Так как серебряную воду рекомендуют пить как профилактическое и лечебное средство при различных заболеваниях и для общего оздоровления организма, надо иметь в виду, что эту воду можно пить только периодически и непродолжительное время! При постоянном употреблении ионы серебра будут накапливаться, создавая переизбыток серебра в организме, что приведет к серьезным нарушениям обмена веществ, депрессии, вялости и прочим отрицательным последствиям.

Серебро — микроэлемент, необходимый для нормальной деятельности желез внутренней секреции, мозга, печени и костной ткани. В малых дозах оно оказывает омолаживающее действие на кровь и благотворно влияет на протекание физиологических процессов в организме. При этом отмечается стимуляция кроветворных органов, увеличивается число лимфоцитов и моноцитов, эритроцитов и процент гемоглобина, а также замедляется CQ3.

При длительном (годы) приеме серебра или при работе с парами серебра (у ювелиров) может развиваться так называемая аргирия — отложение сульфида серебра на стенках капилляров, костном мозге и селезенке. При этом единственным клиническим проявлением аргирии является неподверженность инфекционным заболеваниям даже в очаге инфекции. Это уже подтвердила группа ученых из Калифорнийского института медицинских проблем человека.

На основании научных работ научно-исследовательских институтов Академии наук Украины получены следующие рекомендации по использованию растворов серебра в различных областях медицины.

! Хирургия (при поражении костей, мышц, суставов, лим-
j фатических узлов и др.). Концентрация серебра
l 20-30 мг/л, температура раствора 30-32 °C, для ороше-
l ния, промываний, примочек, компрессов, а также для
j введения в свищевые входы.

! Офтальмология (при конъюнктивите, блефарите, керати-
! те, воспалении слезного мешка и других воспалительных
\ процессах). Концентрация серебра 10-20 мг/л, темпвра-

! тура комнатная, для примочек и промываний. 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 с целью лечения и профилактики в виде полосканий, промываний и примочек.

| Терапия и эндокринология (при лечении язвы желудка и 12-перстной кишки, хронического гиперацидного гастрита, сопровождающегося изжогами, а также при лечении секреторных неврозов с повышенным выделением желудочного сока, энтерита и колита, при эндокринологических заболеваниях и нарушении обмена веществ — сахарная болезнь, диатезы). Концентрация серебра 20 мг/л, по две столовых ложки в день за 15-20 минут до еды, на протяжении одного-трех месяцев.

Долгое время считалось, что воспаление слизистых оболочек желудка вызвано неправильным питанием и т. п. и лишь, недавно выделили микробную составляющую — хеликобак-тер. В процессе жизнедеятельности микроб питается эритроцитами, выделяет аммиак и некоторые другие вещества, повреждающие слизистые оболочки желудка и 12-перстной кишки. Кроме того, при его наличии желудочный сок становится особенно агрессивным. Все это и приводит к развитию большинства желудочно-кишечных заболеваний. Ионы серебра эффективно подавляют хеликобактер. Как правило, для лечения желудочно-кишечных заболеваний используют иониро-ванную серебром воду по 100—150 мл 3-4 раза в день за 30 мин до еды в течение 2—4 недель.

| Инфекционные заболевания (при дизентерии, брюшном \ тифе, паратифе, скарлатине, дифтерии и др.). Концентра-| ция серебра 10 мг/л, по столовой ложке через каждые че-| тыре часа, а также в виде теплых полосканий и клизм. 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, раствор подогретый, для полосканий.

При повышенной нервной возбудимости нужно ежед-і невно выпивать по 3 стакана серебряной воды. 5 дней бу-і дет достаточно, чтобы состояние нормализовалось. | Для профилактики сердечно-сосудистых и желудоч-\ но-кишечных заболеваний выпивать по 1 стакану сереб-| ряной воды в день.

| При обильных менструациях и во время климакса еже-, monthly в течение недели рекомендуется пить по j стакана l серебряной воды 1 раз в день за 30 мин до еды. 1 При угревой сыпи 1 раз в неделю накладывать на лицо | компресс с серебряной водой на 10-15 минут.

Для поддержания крепкого здоровья, врачи рекомендуют лечение серебром, т. е. обязательно пить серебряную воду по утрам. Ведь помимо всего прочего в осенне-зимний период ее потребление помогает организму противостоять простудным заболеваниям, а в летний период усиливает стойкость организма кишечным инфекциям без развития дисбактериоза.

Уход за кожей лица

Ежедневное умывание серебряной водой избавляет от сухости и шелушения кожи.

«Серебряные» льдинки. После умывания протереть лицо кусочками льда, приготовленными из концентрированной серебряной воды. Эта процедура очень полезна для сужения сосудов, пор кожи. От ледяного массажа мышцы лица сокращаются и укрепляются. Натренированные мышцы лучше поддерживают кожу, поэтому морщины дольше не появляются.

Полезные брызги. Орошение лица концентрированной серебряной водой: перелить воду в бутылочку с насадкой-спреем и покрывать лицо водяной пылью каждый день. Это особенно полезно во время летней жары или же, наоборот, зимой, когда, горячие батареи делают воздух в помещении очень сухим, из-за чего кожа интенсивно теряет влагу.

«Серебряный» компресс. При стянутости, сухости, шелушении кожи лица после длительного пребывания на воздухе в холодную погоду дома следует сделать горячий компресс из концентрированной серебряной воды.

Маски с «серебряной» водой

Эффективность маски увеличится в несколько раз, если заменить обычную воду «серебряной».

i Маска для жирной, пористой, склонной к воспалению \ кожи. Бодягу—измельченную в порошок водоросль, кото-1 рую можно купить в аптеке, — нужно развести концентри-1 рованной серебряной водой до консистенции кашицы и \ нанести на лицо. Когда маска подсохнет, нужно её смыть, \ лучше, если это сделать серебряной водой. \ Желтково-масляная питательная маска для сухой и \ нормальной кожи. Развести 1 яичный желток с 1

чайной ; ложкой растительного масла и 5 чайной ложки концентрированной серебряной воды. Смесь нанести на лицо ватным тампоном. Через 3-5 мин наложить еще один слой, а через 20 мин смыть маску раствором холодного чая. А если взять такой серебряной воды всего 1 стакан с добавлением сока лимона и 1 ч. л. глицерина, получится прекрасный лосьон для нормальной кожи.

1 «Серебряные» ванночки для ногтей. Состав: налить концентрированной серебряной воды — 2 ст. ложки соли (можно использовать морскую соль). Опустить пальцы в емкость с раствором на 10 мин. Затем, чтобы закрепить воздействие воды, покрыть ногти базовым лаком (тем, что

- наносят под декоративный лак), в составе которого есть
- кальций. Раствор можно использовать многократно.

2 Средство для снятия макияжа. Состав: 5 л концентрированной серебряной воды, 2 чайные ложки морской (пищевой) соли, сок 1 лимона. Вылить в стакан часть серебряной воды, размешать в нем соль и сок лимона, вылить обратно в бутылку и встряхнуть. Хранить средство в холодильнике. Снимать макияж ватным тампоном, смоченным сначала в этом растворе, а потом в растительном масле. В конце процедуры протереть лицо этим же раствором. Процедура хорошо увлажняет и питает кожу. Раствор снимает воспаления. Его можно использовать многократно.

Уход за волосами Шампунь для жирных и нормальных волос. Смешать 1 желток куриного яйца, 1 столовую ложку лимонного сока, 1 столовую ложку растительного масла и 5 стакана концентрированной серебряной воды. Такой «яичный» шампунь подойдет для жирных и нормальных волос.

3 Шампунь для сухих волос. Можно сделать маску из неочищенных масел: оливкового, репейного, касторового,

- миндального, облепихового. Перед мытьем сухие волосы
- смазать маслом, после чего обернуть голову махровым полотенцем, смоченным в горячей серебряной воде. Через
- час волосы промыть (можно добавить немного шампуня) и
- нанести на них взбитое яйцо или кислое молоко. Через
- 5-10 минут ополоснуть слабо заваренным чаем, либо
- настоем ромашки или липового цвета.

Уход за телом

- Приготовить 1 л концентрированного раствора серебряной воды и вылить в ванну, наполненную теплой водой, температура которой должна быть привычна для купающегося. Можно с успехом совместить серебряную ванну с добавлением в нее масел, солей или различных травяных настоев (концентрации этих веществ подбираются с учетом имеющихся рекомендаций производителей).
- Смешать 1 литр концентрированной серебряной воды и 2-3 ст. ложки меда (лучше липового или гречишного). Вылить в ванну. Продолжительность этой общеукрепляющей ванны 7-10 мин. Их можно принимать 2-3 раза в неделю.
- Такие ванны полезны при частых головных болях.

Приготовление «серебряной» воды

Для получения серебряной воды пользуются различными методами. Наши предки использовали самый простой способ — хранили воду в серебряном сосуде или погружали в емкость серебряную монетку, ложку или другой серебряный предмет. К сожалению, концентрация ионов серебра в такой воде слишком мала. Поэтому для производства серебряной воды используют следующие методы.

Электролитический — в воду опускают два электрода специального электролитического аппарата. В промышленности процесс получения питьевой «серебряной воды» следующий — очищенную, частично обессоленную воду из подземной скважины или обычную водопроводную пропускают через оборудование, где и происходит насыщение воды ионами серебра.

Холодный пассивный — в воду на некоторое время погружают серебряные предметы (крест, ложку, монету, спираль, серебряный песок) или пропускают саму воду через серебряные фильтры под давлением (до 3 атм.).

Горячий пассивный — в воду погружают раскаленное серебро. Надо раскалить на огне серебряное изделие и опустить его в стакан чистой, лучше кипяченой воды. Через 2 ч настой будет

содержать частицы серебра. Это средство можно применять при лечении многих заболеваний.

Хранить «серебряную» воду в темном, защищенном от света месте или в полностью светозащищенной посуде, поскольку любая «прозрачность» приведёт к полной потере лечебных свойств. Подвергавшаяся промышленной очистке вода (хлорированная и др.) должна быть предварительно отфильтрована или отстояна в течение нескольких часов для удаления хлора. «Серебряная» вода не подлежит кипячению, но холода она не боится. Хотя при температуре ниже 40 °С ее лечебные и бактерицидные свойства не проявляются.

Для приготовления серебряной воды в домашних условиях с целью дезинфекции питьевой воды любого происхождения (колодец, озеро, пруд и даже болото) и для лечения можно использовать домашние ионаторы серебра, имеющиеся в продаже. Однако содержание в воде катионов (сульфатов, хлоридов, гидрокарбонатов) и анионов (в основном алюминия и железа разных валентностей) может снижать выход серебра по току до 90%, т. е. вместо 35 мг/л может получиться 3-4 мг/л. А с другой стороны, в абсолютно чистой от минеральных веществ воде, например, дистиллированной, электролитический процесс разложения серебра практически не идёт. На выход серебра также влияют многие другие факторы: pH раствора, его температура, объем раствора, расстояние между электродами, площадь электродов, смена полярности, перемешивание раствора и т. д. В домашних ионаторах имеющиеся небольшие электроды быстро изнашиваются, площадь электродов уменьшается, повышается плотность тока — отсюда быстрое падение выхода по току с каждым последующем применением.

Предлагается устройство для насыщения воды ионами серебра. Схема устройства приведена на рис. 1. Мультивибратор на триггере DD1.1 служит задающим генератором. Частота повторения его импульсов зависит от номиналов элементов вре-мязадающих цепей R3C1 и R4C2. Резисторы R1 и R2 лишь предотвращают перегрузку выходов триггера разрядным током конденсаторов C1 и C2 и на частоту не влияют.

Скважность импульсов (в рассматриваемом случае приблизительно равная двум) никакой роли не играет и может быть любой, так как триггер DD1.2 изменяет свое состояние только в момент смены низкого уровня на счетном входе высоким. Поэтому длительность импульсов на выходах триггера DD1.2 всегда остается в точности равной длительности пауз между ними.

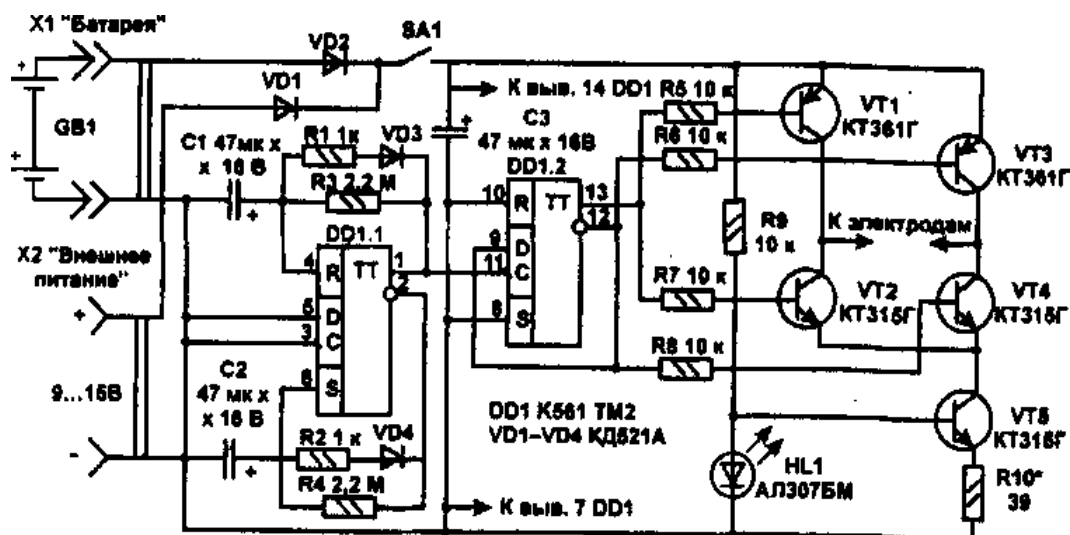


Рис.1. Принципиальная схема устройства

Две противофазные импульсные последовательности, снимаемые с этих выходов, управляют коммутатором на транзисторах VT1-VT4, периодически изменяющим направление тока, текущего через погруженные в воду серебряные электроды. Ток стабилизирован транзистором VT5. Образцовым для стабилизатора служит прямое падение напряжения на свето-диоде HL1.

Питают прибор от гальванической батареи GB1 напряжением 9-15 В или от внешнего источника (через разъем X2). Диоды VD1 и VD2 автоматически переключают прибор на тот из источников, напряжение которого больше. Они же защищают от ошибочной полярности питающего напряжения.

Устройство собрано на односторонней печатной плате (рис. 2). Использованы резисторы МЛТ-0,125, конденсаторы C1, C2 — К53-4, К53-10 или другие оксидные с малым током утечки, C3 — оксидный любого типа, например, К50-35. Все диоды можно заменять другими маломощными кремниевыми. Вместо транзисторов КТ315Г подойдут КТ3102 с любым буквенным индексом, а КТ361Г заменят КТ3107 также с любым индексом. Выключатель SA1 — ПД9-2, розетки X1, X2 — ОНЦ-ВГ-5-16, но можно с успехом применить и другие, подходящие по размерам.

Употребление боды блехебныйк_ци1яЩ 89

Эти советы даны Жгулевым В. в статье «Серебряная вода — своими руками» (Радио, 1998, № 12, с. 6, 7).

Питьевая вода — это такая вода, в которой концентрация ионов серебра составляет 35 мкг/литр. Такая вода по санитарным нормам разрешена для употребления в пищу (СанПиН 2.1.4.539-96 допускает содержание серебра в питьевой воде до 50 мкг/литр). Врачами рекомендуется регулярно употреблять такую воду как просто для питья, так с целью профилактики ряда различных заболеваний. В первую очередь заболеваний желудочно-кишечного тракта. Также питьевая серебряная вода используется для приготовления пищи, для лучшего сохранения домашних заготовок (маринадов, варений и солений). Серебрянную воду можно использовать для обработки детских игрушек и посуды для защиты их от бактерий. Пить такую воду можно сколько угодно и когда угодно. В питьевую серебряную воду, можно добавлять яблочный уксус и мед, размачивать в ней глину для целительных аппликаций, настаивать на ней лекарственные травы различной концентрации.

Концентрат или концентрированная серебряная вода — та вода, в которой концентрация ионов серебра составляет 10 000 мкг/литр. Такой серебряной водой можно пользоваться для ингаляций при бронхо-легочных заболеваниях, в косметических целях для умывания, для полива растений и семян, для мытья овощей и фруктов.

Некоторые целители связывают лечебные свойства воды с фазами луны, считая, что Луна насыщает воду серебром. В одном старинном лечебнике есть такая рекомендация:

«если в доме есть серебряный ковшик или сосуд, в понедельник вечером на восходе луны налейте в него профильтрованную или талую воду и настаивайте ее трое суток так, чтобы днем солнечные лучи не падали на воду, а на ночь ставьте на подоконник. После захода луны накройте сосуд крышкой и храните в темном месте».

При использовании увлажнителей воздуха вместо простой воды предпочтительней применять серебряную. Это создаст атмосферу свежести и чистоты в доме или офисе. А если поставить увлажнитель среди цветов, они будут радовать буйной зеленью и роскошными цветами. Для увлажнения лучше подойдет именно концентрированная серебряная вода.

! Серебряная вода с успехом может применяться садоводами и огородниками для увеличения и сохранения урожая, для повышения иммунитета растений к вредным микроорганизмам, для продления жизни срезанных цветов. Замачивание в серебряной воде клубней и семян растений перед посевом увеличивает иммунитет растений к болезнетворным микроорганизмам и увеличивает всхожесть семян. Для замачивания семян и клубней использовать воду той же концентрации, как и для замачивания семян для проращивания. Замачивание производится в течение 2-3 часов.

\ При поливе растений серебряной водой происходит обеззараживание земли от микроорганизмов, плесени, грибов. Для полива растений разбавить в 10 литрах воды 1 стакан (200 мл) концентрированной серебряной воды. \ При опрыскивании растений серебряная вода снижает заболеваемость растений грибковыми заболеваниями. С ! этой целью необходимо использовать воду той же концентрации, как и для полива растений. \ Серебряная вода продлевает жизнь срезанным цветам. \ Используйте для срезанных цветов воду той же концентрации, как и для полива растений. Ежедневно меняйте воду ; на свежеприготовленную.

Золотая вода

Золото является одним из старейших медикаментов в истории человечества. Целители, назначали препараты с содержанием золота своим пациентам на протяжении тысячелетий из-за обеззараживающего свойства губительно действующего на болезнетворные микробы. Препараты из золота обладают множеством других лечебных свойств. Древние лекари рекомендовали употреблять золотую воду при болезни сердца, связанной с нарушением ритма (аритмии, ишемической болезни, стенокардии). В конце XIX века золото также прописывалось для лечения сифилиса и туберкулеза. С 20-х годов прошлого века повязки с содержанием золота использовались при лечении ревматических заболеваний.

Золотые украшения благотворно действуют на нервную систему и психику. Золотая цепочка на шее ребенка будет успокаивать его, золотое кольцо, носимое на мизинце левой руки женщиной и правой руки мужчиной, активизирует работу сердца, а на среднем пальце — укрепляет иммунную систему. И сегодня золото используется при лечении ревматизма, а чаще всего — в гомеопатии, как средство от депрессий, фобий и хронической усталости.

Практика показала, что золотая вода облегчает приступы эпилепсии и истерии, улучшает память и интеллект. Хорошие результаты получены также при лечении и профилактике варикозного расширения вен, возбуждении центральной нервной системы. Препараты с содержанием золота в малых дозах оказывают регулирующее влияние на иммунную систему человека.

Для получения лечебного средства из золота налить в эмалированную кастрюлю пол-литра отфильтрованной воды, положить туда несколько золотых украшений высокой пробы (без камней), поставить кастрюлю на огонь и греть до тех пор, пока не выкипит половина всего объема воды.

1 При ослабленной памяти или угнетенном психическом состоянии пить золотую воду по 1 ч. л. за 30 мин до еды 3 раза в день. Курс лечения не больше 1 недели (в зависимости от самочувствия), потому что золотая вода является сильным тонизирующим средством. Перерыв между курсами лечения — 1 месяц. Специалисты утверждают, что золотое украшение должно принадлежать именно тому человеку, для которого приготавливают лечебную воду. ; Для разглаживания морщин и придания коже лица \ свежести делать компрессы на лицо (на 10-15 мин 2 раза в неделю) из ткани, смоченной в золотой воде.

Экстракт | золота препятствует потере коллагена и эластина и под-1 держивает эластичность и упругость кожи.

Кремниевая вода

Специалисты-медики напрямую связывают такие заболевания, как сахарный диабет, проказа, гепатит, гипертония, дизентерия, катаракта, артриты, язва желудка, рак и ревматизм или с пониженным содержанием кремния в крови, тканях и органах человека, или же с нарушением обмена соединений кремния. В результате контакта воды с кремнием она очищается от болезнетворных микробов и многих химических соединений. Замечено, что в помещении, где стоит банка с кремниевой водой, очищается воздух. Активированная присутствием

92 ? Я. -УС. Мунев кремния вода улучшает самочувствие, нормализует обмен ве- i ществ, повышает сопротивляемость организма. Кремниевая вода:

- помогает при расстройствах желудка и кишечника;
- уменьшает содержание сахара в крови у диабетиков;
- улучшает деятельность почек и печени;

— помогает при желчнокаменной и почечно-каменной i болезнях;
— останавливает кровотечения, в том числе и при кровоточивости десен; — помогает при кожных болезнях;

- действует тонизирующе на кожные ранки;
- успокаивает зубную боль,
- уничтожает вирус гриппа;
- лечит ангины и насморк;
- помогает в лечении туберкулеза и атеросклероза;
- способствует росту волос (смачивать волосы и массировать кожу головы).

| При пародонтозе полоскание рта и массирование десен \ кремниевой водой в течение 5-6 дней значительно улуч- j шает, а при длительном применении даже полностью | излечивает от этой болезни.

Приготовление кремниевой воды

Несколько небольших кусочков кремния положить на дно банки из прозрачного стекла, залить обычной водой и настаивать от 2 до 6 суток (не на солнце и не в темноте) при открытой крышке банки и температуре не ниже 4 °С. Полученную воду* можно разлить в бутылки, закупорить и хранить продолжительное время, она сохраняет приобретенные свойства и не портится. Специалисты утверждают, что кремний может легко» заменить любой домашний фильтр. Камешек величиной в один кубический сантиметр может очистить 1 литр воды. Кремниевые камешки можно использовать продолжительное; время, если каждый раз перед применением промывать их; проточной водой. Однако для получения кремниевой во; подходят не всякие кремни. Для этой цели необходим толы кремний сероватого или темного оттенка. Но не красно-ке* ричневый, в котором могут содержаться примеси вредных (му| тагенных) для организма металлов — бериллия, свинца. Кремний продается также под названием «опал халцедоновый» — живой камень.

Борная вода

Борную воду получают из борной кислоты, которая легко растворяется в воде. Растворимость борной кислоты в 100 мл воды: 1,95 г при 0 °С и 39,1 г при 100 °С. В минеральных кислотах растворяется хуже, чем в воде, а в растворах солей лучше. В природе борная кислота встречается в виде минерала сассоли-на, а также в термальных водах и природных рассолах, из которых ее экстрагируют спиртами или смесью полиолов. Срок хранения борной кислоты — 2 года со дня изготовления.

Борная вода — это 2-4%-й водный раствор борной кислоты (1 ч. л. борной кислоты на стакан воды). Применяется наружно для полосканий рта, зева и для промывания глаз, компрессов на веки, подглазные «мешки», используется при кровотечениях из уха, а также в косметических целях.

| Стягивающая маска для лица: взбить в крепкую пену 1 яичный белок, добавить 3 чайные ложки борной воды — нести на лицо на 20 минут.

Чтобы улучшить состояние кожи косметологи рекомендуют после традиционного утреннего умывания или даже вместо него протирать лицо и шею тонизирующим раствором. Это может быть борная вода (приготовленная из расчета: 2 г борной кислоты на 100 мл кипяченой воды), укропная вода, айвовая вода или огуречный сок. Лицо полезно протирать и укропным лосьоном. Для его приготовления смешать настой укропа с глицерином, 2%-й борной водой, одеколоном или спиртом в соотношении 6:1:7:6. Протирать нужно ватным тампоном, обильно смоченным подготовленной жидкостью, очень осторожными движениями: лицо — от середины лба к уху, от кончика носа и середины подбородка в стороны, а шею — вниз и в стороны. После обтирания рекомендуется нанести крем.

Одновременно с маской, наносимой на лицо, рекомендуется делать и глазные примочки, которые оказывают на глаза прекрасное успокаивающее действие. Два кусочка ваты намочить в борной воде для глаз, и приложить к глазам на 20 минут.

Затем на кожу вокруг глаз поколачивающими движениями подушечек пальцев нанести жирный, питательный или витаминизированный крем или же туалетное молоко; при этом необходимо следить за тем, чтобы ни крем, ни туалетное молочко не попадали в глаза.

При покраснении и раздражении век имеется самое простое средство: примочки из чуть теплой борной воды. Примочки накладывают на закрытые глаза, лежа на высокой подушке. Затем после остывания примочки следует повторно намочить в теплом растворе, повторив 2-3 раза.

) Также полезно промывать глаза. Промывания глаз снимает усталость, ощущение рези, устраняет и другие неприят-

\ ные явления. Для промывания глаз можно использовать

| чистую воду, лучше кипяченую, комнатной температуры с различными добавками, например: 1 чайная ложка борной

| кислоты на 1 стакан кипяченой воды.

| Борную воду закапывают в ухо при его воспалении, экзе-

\ ме слухового прохода.

Началом эпохи антисептики в хирургии считается 1865 год, когда английский хирург Джозеф Листер опубликовал в журнале «Ланцет» статью о новом методе обработки хирургических ран с помощью карболовой кислоты (в просторечии — карболка). Карболка эффективно убивала микробы, но обладала множеством недостатков, худшим из которых была ее ядовитость. Вскоре за этим событием французский химик Жан Батист Дюма обнаружил антисептические свойства у борной кислоты, которая не раздражала раны, не пачкала белье, не пахла дурно, как карболка, даже вкуса не имела. По этой причине многие из известных в то время «домашних» и клинических антисептиков, как перекись водорода, марганцовка и карболка, стали все чаще и чаще заменять борной кислотой. Однако токсикологи доказали, что микроэлемент бор относится к группе так называемых общеклеточных ядов. Только высокая стабильность борной кислоты в организме человека делает ее относительно безвредной. Но небольшое количество борной кислоты все же расщепляется. При остром отравлении людей она поражает мозг, слизистые оболочки и кожу, а при хроническом — кроветворные и половые клетки. Особенно опасна борная кислота для развивающихся эмбрионов. Даже поступление однократной нетоксической дозы в организм матери может вызвать патологические изменения плода. Отравления наблюдались в результате самых, казалось бы, невинных действий родителей и врачей: обтирания сосков матери раствором кислоты перед кормлением, присыпания мокнущих поверхностей кожи, обработки слизистой рта. Смертельная доза борной кислоты для взрослого — 5—20 граммов. Большой разброс мнений получается из-за того, что кислота выделяется через почки в неизменном виде. Хорошо они работают — отравление переносится легко, плохо — спасти от него крайне трудно. У детей имеется относительная недоразвитость почечных функций — это чисто физиологическая закономерность. И чем ребенок младше, тем эта недоразвитость выражена сильнее. Из этого следует, что борная кислота опасней всего для новорожденных, а с возрастом риск отравления постепенно снижается. Поэтому применение борной кислоты для лечения новорожденных больше приносит вреда, нежели пользы. Для грудных детей она может использоваться лишь в стационаре при обязательном контроле за ее содержанием в крови. При больных почках борную кислоту нельзя давать ни детям, ни взрослым. Для детей старше года возможно

употребление борной кислоты в виде растворов и мазей, но с учетом того, чтобы общая доза, независимо от длительности применения, не превышала двух граммов. Например, в одной капле ее 2%-го раствора содержится один миллиграмм вещества. По две капли в оба глаза пять раз в день — 20 мг, а за 10 дней лечения организм ребенка получает токсическую дозу.

Изучив действие борной кислоты на организм человека, 2 февраля 1987 года Министерство здравоохранения СССР по рекомендации Фармакологического комитета приняло решение о запрете использования борной кислоты в качестве антисептического средства у детей грудного возраста, а также у женщин в период беременности и лактации. Борная кислота была изъята из «Аптечки матери и ребенка».

Свинцовая вода

Свинцовая вода состоит из 2 частей раствора основного углекислого свинца и 98 частей воды. Применяется наружно как противовоспалительное средство в виде спринцеваний, примочек и компрессов при ушибах, кровоподтеках, воспалительных заболеваниях кожи и слизистых оболочек, исключая слизистую глаз (свинец может вызвать помутнение хрусталика). Свинцовая вода официально называется Свинца ацетат (Plumbus acetate), Свинца уксуснокислого раствор (Solutio Plumbi subacetatis). Для спринцеваний 10 мл растворяют в 200 мл воды. Сразу после применения раствора, флакон плотно закрывают крышкой (т. к. под влиянием углекислоты препарат разлагается). Срок годности препарата 1 год. Противопоказания к применению свинцовой воды: особая чувствительность к препарату, аллергические реакции, острые и хронические свинцовые интоксикации. Без консультации с врачом применять нежелательно!

Йодированная вода

По данным Всемирной организации здравоохранения около 2 млрд. жителей Земли живут в условиях недостаточного содержания йода в организме. Это обстоятельство приводит к заболеваниям щитовидной железы (эндемический зоб, гипотиреоз), умственной и физической отсталости, кретинизму. В организме взрослого человека находится 20—25 мг йода, половина которого находится в щитовидной железе, которая усваивает йод из крови и использует в синтезе гормонов. Нормальное функционирование щитовидной железы обеспечивает правильный обмен веществ, нормальный уровень гемоглобина в крови, эффективную работу сердечно-сосудистой системы, опорнодвигательного аппарата, активность, повышенный иммунитет и интеллектуальный потенциал. Содержание йода в ткани щитовидной железы в 25 раз, а при тиреотоксикозе—в 360-400 раз больше, чем в крови. Около 2/3 йода, поступающего в организм, затем выделяется через мочеполовую систему, и лишь 1/3 его с кровью поступает в щитовидную железу. Основная физиологическая роль йода состоит в образовании гормонов щитовидной железы (тироксина, трийодтиронина).

Эти гормоны выполняют следующие функции:

Употребление воды влечет цели. Я 97

- тиреоидные гормоны взаимодействуют с иными железами внутренней секреции (гипофиз, половые железы) и влияют на водно-солевой обмен, обмен белков, липидов, углеводов, усиливают обменные процессы в организме, повышают потребление кислорода тканями;

- влияют на физическое и психическое развитие, дифференцирование и формирование ткани;

- усиливают окислительные процессы, контролируют теплопродукцию;

- регулируют деятельность центральной нервной системы, влияют на деятельность сердечно-сосудистой системы и печени;

- влияют на психическое состояние организма и его сопротивление неблагоприятным факторам окружающей среды.

Недостаток йода может привести также к атеросклерозу, аритмии, радикулиту, нарушениям менструальной функции, мастопатии, отекам и многим другим нарушениям деятельности организма. Недостаточность йода влияет на рождаемость и на жизнеспособность потомства. В йоддефицитных районах у женщин нарушается

репродуктивная функция, увеличивается количество выкидышей и мертворожденных детей, повышается перинатальная и детская смертность. У плода и новорожденного йоддефицит приводит к нарушению развития центральной нервной системы и умственной отсталости. Средние показатели умственного развития (индекс IQ) в регионах с выраженным дефицитом йода ниже на 15-20%. Кроме того, от йоддефицита страдает не только мозг ребенка, но и слух, зрительная память и речь. В России свыше 65% населения проживает в условиях нехватки йода. Фактически среднее потребление йода каждым жителем России составляет 40-80 мкг в день, что в 2-3 раза меньше рекомендованной нормы. В подростковом возрасте и при беременности дефицит йода еще более выражен, так как суточная потребность организма возрастает до 200 мкг. Признаками недостатка йода в организме могут быть частые головные боли, сонливость, вялость, забывчивость, необъяснимые перепады настроения, рассеянность. У детей и подростков проявления йоддефицита — это частые простудные заболевания, трудности в учебе, ухудшение памяти, понижение интеллекта.

Всемирная организация здравоохранения и Международный совет по контролю за йоддефицитными состояниями рекомендуют следующие уровни ежедневного потребления йода в зависимости от возраста:

- 50 мкг для детей грудного возраста (первые 12 месяцев);
- 90 мкг для детей младшего возраста (от 2 до 6 лет);
- 150 мкг для взрослых;
- 200 мкг для беременных и кормящих женщин.

Дефицит поступления йода с продуктами питания достигает 80%. Существует несколько способов пополнения организма йодом: пить йодированную воду (бесконтрольное ее употребление может привести к превышению суточной нормы йода), употреблять с пищей йодированную соль (однако, при высоких температурах йод испаряется), добавлять в пищу сушеную морскую капусту или другие водоросли. Но их вкус непривычен. Можно принимать специальные таблетки и витамины. Большинство европейских стран, а также США, проблему йоддефицитного пищевого рациона своих сограждан решили именно путем всеобщего йодирования соли. Это обосновано тем, что соль едва ли не самый удобный для контроля потребления йода продукт — большинство людей употребляют в день примерно одинаковое количество соли (6—8 граммов) в независимости от времени года, места жительства и материального достатка. Много ее в большинстве случаев не съешь (столь сильные вкусовые отклонения довольно редки). Поэтому передозировку йодом получить сложно: для этого пришлось бы есть соль килограммами. Однако некоторая опасность все же существует. Так, риску подвержены дети, одновременно с употреблением йодированной соли проходящие курс йодо-марина или йодида калия. Осторожность следует соблюдать и взрослым, не следящим за другими входящими в рацион йодированными продуктами (йодированная минеральная вода, йогурт, яйцо и т. п.). Попытки йодировать другие продукты потерпели неудачу — большинство из них употребляется разными людьми в разном количестве. Так, кто-то, борясь за фигуру, исключает из своего рациона хлеб или масло (т. е. фактически лишает себя возможности потреблять из них достаточное количество йода). Самый простой способ восполнения дефицита йода — употребление йодированной воды — это один из наиболее эффективных и безопасных методов массовой профилактики йоддефицита. Йодированная вода — это та вода, в которой растворен спиртовой настой йода: 5-7 капель 2%-й настойки йода на 1 стакан воды. Йодированную воду можно не только пить, но и использовать для ежедневного приготовления пищи, поскольку входящие в ее состав соединения йода устойчивы к высоким температурам. Водопроводная вода, обеззараженная хлором, извлекает из организма йод, поэтому предпочтительнее будет пить специально подготовленную воду и обязательно давать ее детям.

Кроме внутреннего применения йодированную воду полезно использовать наружно — она хорошо дезинфицирует раны и способствует быстрому восстановлению эпителия.

Шунгитовая вода

Шунгит — это природный минерал с необычной кристаллической решеткой, в основе которой лежит углерод. Происхождение шунгитов, возраст которых более 2 млрд. лет, до сих пор не разгадано. Существует предположение, что шунгиты — это остатки планеты Фаэтон, некогда существовавшей в нашей солнечной системе между Марсом и Юпитером. Эти минералы существуют лишь в одной точке нашей Земли — в России, на берегу Онежского

озера. Уникальные свойства шунгита известны со времен Петра I. Еще тогда солдаты брали камешки с собой в поход и опускали их в котелки для придания воде родниковой свежести. Шунгит — практически единственный из найденных до сих пор минералов, содержащий так называемые фуллерены (до 30% от общего объема). Фуллерен — один из трех видов существования углерода в чистом виде. Два других вида — это алмаз и графит. Молекула фуллерена имеет форму футбольного мяча, в которой атомы углерода соединяются в полую сферическую оболочку, образуя совершенную молекулу из 60 атомов. Шунгит, кроме фуллеренов содержит химические элементы чуть ли не всей таблицы Менделеева. В процессе очистки воды шунгит действует подобно черному кремню, однако в очищающуюся воду вместе с глобулами фуллеренов выделяются еще какие-то вещества, оказывающее целебное воздействие на организм.

Шунгитовую воду используют для профилактики анемии, аллергии различных видов, бронхиальной астмы, гастрита, диспепсии, заболевания почек, печени, диабета, желчнокаменной болезни, болезни желчного пузыря, ослабленного иммунитета, болезни поджелудочной железы, простудных, сердечно-сосудистых заболеваний, холецистита, синдрома хронической усталости. Шунгитовые ванны полезны также больным, страдающим нейроциркуляторной дистонией и мягкой артериальной гипертонией.

Установлено, что при употреблении шунгитовой воды уровень гистамина в крови снижается. Гистамин играет большую роль в развитии большинства аллергических заболеваний. Применяя шунгитовую воду в качестве питья и для приготовления пищи, можно лечить болезни органов пищеварения, костно-мышечной системы, нервной системы, мочеполовой системы, болезни системы кровообращения. В лечебно-профилактических целях рекомендуется пить не меньше трех стаканов шунгитовой воды в день. Однако, перед употреблением шунгитовой воды, необходимо проконсультироваться с врачом, знакомым с действием этого минерала.

Шунгит обладает и другими не менее интересными и полезными свойствами: если постоять на шунгитовой крошке 1-2 минуты, проходит боль в ногах; пирамида, изготовленная из шунгита, нейтрализует излучения компьютера, телевизора; эффективен массаж при радикулите шунгитовой галькой.

Приготовление шунгитовой воды

Для получения шунгитовой воды профильтровать обычную воду или, как минимум, прокипятить, заполнить ею стеклянную или эмалированную емкость и опустить туда камешек шунгита. Уже через 30 минут (как определили ученые) вода приобретает выраженную бактерицидную активность. Например, концентрация опаснейшего микроба — стрептококка группы Д (энтерококка) снижается за этот срок в среднем в 100 раз, а стрептококка группы А — возбудителя острых и хронических инфекций (скарлатины, ангины, импетиго, эктимы, ревматизма, нефрита и т. п.) — в несколько сот раз. Настаивать воду на шунгите нужно не более 3 суток.

Ингаляции шунгигошой водой. Для лечения от простуды, ангины, бронхита налить в специальную посудинку 4-5 стаканов заранее приготовленной шунгитовой воды, подогреть ее до температуры 90-95 С, голову больного накрыть полотенцем и дать ему подышать парами 1-3 минуты.

Полоскание горле теплой шунгитовой водой. Эта процедура полезна для лечения горла, рта (стоматит и пародонтоз), носа.

Шунгитовая вода в косметике. Компрессы и протирания лица тампонами, пропитанными теплой шунгитовой водой очищают лицо, делают кожу гладкой, упругой, убирают мелкие морщинки, угри, прыщи. Исчезает перхоть, заметно улучшается состояние волос. Некоторые исследователи утверждают, что уходит даже ранняя седина. Опыление и шунгитовая вода. Шунгитовая вода (лучше, конечно, минеральная «Марциальная» или «Роса») препятствует опьянению и отлично снимает похмельный синдром.

Шунгитовые ванны. Приготовить такую ванну можно следующим образом. Налить в ванну воды, опустить туда мешочек с измельченными минералами (около 300 г на одну ванну, продается в специализированных магазинах), пополоскать его и отжать. Принимать такую ванну следует 10—15 минут; не чаще чем через день. Она успокаивает; снимает стресс, усталость, укрепляет организм и нормализует сон. В результате процедур затягиваются мелкие трещинки, ранки, рубцуются послеоперационные швы, проходит шелушение кожи, экземы, грибки. Ванны полезны также для снятия физической или

умственной усталости, тяжелых физических и психических нагрузок, необходимы в послеоперационный период, а также при появлении аллергической сыпи, нейродермитов. Полный курс, лечения 10-15 ванн, через день. Температура воды 37 °С, продолжительность 10—20 минут.

Магнитная вода

Одним из способов улучшения качества воды является ее намагничивание. В природе это происходит естественным путем при прохождении воды через земные породы. Магнитная энергия, пропускаемая через воду, придает воде высокие биологические и химико-физические свойства: скорость химических реакций в ней увеличивается, ускоряется кристаллизация растворённых веществ, увеличивается слипание твёрдых частиц примесей и выпадение их в осадок с образованием крупных хлопьев. Намагниченная вода обретает однородную структуру, повышенную текучесть и растворяющую способность. Ни по виду, ни по запаху магнитная вода от обыкновенной не отличается. Процесс магнитной обработки воды не требует применения каких-либо химических реактивов и поэтому является абсолютно экологически чистым. Вода, прошедшая обработку в потоке постоянного магнитного поля, становится биологически активной.

В 70-х годах прошлого столетия сотрудники Азербайджанского НИИ гидротехники и мелиорации проводили эксперименты с намагничиванием соленой морской воды на предмет возможности ее использования при выращивании культурных растений. Ученые вскопали и засеяли делянки на засоленных апшеронских почвах, высадили на них томаты и баклажаны, признающие только плодородные земли, регулярно поливали рассаду намагниченной соленой каспийской водой. Результаты эксперимента удивили не только местных жителей, но и самих ученых. Урожай баклажанов был в два раза больше обычного, томатов — почти в полтора. Еще неожиданнее был другой результат: после полива соленой морской водой засоленность почв в верхнем мертвом слое снизилась на 25—30%. Это произошло потому, что изменились свойства воды при неизменном ее химическом составе. Для того чтобы вода приобрела новые свойства, надо медленно пропускать ее через магниты (10 л в минуту). Семена, намоченные в такой воде, дружнее всходят. Урожай при поливе такой водой намного выше. Хорошо действует намагниченная вода и на цветы. Если намочить, например, семена кабачков такой воде, посадить их в небольшой грядке, можно получить более 100 кг плодов, каждый почти по 5 кг. Наиболее отзывчивыми на магнитную воду оказались влаголюбивые культуры — помидоры и огурцы. Устойчивая прибавка была отмечена на посевах люцерны, кукурузы, пшеницы, гороха, моркови, сои. Замечено, что эффект от каждого полива намагниченной водой суммируется. Оказалось, что магнитную воду особенно целесообразно использовать для полива овощей, выращиваемых в закрытом грунте, — это позволяет не только повысить урожай, но и несколько снизить температуру в теплицах.

Дополнительные исследования привели ученых к выводу, что магнитная вода на рост и качество культурных растений отрицательного влияния не оказывает. Хотя и нет данных о конкретных процессах, происходящих с водой в магнитном поле. Более-менее четко польза магнитной воды прорисовывается при выращивании рассады: всхожесть семян, замачиваемых в ней, выше, чем контрольных, всходы дружнее и заметно крепче, отзывчивее на удобрения. Очевидно, что при поливе растений намагниченной водой улучшается переход азота, фосфора, калия и других веществ в состояние, более доступное для усвоения растениями. Содержание указанных элементов в тканях растений увеличивается на 17—25% по сравнению с теми, которые поливали обыкновенной водой.

При поливе растений можно пользоваться продаваемым ранее круговым магнитом, заключенным в пластмассовый корпус, который имеет два отверстия (входное и выходное): можно надеть шланг и заполнять бочку. Не очень быстро текущая вода, проходя через магнитное поле, обретает полезные свойства. Сохраняются они 10—25 часов, в этом промежутке времени и нужно использовать воду для полива. Но не только на растения действует положительно магнитная вода. Ее применяют в строительстве и в теплоэлектростанциях. Бетон, замешанный на омагниченной воде, обретает повышенную прочность и морозоустойчивость. Магнитная вода снимает накипь в паровых котлах. Если ловить рыбу на блесну с прикрепленным к ней маленьким эластичным магнитом, то клев увеличивается нередко в несколько раз.

Энергия магнитного поля снижает количество бактерий в воде до 7%. Улучшается ее структура, абсолютно другим становится вкус. Эта биологически активная вода способствует стабилизации жидкости в клетках, тем самым замедляя процессы старения в организме. Физико-химические свойства при магнитной обработке изменяются в большей степени у воды, в которой растворено больше солей, следовательно, и лечебное воздействие ее будет выше.

Ученые доказали, что магнитная вода обладает бактерицидностью, повышенной способностью проникать сквозь клеточные мембраны, очищает сосуды от чужеродных белков,

снижает количество холестерина в крови и печени, препятствует образованию тромбов, восстанавливает эластичность кровеносных сосудов, усиливает обмен веществ, содействует мягкому дроблению камней в желчном пузыре и почках, регулирует артериальное давление и повышает тонус организма, а также стимулирует иммунитет, регенерацию (обновление) клеток, а это особенно важно при вялотекущих воспалительных процессах, незаживающих ранах и переломах. Вода также нормализует работу кишечника и кроветворной системы, замедляют старение кожи, выпадение волос и нормализуют вес.

Намагниченная вода полезна при атеросклерозе и ишемической болезни сердца; эффективна при лечении различных дерматологических заболеваниях: экземах, дерматитах; излечивает раны на коже; полоскание полости рта намагниченной водой очищает эмаль от мягкого налета, предотвращает образование зубных отложений, способствует удалению зубного камня, устранению пародонтоза, лечению флегмон, прекращает кровоточивость десен. Однако при лечении от различных заболеваний надо учитывать, что целебные свойства намагниченной воды сохраняются обычно не более суток.

Наружное применение намагниченной воды не имеет противопоказаний. Ее применяют в виде ванн, компрессов, примочек и обливаний при различных ранах, трофических язвах, экземе и аллергических дерматозах. Намагниченная вода имеет измененную структуру и pH. В течение 2—3 недель на этой воде можно готовить, пить ее в лечебных целях, применять лечебные ванны.

Ванны из намагниченной воды (10 сеансов по 10 минут 1 раз в месяц) снижают артериальное давление, снимают головные боли и шум в ушах, боли в области сердца, нарушения сна, утомляемость. Благоприятно воздействуют ванны и турбулентный подводный массаж на больных с затяжными пневмониями, неспецифическими инфекционными полиартритами, ревматоидными артритами и некоторыми другими заболеваниями суставов. Во время очистки почек каждый день надо делать теплые ванны по 15-20 минут. Такие ванны расширяют мочеточники и выводят наружу песок и мелкие камни.

Если для ванны с морской солью использовать магнитную воду, лечебный эффект многократно усиливается.

Устройство состоит из корпуса, двух штуцеров и набора магнитов. Предназначено для магнитной обработки воды на садовых участках, но можно использовать и для указанных ванн. Устройство монтируется на шланг внутренним диаметром 20 мм. И вода при прохождении через устройство намагничивается. Давление воды, пропускаемой через устройство, не должно превышать 2 атмосфер, что вполне подходит для его применения в домашних условиях.

Во избежание размагничивания постоянных магнитов устройство не должно соприкасаться со стальными и чугунными деталями, подвергаться ударам.

Употребление магнитной воды внутрь. При атеросклерозе (как в лечебных целях, так и для профилактики), от камней в почках и мочевом пузыре принимать намагниченную воду по 150 мл 3 раза в день натощак. Курс лечения 1-1,5 месяцев.

Противопоказания при лечении намагниченной водой. Поскольку все свойства этой воды еще недостаточно изучены, ее лучше пить лечебными курсами — при длительном использовании может произойти нарушение минерального обмена. Профессор В. И. Классен На этот счет говорил следующее: «Свойства этой воды нередко подвержены изменениям. ...Пока нет сведений о негативном воздействии такой воды на человека, но исследований все-таки маловато, чтобы рекомендовать тотальное использование намагниченной воды. Я бы ограничился советом проводить двухмесячные курсы приема такой воды внутрь. Здесь полная гарантия безопасности, а польза тоже несомненна».

Намагниченную воду можно сделать в домашних условиях в упрощенном варианте: в стеклянную банку налить воды, бросить туда скрепку или что-то металлическое, и сбоку прикрепить магнит.

Квасцовая вода

Квасцы — название различных двойных солей: алюминия, марганца, железа, хрома, калия и др. Свое название они получили еще в XV веке от славянского слова «кисати», «киснуть», за их вяжущий вкус. Они со времен старины далекой с успехом используются в медицине как вяжущее, прижигающее, высушивающее, противовоспалительное, обволакивающее, зудо-успокаивающее, антимикробное, кровоостанавливающее средство. Наибольшее применение в различных отраслях промышленности и медицине нашли алюмокалиевые квасцы. Это бесцветный или прозрачный порошок, покрывающийся на воздухе белым налетом. Обезвоженные нагреванием квасцы, представляющие собой гигроскопичный порошок белого цвета, плохо растворяющийся в воде, называют жжеными. Прежде обычные и жженные квасцы широко применялись в дерматологической, косметологической, стоматологической и офтальмологической практике. Квасцы как вяжущие средства образуют на месте контакта с кожей и слизистыми оболочками пленку, защищающую нервные окончания кожи и слизистых оболочек от воздействия различных раздражающих факторов. При этом стихают ощущения болезненности, жжения, зуда. Высушивающее действие квасцов объясняется тем, что они уплотняют стенки капилляров и мелких сосудов, уменьшая покраснение и отек. Кроме того, они снижают секрецию потовых и сальных желез, являясь достаточно эффективными антипер-спирантами, а также оказывают дезодорирующий эффект.

Противовоспалительный эффект квасцов основан на их вяжущем и подсушивающем действиях. В больших концентрациях квасцы обладают прижигающим и кровоостанавливающим действиями. Дезинфицирующее (обеззараживающее) свойство квасцов связано, во-первых, с тем, что они обездвиживают микроорганизмы (фиксируют их), а во-вторых, входящий в их состав алюминий обладает антимикробным действием. Благодаря своей гигроскопичности квасцы поглощают влагу, кожное сало, пот, действуют противовоспалительно, охлаждают кожу и успокаивают зуд. Перечисленные качества квасцов позволяют использовать их при различных заболеваниях кожи и слизистых оболочек.

Квасцы применяются при острых воспалительных явлениях при дерматите, опрелости, токсикодермии, экзематизи-рованном нейродермите, экземе, дисгидротическом микозе; для уменьшения болезненности, жжения и зуда; при стоматите, гингивите, вульвовагините, баланите, блефароконъюнктивите. С помощью квасцов можно разрушить (прижечь) остроконечные кондиломы и устранить кровотечение при мелких порезах во время бритья. Квасцы можно использовать для лечения жирной себореи, а также для приведения в порядок жирной, пористой, «вялой», увядающей кожи. Незаменимы квасцы при местной повышенной потливости — гипергидрозе, который способствует возникновению и развитию грибковых заболеваний стоп (микозов). При высокой эффективности они безопасны, хорошо переносятся, не вызывают аллергии. Обычно жженные квасцы при гипергидрозе применяют совместно с борной и салициловой кислотами, танином и порошком коры дуба. Эти дополнительные компоненты хорошо совмещаются с квасцами, усиливая их лечебное действие. Минеральные присыпки в данном случае лучше растительных (картофельной, рисовой, пшеничной и др.), которые могут способствовать развитию микроорганизмов. Кроме того, растительные пудры набухают, закупоривают волосные фолликулы, способствуют образованию угрей.

Использование квасцов в косметике

Усиленная деятельность сальных желез при вялой коже приводит ее к стойким изменениям. Кожные поры, расширяются, кожа приобретает неприглядный вид — она как бы исколота. Обычно этот косметический дефект наблюдается у лиц, страдающих хроническими запорами, малокровием, нервными расстройствами. Пористая кожа — следствие нарушенного обмена веществ. При пористой коже, как и при других косметических дефектах, необходимо общеукрепляющее лечение.

При пористой коже надо мыть лицо холодной водой или , туалетным мылом. После умывания для протирания кожи лица полезно применять вяжущий раствор квасцов: квасцов — 5 г, воды — 60 г, одеколона — 40 г, глицерина — 1 г. : При пористой коже очень полезны белковые маски с

? квасцами: взбить белок, добавить к нему 1 чайную ложку : 5%-го водного раствора квасцов. Смесь ровным слоем нанести; положить на лицо и оставить на 10-15 минут, затем смыть ' холодной водой без мыла.

Людям с пористой кожей, которым приходится находиться длительное время на воздухе, рекомендуется

перед выходом на воздух протирать кожу жидким кремом ! следующего состава: взбить яичный белок, к нему добавить 100 г одеколона, 100 г 5%-го раствора квасцов, сок 1 лимона и 4-5 г глицерина. Если кожа пористая, но ; не очень жирная, к этой смеси можно добавить 4-5 г \ касторового масла.

| При увядающей жирной пористой коже рекомендуют

? периодические протирания 4-5%-м раствором квасцов.

? Сузить поры кожи можно при помощи ментоловой воды, \ для приготовления которой взять 3 части (по весу) квасцов, 5 частей (по весу) ментола, 50 частей (по весу) одеколона, 50 частей (по весу) дистиллированной воды. Сначала квасцы растворить в воде, затем растворить ментол в одеколоне и смешать все вместе. Этой водой смачивать ; места, где особенно много широких пор.

Лечение квасцовой водой

Квасцовая вода помогает при различных кровотечениях (обильных менструациях, кровохарканье и геморрое), при лечении глаз и др. Но это приводит к повышению температуры тела у лиц, склонных к этому заболеванию.

Больные глаза промывать раствором квасцов (кусочек квасцов величиной с 4 ячменных зерна растворить в 1 кружке воды) 3-4 раза в день. После излечения в течение . некоторого времени продолжать промывать глаза, но уже 1 раз в неделю.

| Для глазных капель, полосканий при стоматите и гингивите использовать слабые водные растворы квасцов (0,5-1,0%).

| При кровоточивости десен рекомендуется протирать их \ порошком из жженных квасцов и соли. | Квасцы в виде примочек. С этой целью используют 1%-й раствор квасцов или его смесь с 1-2%-м раствором бор-

Употребление Воды в лечении язв. Ш 109

ной кислоты. ЭТОТ метод применяется при островоспалительных заболеваниях кожи с покраснением, отеком, образованием эрозий. На короткое время (до согревания) на очаги поражения накладывать смоченные холодным раствором квасцов и затем отжатые повязки. Сужая сосуды и уменьшая приток крови, такие повязки с квасцами оказывают противовоспалительное действие, способствуют оттоку отделяемого, уменьшают отек, устраняют жжение, болезненность.

При кровотечении из носа влить в 1 стакан холодной воды сок 1/4 лимона и 1/3 ч. ложки квасцов. Втянуть полученную жидкость в нос и задержать там ее на 3-5 мин., зажав ноздри пальцами. Спокойно посидеть или постоять, но не ложиться. На лоб и нос положить мокрое холодное полотенце или лед.

При лечении геморроя в 3 л кипятка растворить 200 г квасцов, закрыть деревянной крышкой. Вылить горячую ! воду с квасцами в ведро и сесть над ним. Сидеть до тех пор, пока не перестанет выходить пар. Потом смазать снаружи и внутри вазелином и принять слабительное. Такую процедуру делать 1 раз в неделю. При тромбозе принимать 2 раза в неделю по 15 мин ванну с температурой воды 38,5°, состоящую из 200 г соды и 70 г квасцов. Остальные дни недели перед ночным сном, делать холодный компресс на 30 мин, после чего наложить на ноги на всю ночь нетугую повязку. Сложенную в 4 раза марлю смочить раствором уксуса (2 ст. ложки 9% раствора уксуса на 6-8 ст. ложек кипяченой воды), слегка отжать и наложить на пораженный участок, сразу покрыть тонким слоем ваты и забинтовать. При нерегулярных менструациях размешать небольшое количество квасцов в воде и пить маленькими глотками до обеда и после ужина.

Лечение потливости

Потливость происходит главным образом от широких пор. Надо принимать все меры, чтобы сузить эти поры, а затем удалить неприятный запах пота. Антибактериальные свойства природных квасцов были известны ещё в античный период. В то время кристаллы

квасцов помещали в глиняные сосуды с питьевой водой для ее обеззараживания и хранения. В современной косметике квасцы стали использоваться вначале как вяжущее средство при «влажном» бритье для быстрой остановки кровотечения при порезах. Затем вяжущее действие квасцов стало необходимым компонентом в дезодорирующих средствах, поскольку было установлено, что квасцы вызывают

«стягивание» потовых желез подмышечных впадин и предотвращают тем самым избыточное потоотделение. Вместе с тем квасцы не закупоривают поры кожи и не препятствуют ее дыханию и испарению влаги. В результате пот и влага в подмышечных впадинах нейтрализуются кислым антибактериальным воздействием квасцов. Кислая среда дезодоранта препятствует размножению бактерий. Таким образом, квасцы оказывают двойное (антибактериальное + вяжущее) действие на процесс образования пота, что дает гарантию отсутствия неприятного запаха в течение суток.

! При потливости рук эффективны ванночки из квасцов ! (1 ст. ложка квасцов на 1 литр воды). После каждого мытья ополаскивать руки подкисленной водой (1 ч. ложка лимонной кислоты на 500 г воды) или смесью из 5 частей лимонного сока и 1 части спирта.

При потливости ног насыпать внутрь чулок или носков порошок квасцов. Эти процедуры повторять продолжительное время. При потливости ног протирать их настоем жженных квасцов — 1/5 часть чайной ложки или на кончике ножа жженных квасцов на 1 стакан горячей воды, размешать и обмывать потливые места.

Активизированная вода (вода «живая» и «мертвая»)

С давних пор люди пытались найти панацею — универсальное средство от всех болезней, искали способы и возможности для вечной жизни. Пытались постичь тайну бытия, обрести богатство и счастье. Эти мечты и планы заставляли пытливых людей со всех концов земли искать философский камень, чашу Священного Грааля, эликсир бессмертия, живую и мертвую воду. Эти поиски отражались в народных мифах, легендах и сказках. Народ одушевлял природу и все процессы, происходящие в ней, окружающий мир сравнивал с происходящим в нем самом, в человеке, в его мыслях и чувствах. Дождевые облака представлялись небесными реками и ручьями, гром — божественной ездой на колеснице. Лед, закрывающий зимой реки и озера, представлялся оковами, запирающими животворящие потоки и земные источники воды. Зима — концом жизни, временем, когда блекнут краски, замирает жизнь. А весна представлялась румяной, пышущей здоровьем и молодостью девицей, которая открывала замки и оковы, одаривала цветами и радостью. Не могла не родиться весной вера в оздоравливающее влияние талой воды, весенних вод, первого дождя. Может, тогда и возникли мифы о живой и мертвой воде. В народных сказках живую воду также называют сильной или богатырской водой. А мертвую воду называют «целящей», способной сращивать части тела, разрубленного на куски, но оставляющей его бездыханным, мертвым. Остальное довершает вода живая — возвращает жизнь, наделяет богатырской силой. В сказаниях героя окропляют сначала мертвой, а потом живой водой, так же как в природе первые дожди сначала смывают с поверхности земли остатки уходящей зимы, а потом новые потоки оживляют почву и снова возрождают жизнь. В русских сказках живую и мертвую воду приносят Град, Гром и Вихрь или птицы, воплощающие эти стихии, — Орел, Сокол и Ворон. В русских народных сказках для раненых богатырей обычно просили вороненка принести живой и мертвой воды. Мертвой обрабатывали раны, и они затягивались, живую пили, и богатырь с новыми силами, живой и здоровый снова вставал на ноги.

Попытки научного обоснования свойств живой и мертвой воды впервые были предприняты в конце 70-х годов прошлого века. В результате экспериментов ученые пришли к выводу, что это ничто иное, как активизированная вода, полученная путем электролиза. Электролиз обычной (содержащей соли) воды позволяет получить два ее типа: в анодной части — анолит (мертвая вода), а в катодной — католит (живая вода). Анолит имеет кислую реакцию, а католит — щелочную (по терминологии восточной медицины, это вода с параметрами Инь и Ян). Такой электролиз воды проводится в специальных установках, с электродами и диэлектрической перегородкой (в простейшем случае — брезентом). Профессор П. Кирпичников дал свое заключение об этой активированной воде: «Выявлено, что анолит (мертвая вода) способствует быстрому «тушению» воспалительного процесса, очищает раны, а католит (живая вода) стимулирует их эпителизацию — заживление». Применяя электрохимически активированную воду, можно нейтрализовать избыток

кислотности или щелочности организма, и тем самым способствовать его оздоровлению. Воду с заданными кислотными или щелочными свойствами, можно получить, смешивая в определенных пропорциях «живую» и «мертвую» воду. Прием живой (католита) и мертвой (анолита) воды регулируется в зависимости от назначения: мертвая убивает бактерии и подавляет процесс деления клеток, а живая активизирует восстановительные процессы в организме на клеточном уровне.

В начале 1981 года инженер Кратов сконструировал прибор для приготовления живой и мертвой воды (В. М. Латышев. Неожиданная вода.// Изобретатель и рационализатор. № 2, 1981; Ю. Егоров. Активизированная вода перспективна.// Изобретатель и рационализатор. № 9, 1981). Уже тогда электрохимические установки для получения анолита и католита, разработанные под руководством ташкентского инженера В. М. Бахира и серийно производимые на заводе «Большевик» в Узбекистане, обеспечивали сотни тысяч рублей экономии при бурении скважин в Средней Азии, на Украине, на морских промыслах Азербайджана. В 1985 г. В. М. Бахир защитил кандидатскую диссертацию, и ВАК СССР официально зафиксировала создание им нового научно-технического направления — электрохимической активации.

Будучи больным воспалением почек и аденомой предстательной железы, Кратов был госпитализирован в урологическое отделение Ставропольского медицинского института. От предложенной врачами операции он отказался и был выписан. Первое испытание полученной воды он провел на незаживающей более 6 месяцев ране на руке сына. Проведенная проба лечения оказалась удачной: рана на руке сына зажила на вторые сутки. Сам автор начал пить «живую» воду по полстакана перед едой 3 раза в день и почувствовал бодрость. Аденома за неделю исчезла, прошел радикулит и опухоль ног. Для большей убедительности после недели приема живой воды автор прошел обследование в поликлинике со всеми анализами, при которых не обнаружилось никаких признаков болезни, нормализовалось давление. Однажды его соседка обварила руку кипятком, получив ожог 3-й степени. Для лечения была использована живая и мертвая вода — ожог за два дня исчез. У сына его знакомого, инженера Гончарова, в течение 6 месяцев гноилась десна, в горле образовался нарыв. Применение различных способов лечения не дало желаемого результата. Для лечения автор порекомендовал 6 раз в день полоскать мертвой водой горло и десну, а после принимать внутрь по стакану живой воды. В результате мальчик полностью выздоровел в течение 3-х дней.

Кратов обследовал более 600 человек с различными заболеваниями, и все они имели положительный результат при лечении активизированной водой. Использование активизированной воды на себе, на членах семьи и многих других людях дало возможность автору составить практическую таблицу процедур лечения ряда заболеваний, определить сроки лечения и проследить ход и характер выздоровления.

Мертвая вода — прекрасное бактерицидное средство. Применяется для профилактики и лечения простудных заболеваний, гриппа, ангины. Снижает кровяное давление, успокаивает нервную систему, улучшает сон. Помогает при лечении пародонтоза, прекращает кровотечение десен, растворяет камни на зубах. Снижает боли в суставах, помогает при кишечных расстройствах. Дерматомикозы (грибковые заболевания кожи) проходят за несколько дней. Дезинфекционные свойства мертвой воды усиливаются, если в ней растворить 5 г поваренной соли перед включением электролизера.

Бытовое назначение мертвой воды: дезинфекция жилых и нежилых помещений, питьевой воды, грунта, тары, одежды, обуви, удаление накипи со стенок посуды, увеличение срока хранения овощей и фруктов и многое другое. Нормализует работу пищеварительного тракта у домашних животных и птиц.

Живая вода — прекрасный стимулятор, тонизатор, источник энергии. Приводит в движение весь организм, придает энергию, бодрость, стимулирует восстановление клеток, мягко повышает кровяное давление, улучшает обмен веществ. Великолепно заживляет раны, язвы, в т. ч. желудка и 12-перстной кишки, пролежни, ожоги. Помогает при лечении аденомы предстательной железы, при лечении и профилактике атеросклероза, полиартрита, остеохондроза.

Совместное применение живой и мертвой воды помогает бороться с такими болезнями как аллергия, гепатит, псориаз, женскими заболеваниями (кольпит, эрозия шейки матки).

Однако под воздействием неблагоприятных факторов кислотно-щелочное равновесие внутренней среды человеческого организма может отклоняться либо в сторону закисления, либо в сторону защелачивания. И то и другое неблагоприятно для организма и способствует его ослаблению, провоцирует вредные изменения в том или ином органе или системе.

Следует обратить внимание также на то, что живая вода, обладая высокой проникающей способностью, легко проходит внутрь клеток и, накапливаясь в них, приводит к повышению внутриклеточного давления. Это может привести к разрыву оболочек и гибели клеток. За чрезмерное увлечение живой водой можно поплатиться кровоизлиянием в желудке и кишечнике. Исходя из этих положений, назначают схему внутреннего и наружного потребления этих видов воды. Мертвую воду лучше принимать в соответствии с рекомендациями опытного специалиста. Потребление живой воды не так строго ограничено, но также требует внимания.

Электроактивированная вода медициной официально не признана, хотя имеются сведения об излечении с ее помощью таких болезней, как желтуха, радикулит, гипертоническая болезнь, аденома предстательной железы и др. Разногласия в оценке живой и мертвой воды наблюдаются в основном на уровне академической и прикладной наук. Представители первой предостерегают от широкого использования электроактивированной воды в лечебных целях. Возражения, в частности, вызывает электроактивированная вода, приготовленная в домашних условиях по методикам, изложенным в различных научно-популярных изданиях. Состав получаемых в результате электролиза продуктов во многом предопределяется характеристикой воды, в частности, ее минерализацией, а также зависит от условий протекания процесса электролиза.

Материал электродов, плотность тока, температура, при которой протекает процесс, а также ряд других параметров выступают здесь решающими факторами. Если, например, в качестве материала электрода выбрана нержавеющая сталь, в получаемом растворе могут образоваться ионы железа и никеля, вредные для организма человека. В воду переходит и хром, ядовитый и опасный элемент.

Неквалифицированное применение активированной воды ведет к дискредитации ее положительных сторон.

Электроды для производства живой и мертвой воды должны изготавливаться из серебра или меди. Время приготовления воды ограничивается 5 минутами, иногда 15 минутами (для аппарата с положительным электродом в виде ионизатора). Концентрация живой и мертвой воды при хранении со временем практически не меняется. Воду готовят на срок употребления до одного месяца, и все таки желательно готовить ее не более чем на 5—7 дней.

Принимая воду или проводя другую водную процедуру, необходимо расслабиться, стать чувствительным и проницаемым. Мысленно сопровождать действие воды, процедуры в вашем организме. Только тогда будет польза от лечения. Если всё это делать на ходу, без эмоций, то всё будет напрасным.

Название болезни	Порядок проведения процедур	Результат
Аденома предстательной железы	Ежемесячно на протяжении 20 суток за 30 мин до еды принимать по 150 г живой и мертвой воды (через день). Затем еще 5 суток пить живую воду. Желательно дополнительно принимать мертвую воду и на ночь. Массаж: лежа в ванне, делать массаж промежности струей душа; делать пальцем очень осторожно массаж через промежность; езда на велосипеде. Клизма из теплой живой воды, 200 г. На ночь ставить компресс на промежность из живой воды. Предварительно подмыться с мылом, смочить промежность мертвой водой, дать просохнуть, вставить свечу из очищенного сырого картофеля в задний проход, предварительно замочив ее в живой воде. Принимать солнечные ванны. Полезна регулярная половая жизнь, но при половом акте не регулировать семяизвержение. Больше употреблять чеснока, лука, зелени.	Через 3—4 месяца выделяется слизь, опухоли не ощущаются. С целью профилактики этот курс периодически повторять.

Назва- ние бо- лезни	Порядок проведения процедур	Результат
Аллергия	Полоскать носоглотку, полость носа и рта мертвой водой 1-2 минуты, затем живой водой 3-5 минут 3-4 раза в день. Делать примочки из мертвой воды на сыпь и отеки.	Сыпь и отеки исчезают.
Ангина	В течение 3 суток 5 раз в день после еды полоскать горло и носоглотку мертвой водой и после каждого полоскания выпить четверть стакана живой воды. Обязательно полоскать рот и горло до и после еды.	Температура снижается в первый день, на 3-й сутки болезнь прекращается
Атеросклероз	Пить мертвую и живую воду 2-3 дня ежедневно за 30 мин до еды по 150 г. Компресс из живой воды наложить на шейный участок позвоночника. В пищу больше включать свежую капусту, растительное масло. После еды каждые 30 мин пить 30 г некипяченой воды. Съесть по 2—3 дольки чеснока ежедневно.	Головные боли в первый месяц уменьшаются, а затем и вовсе исчезают.
Боль в суставах рук и ног	3 раза в день перед едой принимать по 0,5 стакана мертвой воды в течение 2-х суток	Боль прекращается в 1-й день
Бронхиальная астма	Пить живую воду, подогретую до 36°, после еды по 100 г. Делать ингаляцию живой водой с содой. Санация носоглотки мертвой, а затем живой водой после еды, каждый час. Прикладывать горчичник на область груди и к стопам. Рекомендуется горячая ванна для ног. Курс лечения 5 дней. Повторять каждый месяц.	Здоровье улучшается уже на 2-й день.
Бронхит рецидивирующий	Рекомендуются те же процедуры, что и при бронхиальной астме. Повторять 3-4 раза в течение часа. Курс лечения 5 дней. Повторять каждый месяц.	Здоровье улучшается уже на 2-й день.
Варикозное расширение вен	Ставить компресс: промыть вздувшиеся участки мертвой водой, затем смочить марлю живой водой, приложить к этим участкам и покрыть целлофаном, утеплить и закрепить. Выпить один раз полстакана мертвой воды, а затем через 1-2 часа принимать по полстакана живой воды через каждые 4 часа (всего четыре раза в день). Процедуру повторять в течение 2-3 дней.	На третий день вены не будут заметны.
Воспаление печени	В течение 4-х дней принимать 4 раза по 0,5 стакана воды в день, в 1-й день только мертвую, а в последующие — живую воду.	
Воспаления, закрытые нарывы, фурункулы	В течение 2-х суток прикладывать компресс к воспаленному участку, смоченный подогретой мертвой водой.	Заживание происходит в течение 2-х суток

Гельмин- тоз (глисты)	Очистительная клизма мертвой водой, затем через час живой водой. Пить в течение суток мертвую воду по 150 г каждые 30 мин. Состояние может быть неважное. Затем в течение суток пить живую воду по 150 г за 30 мин до еды.	Если через двое суток полного выздоровления не наступило, то курс повторить.
Гемор- рой, тре- щины за- дного прохода	В течение 1-2 суток утром и вечером промывать трещины, узлы мертвой водой, а затем прикладывать тампоны с живой водой, меняя их по мере высыхания. Тампоны можно делать в форме свечи из картошки, смачивать живой водой, вставлять в задний проход.	Кровотече- ния пре- кращаются, трещины заживают в течение 2— 3 суток
Назва- ние бо- лезни	Порядок проведения процедур	Результат
Гигиена лица	Утром и вечером после мытья лица протирают вначале мертвой, затем живой водой. То же делать после бритья. Кожа становится гладкой, исчезают угри.	
Гиперто- ния	В течение дня принимать 2 раза по 0,5 стакана мертвой воды.	Давление нормали- зуется '
Гипото- ния	В течение суток 2 раза принимать по 0,5 стака- на живой воды.	Давление нормали- зуется
Гнойные раны	Рану промыть мертвой водой, а через 3—5 минут смочить живой водой, затем 5—6 раз в сутки смачивать только живой водой	В* течение 5—6 суток происходит заживление.
Головные боли	Выпить один раз 0,5 стакана мертвой воды.	Боль про- ходит через 30-50 мин.
Грипп	В течение суток 8 раз полоскать нос и рот мертвой водой, а на ночь выпить 0,5 стакана живой воды.	В течение суток грипп про- ходит.
Запор	Выпить натощак 100 г холодной живой воды. Если запоры хронические, то принимать ежедневно. Можно поставить клизму из теплой живой воды.	
Зубная боль. Повреж- дение зубной эмали	Полоскать полость рта мертвой водой в течение 5—10 мин.	Боль исче- зает сразу.
Изжога	Выпить 0,5 стакана живой воды. Изжога долж- на прекратиться. Если результата нет, то нужно выпить мертвой воды.	Изжога прекраща- ется.
Название болезни	Порядок проведения процедур	Результат
Кашель	В течение 2 суток пить 4 раза в день по 0,5 стакана после еды живой воды.	Кашель прекраща- ется.

Кольпит	Подогреть мертвую и живую воду до 37-40 °С и на ночь спринцевать мертвой водой, а через 15-20 мин. живой водой. Процедуры повторять 2—3 дня.	Через 2—3 дня кольпит проходит.
Лишай, экзема	В течение 10 минут 4-5 раз смачивать пораженные участки мертвой водой. После просыхания, через 20-25 минут смачивать живой водой. Процедуру повторять 4-5 раз ежедневно. Пить за полчаса до еды 100 г живой воды.	Через 5 дней болезнь излечивается. Если через 5 дней на коже останутся следы, сделать 10-дневный перерыв и лечение повторить.
Мытье волос	Вымыть голову с шампунем, вытереть, смочить волосы мертвой водой, а через 3 минуты живой водой.	Пропадает перхоть, волосы становятся мягче.
Неприятный запах от ног	Вымыть теплой водой ноги, вытереть насухо, затем смочить мертвой водой, а через 10 минут — живой. Обувь протереть внутри тампоном, смоченным мертвой водой и высушить. Носки постирать, смочить мертвой водой и высушить. Для профилактики можно носки после стирки (или новые) намочить мертвой водой и высушить.	
Название болезни	Порядок проведения процедур	Результат
Облитерирующий эндартериит нижних конечностей	Делать все так, как при трещинах пяток и рук, плюс за 30 мин до еды принимать мертвую воду по 100 г. Эта болезнь сопровождается тем, что на подошвах ног сохнет, а затем за счет отмирания живых клеток утолщается кожа, затем она трескается. Если видны вены, то можно поставить компресс на эти места или хотя бы смочить мертвой водой, дать просохнуть и смочить живой водой. Необходим и самомассаж.	Вылечивается за 6-10 дней.
Ожоги	При наличии пузырей их нужно проколоть, а затем пораженные участки 4—5 раз смочить мертвой водой, а через 20—25 минут живой, и в последующие дни по 7—8 раз смачивать участки живой водой. Процедуры проводить 2-3 дня.	Пораженные места излечиваются за 2-3 дня.
Опухшие руки	В течение 3 суток принимают воду по 4 раза в день за 30 мин. до еды: 1-й день — мертвая вода по 0,5 стакана; 2-й день — мертвая вода по 0,75 стакана, 3-й день — по 0,5 стакана живой воды.	Опухоль спадает, боли нет.
Остеохондроз позвоночника	Пить сутки мертвую и сутки живую воду через день за 30 мин до еды по 150 г. Приложить к больному месту компресс с использованием мертвой воды. Желателен массаж.	Курс лечения — 10 дней.

Отек ног	Без консультации с врачом не лечить , это может быть активная фаза ревматизма сердца! За 30 мин до еды выпивать 150 г мертвой воды, на второй день пить живую воду. Смочить больные места ног мертвой водой, а когда высохнут — живой. Можно также поставить компресс на поясницу на ночь. Для этого растворить в воде соль 1:10, намочить в этом растворе полотенце и положить на поясницу. Как только полотенце нагреется, снова смочить.	Процедуру повторить 3—4 раза.
Название болезни	Порядок проведения процедур	Результат
Пародонтоз	6 раз в течение суток полоскать по 10—15 мл * нут мертвой, а затем живой водой полость рта и горло. После процедуры принимать внутрь по 50 г живой воды.	Улучшение наступает в течение трех дней.
Полиартрит обменный с болями в суставах	В течение 10 суток 3 раза в день перед едой выпивать по полстакана мертвой воды. На ночь прикладывать компресс с мертвой водой к больным местам. Выпить 150 г живой воды после еды.	Улучшение наступает в первый же день.
Понос	Выпить 0,5 стакана мертвой воды. Если в течение часа понос не прекратится, процедуру повторить.	Боль в животе прекращается через 20-30 минут.
Порез, укол, разрыв	Рану промыть мертвой водой. Наложить компресс с живой водой.	Рана заживает в течение 1-2 суток.
Простуда	Наложить на шею компресс с теплой мертвой воды и пить 4 раза в день по 0,5 стакана мертвой воды перед едой. На ночь протереть подошвы растительным маслом, надеть теплые носки.	
Простуда шеи	Сделать на шею компресс, смоченный в теплой мертвой воде и пить 4 раза в день по 0,5 стакана перед едой.	Боли исчезают за 1—2 дня.
Радиккулит	В течение суток 3 раза перед едой выпить 0,75 стакана живой воды	Боль проходит в течение суток.
Название болезни	Порядок проведения процедур	Результат
Раны гнойные	Рану сначала промыть мертвой водой, через 3-5 минут — живой. Затем в течение суток 5-6 раз промывать только живой водой.	Рана сразу подсыхает и в течение двух суток заживает.

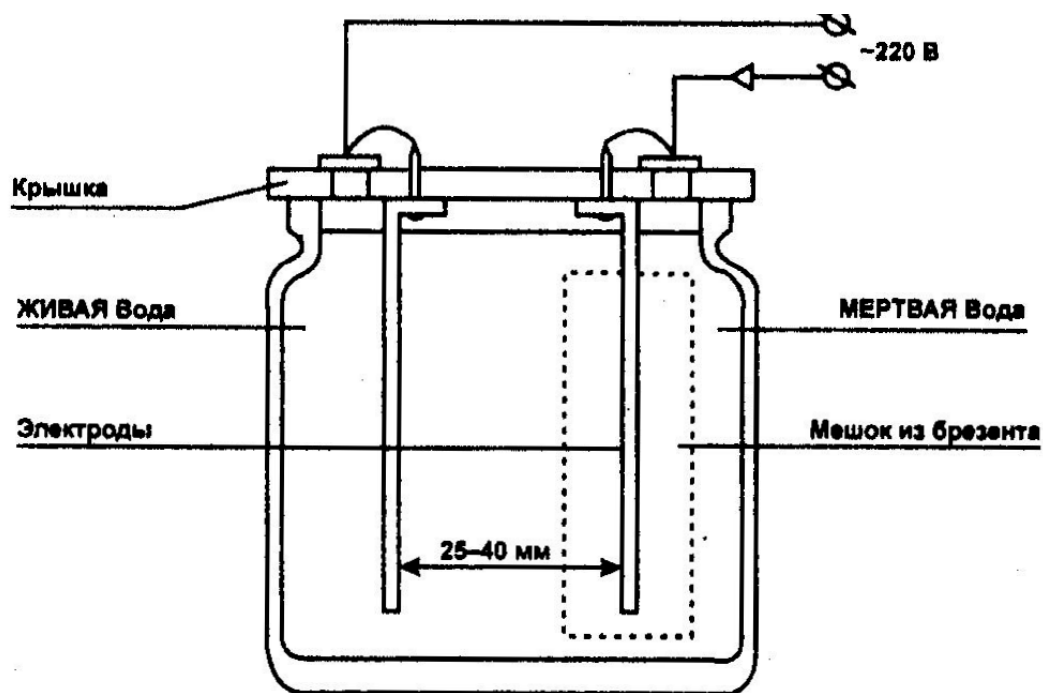
Расширение вен, кровотечение из разорвавшихся узлов	Промыть вздувшиеся и кровоточащие участки тела мертвой водой, затем смочить кусочек марли живой водой и приложить к вздувшимся участкам "вен. Внутрь принимать по 0,5 стакана мертвой воды, а через 2-3 часа начать прием по 0,5 стакана живой воды с промежутками 4 часа 4 раза в день. Процедуру повторить в течение 2—3 дней.	Участки вздувшихся вен рассасываются, раны заживают.
Ревматоидный артрит	За полчаса до еды через день пить по 150 г живой и мертвой воды. Ставить компресс с той водой, которую пьете, на поясничную область, включая копчик.	
Сахарный диабет, болезни поджелудочной железы	Пить живую воду постоянно за 30 мин до еды по 150 г. Пить некипяченую воду, можно отстоянную 6 суток на кремне, каждые 30 мин по 30 г.	
Стоматит острый	Полоскать мертвой водой в течение 10-15 минут, после этого полоскать 2-3 минуты живой водой. Периодически повторять процедуру в течение трех суток.	
Трещины на пятках, руках	Вымыть ноги, руки теплой водой с мылом и дать просохнуть. Смочить мертвой водой и дать просохнуть. Поставить компресс из живой воды на ночь, утром соскоблить с ног белый налет и смазать подсолнечным маслом дать впитаться. Тщательно продезинфицировать обувь, комнатные тапочки.	Через 3-4 дня пятка будет здоровой.
Название болезни	Порядок проведения процедур	Результат
Удаление отмершей кожи со ступней ног	В мыльной воде попарить ноги, обмыть их в теплой воде, затем, не вытирая, намочить ноги в подогретой мертвой воде, потирая участки с наростами, удалить отмершую кожу, промыть ноги в подогретой воде, хорошо вытереть.	
Улучшение самочувствия, нормализация организма	Утром и вечером после приема пищи полоскать рот мертвой водой и выпить 100 мл живой воды.	
Язва желудка, двенадцатиперстной кишки, гастрит	Пить мертвую и живую воду за 30 мин до еды по 150 г (через день). И каждые полчаса выпивать 30 г некипяченой воды, отстоянной 6 суток на кремне или сок свежей капусты, а также липовый чай с медом. Курс лечения — 10 суток.	Повторять ежемесячно, до выздоровления.

Примечание: при употреблении внутрь только живой воды возникает жажда, ее надо утолять компотом или подкисленным чаем. Интервал между приемами мертвой и живой воды должен быть не менее 2-х часов.

Активизированная вода со щелочными свойствами вода получается следующим образом: электролитная посуда, заполненная водой, разделяется полупроницаемой перегородкой (в простейшем случае — брезентом) на катодную и анодную области, через воду пропускается ток (рис. 5). Такая перегородка, пропуская ток, не дает смешиваться продуктам электролиза.

Инструкция по эксплуатации гидролизера

1. В стеклянную банку емкостью 1 л налить водопроводной воды до указанного на рисунке уровня.
2. На банку надеть крышку с электродами, в мешок поместить электрод без диода.
3. Включить электролизер в сеть, выждать 15-20 мин., отключить гидролизер.
4. Снять с банки крышку с электродами, шлангом отсосать кислую воду в отдельный сосуд, затем из мешка отсосать щелочную воду в другой сосуд.
5. Брезентовый мешок без промывки годен к употреблению не более 2—3 циклов. На мешке откладывается налет, который периодически надо удалять мытьем. Мешок и банка должны храниться раздельно.
7. Материалом для мешка может служить любой химический фильтр, в частности, брезент, джинсовый материал и т. д.
8. Концентрацию кислого раствора определяют лакмусовой бумагой (продается в магазине химических реактивов).
9. При гидролизе вода нагревается. Концентрация раствора бывает достаточной, если температура воды более 45°, т. е. рука терпит с трудом, и голой рукой банку не удержать.



Живая вода (щелочная) (-)
Мертвая вода (кислотная) (+)

Рис. 5. Гидролизер.

Брезентовый мешок диаметром 50—70 мм, литровая банка, 2 электрода из серебра высшей пробы, чистой меди или нержавеющей стали размером 40х160х0.8 мм

Цветная вода

В Древнем Египте знали о силе и влиянии цвета и даже сооружали в некоторых храмах цветные залы. В них изучали применение цвета и занимались врачеванием. Один из методов лечения заключался в следующем: в сосуды с фруктовым соком, содержащим, по представлениям египтян, энергию бога солнца Ра, помещали драгоценные камни того же цвета, что и сам напиток. Насыщенный таким образом сок давали больным.

То обстоятельство, что цвет оказывает воздействие на человека, было замечено нашими предками ещё в древности. Специальная окраска, наносимая на тело воина и его доспехи, внушала противнику страх; цвета, подбираемые для одежды царей и жрецов, говорили об их могуществе и вызывали восторг, поклонение или священный трепет.

Лечение цветом в течение нескольких тысячелетий применялась в аюрведе — древнейшей индийской медицине. Последователи этого направления уверены, что существует соответствие между семью основными цветами радуги, тканями и органами тела и тремя конституциями человека. Это позволяет использовать цвет для поддержания баланса в психике и теле человека. Древние считали, что каждый орган тела работает в одном режиме с определённым цветом, «созвучен» ему: сердце — красному, лёгкие — белому, печень — зелёному и т. д. Здоровое тело находится в определённой гармонии с цветовыми соответствиями. При том или ином заболевании меняется и цветовая гамма тех или иных органов. Воздействуя на них нужным цветом, можно вновь вернуть их в норму. Для этой цели использовались солнечные лучи, которые проходили к телу человека через цветные стекла или окрашенные ткани.

Авиценна (около 980—1037) прописывал своим пациентам воздействие определёнными цветами в зависимости от характера заболевания и душевного состояния больных. С этой целью применялись ванны с окрашенной водой, окна закрывали цветными шторами, считалось эффективным также облачение пациентов в одежду определённого цвета.

В Европе научное исследование лечебного эффекта цветового воздействия началось только в середине XIX века, и связано оно с именами французских медиков Пото, Жуара, Позга и Плезантона. Их работы привлекли внимание европейских врачей самых различных специальностей. С тех пор цветолечение прочно вошло в медицинскую практику. Влияние различных цветов на органы человека различно. В старину детей заворачивали в платки красного цвета, чтобы вылечить от кори. Легочные заболевания лечили синим цветом (в наше время синими лампами). Угревую сыпь лечили красным цветом, оранжево-красным цветом стимулировали функции почек и надпочечников. Сосудистые заболевания лечили голубым и зеленым цветами. В начале 30-х годов XX века терапевтический эффект, который оказывают на организм различные цвета, был описан индийским учёным Д. Р. Гхадiali. По его мнению, органы и системы тела чувствительны к определённым цветам, которые стимулируют или замедляют их работу. Зная это, можно использовать разные цвета с лечебной целью. Позднее, в середине 50-х годов, швейцарский психолог Макс Люшер составил оригинальный цветовой тест. Впоследствии его опробовали на сотнях тысяч людей, благодаря чему учёный приобрёл мировую известность. После многих экспериментов из 4500 тонов и оттенков были выбраны тестовые цвета, наиболее явно оказывающие воздействие на основные физиологические и психологические функции человеческого организма. Исследования, проведённые Люшером и другими учёными, показали: цвета способны изменять некоторые параметры состояния человека. Например, оранжево-красный цвет увеличивает частоту пульса, дыхания, давление крови и в целом действует возбуждающе. Тёмно-синий цвет, напротив, приносит успокоение. По мнению психологов, язык красок универсален, он воспринимается одинаково независимо от национальной принадлежности и культуры того или иного народа. Более того, его понимают и животные. Алжирский учёный Бенуа заметил, что чёрный цвет снижает сексуальную активность самцов некоторых видов птиц, тогда как оранжево-красный в два раза ускоряет у птенцов рост мужских половых желёз — семенников. Употребление воды, масел и кремов, помещённых в цветные бутылки и баночки, выдержанных на солнце, — один из распространённых методов «питания» и лечения организма цветом. Применяются и цветные лампы: их свет направляют на всё тело или его отдельные участки.

Целительное действие цвета можно испытать, принимая ванны с добавлением природных красителей, пользоваться лампами, дающими свет мягких тонов, любоваться картинами, букетами цветов. Надо лишь понять, какие цвета благотворны именно для конкретного человека.

Современные исследования ученых показали, что лучи солнца, проходя через стекла, окрашенные в различные цвета,

приносят большую пользу при лечении кожных и других заболеваний. Психологи советуют при выборе одежды, обустройстве квартиры, даже при покупке автомобиля ориентироваться только на собственную интуицию. По их мнению, цвета должны гармонизировать. Слишком яркие, кричащие, далёкие от естественных красок утомляют зрение и раздражают нервную систему. Мягкие, тона успокаивают, помогают восстановить силы. <

Специалисты психологи на основании отношения человека к определенному цвету могут рассказать о его характере, склонностях, складе ума, психики и даже состоянии здоровья. Существует мнение, что отношение к цвету является биологически врожденной особенностью человека. Так, любители белого цвета легко впадают в экстаз, у них хорошо развито воображение, они мечтательны. Розовые цвета предпочитают люди, всю жизнь пребывающие в мире грез, сказок и чудес. Они любят комфорт и домашний уют. Потому-то о таких людях говорят, что он ходит в розовых очках. Почитатели красного цвета — люди властолюбивые, стремящиеся к лидерству. Они редко страдают от угрызений совести, будучи самоуверенными и амбициозными. Голубой цвет предпочитают путешественники, ученые, религиозные деятели. Темно-голубой — цвет артистов. Все эти люди очень жизнелюбимы, энергичны, ценят успех и богатство. Уравновешенностью, обстоятельностью, тягой к знаниям обладают те, кто отдает предпочтение коричневому цвету. Как правило, их отличают строгость и бережливость. Коричневый — это цвет зрелого возраста и продуманных решений. Творческие личности тяготеют к серым тонам. Этот цвет считается очищающим. Любители темно-зеленого цвета упрямы и настойчивы. В сочетании с золотом это цвет банкиров и преуспевающих в бизнесе людей. Они солидны и респектабельны, любят природу и покой. Желтый — это цвет разумного начала и оптимизма.

Цвета в той или иной степени влияют на наше физическое и духовное здоровье, взаимоотношения с людьми. Окружая себя вещами определенных цветов, мы облегчаем либо усложняем свою жизнь. Если у кого-то имеются проблемы в личной жизни, им помогут оранжевый и зеленый. Благодаря этим тонам они найдут правильный выход из создавшегося положения. Кроме того, оранжевый цвет располагает к любви и нормализует эмоциональные взаимоотношения, зеленый приводит мысли в порядок, способен направлять. Он навевает покой, приносит равновесие и дарит счастье. Поэтому, когда приходит время для принятия важного решения, надо закрыть глаза и зрительно представить себе этот цвет. Снять умственную или физическую усталость поможет «мужской» красный цвет. С этой целью можно поставить в вазу алые розы или повесить перед глазами картину в соответствующих тонах. А в офисе положить на стол ярко-красную папку, ручку, блокнот. Можно включить и «красную» энергетическую музыку, например бодрящий марш. Полежать 10-20 мин на красном покрывале под лампой, накрытой материей такого же цвета. Желательно проводить эту процедуру ежедневно.

Иногда организм сам интуитивно подсказывает нам, какого цвета нужно приобретать вещи или носить одежду, нередко не соответствующую общепризнанным правилам сочетания цветов. Это — не каприз вкуса. Это подсознание подает сигналы о том, что какой-то внутренний орган не в порядке и ему необходима помощь в подпитке нужным цветом.

Цвет — это электромагнитные колебания определённой длины и частоты, это информация. В процессе наполнения цветом вода вбирает в себя информацию о конкретном цвете и, попадая внутрь, передает эту информацию всем жидким средам организма — крови, лимфе, межтканевой жидкости. Источником цвета также является каждый орган, и по отсутствию или недостаточности того или иного цвета можно говорить о состоянии того или иного органа. А поскольку каждый орган излучает только свой цвет, этим цветом и следует его подпитывать. Свои лечебные свойства свет проявляет, воздействуя на зрение, кожу и через употребление внутрь облученной цветом воды. Вода может быть облучена (заряжена) определенным цветом с помощью цветной лампы или под воздействием солнечных лучей на кусочек цветного стекла или

Употребление бодм в лехебных. целях * 129 цветной пленки, прикрепленных на оконном стекле перед стеклянным сосудом с водой. Солнечные лучи, проходя через цветное стекло, заряжают воду своим цветом. Можно также зарядить воду в бутылке, изготовленной из стекла необходимого цвета. Зеленые винные бутылки, например, можно использовать для заряжения «зеленой» воды. Вода, насыщенная вибрациями цвета, проникает в ткани организма. Получить цветную воду можно, обернув стеклянную посуду с

водой желатиновой бумагой, окрашенной в любой из семи основных цветов радуги и поставив ее на 3 ч на солнце — вода вберет в себя цветовые вибрации и цветовую информацию. Для приготовления «цветной» воды можно применять еще один способ: взять цветную бумагу нужного цвета (цвета должны быть чистыми и яркими), и наклеить ее кусочек на подготовленный картонный или деревянный круг, эллипс или любую другую фигуру. Поверх цветной бумаги желательно приклеить прозрачную пленку, которая будет оберегать подставку от загрязнений и влаги. На подставке должен свободно помещаться стакан с водой. Вода воспримет и сохранит информацию, для этого достаточно оставить на 10-30 минут на подставке нужного цвета стакан с чистой, прозрачной водой (лучше родниковой), за это время вода «впитает» информацию этого цвета. Воду для лечебных целей надо брать заранее очищенной, а лучше дегазированную или талую (вода из-под крана содержит в себе много вредных для организма примесей). Для заряжения воды определенным цветом необходимо от 1 до 3 часов (чем дольше, тем больше заряд). Пурпурная и голубая вода хранят заряд вне зависимости от времени, а желтая, оранжевая или красная вода должны храниться в холодильнике или в прохладном месте, так как в тепле они потеряют свой энергетический потенциал в течение 3-4 дней. Даже если такая вода хранится в прохладном месте, следует повторно заряжать ее каждые 2 недели. Прозрачный сосуд с водой должен облучаться только одним цветом, поэтому необходимо исключить воздействие других цветов. Посуду с цветной водой, желательно предварительно пронумеровать, и хранить в темном месте или в темном пакете, изолированно одну от другой

Лечение цветной водой

Цветная вода используется и в настоящее время при функциональных и психосоматических нарушениях (более 100 заболеваний), при расстройствах работы пищеварительной системы, для выведения токсинов из организма, для лечения внутренних болезней, например, запоров, язв.

Цветную воду следует пить за 20-30 минут до еды, не спеша, маленькими глотками (по 2-3 глотка с интервалом 4—5 минут). Дозы различны, но чаще всего составляют несколько глотков. Глоток может измеряться 1 столовой ложкой для взрослых и 1 чайной ложкой для детей. Курс лечения цветной водой — примерно 10 сеансов, 3—6 раз в неделю. Во время коррекции органа, который беспокоит больше других, рекомендуется облучать и употреблять воду регулярно. Хранить цветную воду нужно в темном пакете в прохладном месте около 3 суток.

Потребность в цвете можно определить следующим образом: сесть около лампы и переключать ее на разные цвета: красный, оранжевый, желтый, зеленый, синий и т. д. Смотреть на лампу секунд 30, после чего взять заранее подготовленный лист белой бумаги и попытаться увидеть на нем кружок какого-либо цвета. Вы должны будете увидеть основной и компенсирующий цвета. Если основные цвета и компенсирующие совпадают, то со здоровьем все в порядке. Применять лечение цветной водой следует осторожно, предварительно проконсультировавшись со специалистами, ч

Красная вода. Используют красную воду при физической или умственной усталости, недомоганиях, нехватке или отсутствии энергии и тепла в теле. Красный цвет поможет омолодиться и почувствовать прилив энергии.

Красный цвет (компенсирующий зеленый). Красный цвет — знак огня, это самый оптимистичный цвет, он символизирует энергию и мощь созидания, усиливает активность. Поэтому издавна люди связывали красный цвет с жизненной силой — это цвет сильных людей. В психологическом плане красный цвет может способствовать росту или вызывать разрушение. Он обладает сильным очищающим действием; избавляет от тоски и убирает отрицательные эмоции, оздоравливает психику и тело. Этот цвет связан с кровью и оказывает целебное действие на формирование красных кровяных телец, повышая тепло и стимулируя кровообращение. Поддерживает цвет кожи, наполняет энергией нервные ткани и костный мозг, полезен при параличах, расслабляет натруженные ноги, мышцы и уменьшает боль в суставах. Положительно влияет на надпочечники, гормональную систему, обмен веществ, иммунитет. Красный цвет полезен при всех воспалительных процессах, ветряной оспе, скарлатине, кори, волчанке, воспалительных заболеваниях кожи. Под воздействием красного цвета скорость высыпаний увеличивалась, и тем самым ускорялось и облегчалось течение упомянутых детских инфекций. Красный цвет согревает, его следует использовать тем, кто подвержен простудам и нуждается в тепле. При апатии и упадке сил надо зрительно представить красный цвет, и это придаст силу и уверенность в себе. Однако

злоупотребление красным может вызвать раздражение и осложнения заболевания, противопоказано также при повышенном давлении, он может ухудшить состояние здоровья. В «красной» косметической линии основными составляющими являются: провитамин С, витамины А, Е, F, экстракт облепихи, масло сального дерева. Для уменьшения боли этим цветом воздействуют на ступни. Однако злоупотребление красным цветом может вызвать раздражение, гнев и даже осложнения некоторых заболеваний, особенно При повышенном кровяном давлении. Избыточное воздействие этого цвета мооно спровоцировать воспалительные процессы, например, конъюнктивит и др. И поскольку он действует возбуждающе, применять его следует с большой осторожностью в случае психических заболеваний, при опухолях, недомогании, для согревания и успокоения. Красный цвет редко используется в целительстве. И если его используют, то не более 3-5 минут, прикрыв чем-нибудь голову.

Минералами красного цвета являются гранат, красный коралл, красный турмалин, лал, рубин, сердолик.

Розовая вода. Энергия этой воды избавляет от напряженности после ссор, а также смягчает последствия вспышек гнева.

Розовым цветом иногда воздействуют на сердце, для поднятия жизненной силы и противостояния меланхолии. Ярко-розовый цвет успокаивает и усыпляет, вызывает слабость мышц.

Желтая вода. По своему воздействию на человека желтый цвет близок к бирюзовому. Он стимулирует интеллектуальную и духовную деятельность. Его «услугами» могут воспользоваться изобретатели, писатели, другие работники творческих профессий. С помощью желтой воды родители могут помочь своим детям в учебе.

Вода лимонного цвета. Избавляет от нежелательных воспоминаний о неприятных событиях и досадных неудачах. При потере близких, для облегчения душевного состояния, можно прибегнуть к помощи воды на подставке лимонного цвета. Лимонный цвет также способствует укреплению памяти. Он благоприятно воздействует на рассеянных и неуверенных в себе людей.

Оранжевая вода. Оранжевая вода придает решимость поступкам, помогает принять верные в данной ситуации решения. Воздействие оранжевого цвета зачастую становится первым толчком к положительным переменам, которые могут привести и к решению всех проблем со здоровьем, казавшихся неразрешимыми.

Оранжевый цвет (компенсирующий голубой), желтый, золотой — солнечные цвета, они стимулируют организм, способствуют росту и до некоторой степени очищают. Оранжевый — это цвет действия, энтузиазма, оптимизма и свободы. В древности даже верили, что, овладев энергией оранжевого цвета, можно стать хозяином своей судьбы. Оранжевый в сочетании с белым — дает ощущение солнечного света, способствует оптимизации. Это — теплый, бодрый цвет. Оранжевый — цвет урожая, плодов земли, выросших под лучами солнца. Это один из самых лечебных цветов. Оранжевый цвет сильнее золотого и желтого, его часто применяют в качестве тонизирующего средства для поднятия настроения у больного, находящегося в угнетенном состоянии. Для этой цели им обычно действуют на селезенку. Оранжевым цветом лечат психические срывы и депрессивные состояния. Он помогает освободиться от навязчивых страхов и укрепляет морально. Оранжевый цвет помогает также людям, страдающим лёгочными, сердечным и эндокринными заболеваниями, исцеляет почки, мочевой пузырь, стимулирует работу надпочечников, хорош в период менопаузы, т. к. уравнивает гормональное состояние, возбуждает аппетит. Полезен при любых нарушениях в деятельности желудочно-кишечного тракта. И, поскольку оранжевый цвет возбуждает аппетит, им надо осторожно пользоваться людям, склонным к полноте, стараться, чтобы на кухне не было большого количества предметов оранжевого цвета. А тем же, кому наоборот, надо набрать вес, этот цвет окажет действенную помощь. Он согревает, несет целебную энергию и силу гениталиям. Его следует применять мужчинам для усиления половой потенции. Оранжевый цвет уравнивает гормональное состояние женщины и может оказать пользу в период менопаузы. Полезен при бесплодии и способствует очищению от слизи любой системы организма. В этих случаях нелишне будет повесить в спальне оранжевые шторы или занавески. Оранжевый цвет также лечит закупорки и поддерживает здоровье кожи. Применяется для увядающей, сухой, атоничной коже, разглаживает сеть мелких морщин, подтягивает, увлажняет, регенерирует кожу. Этот цвет поможет согреться тем, окна комнат которых выходят на север. Однако, переизбыток оранжевого цвета тоже нежелателен.

Желтый цвет (компенсирующий фиолетовый). Желтый цвет — знак Солнца. Он стимулирует интеллект, положительные качества личности. Желтый и золотой цвета способствуют улучшению ментального состояния. Желтый способствует ясности и точности мысли, стимулирует любознательность, придает живость уму, помогает быстро усваивать информацию. Это цвет энергичных людей, он избавляет от депрессии и мрачного взгляда на жизнь, полезен при недостатке уверенности в себе или застенчивости. Очищает от токсинов весь организм, укрепляет нервную систему. Обладает противовоспалительным, антисептическим, антигрибковым действиями. Желтый цвет воздействует на солнечное сплетение, которое связано с печенью, желчным пузырем, селезенкой и желудком. Таким образом, область желтого цвета распространяется на весь пищеварительный тракт, помогает избавиться от запоров, контролирует вес, так как способствует движению жидкостей в организме, например, стимулирует выделение желудочного сока, необходимого для пищеварения, управляет потоотделением, избавляет от отеков. Желтый цвет используется для нормализации давления крови, при лечении глазных болезней, болезней легких и гипотонии. Этот цвет влияет на поджелудочную железу, применяется при уходе за жирной крупнопористой кожей, при угревой сыпи. Однако, излишнее употребление этого цвета вызывает избыточное накопление желчи в тонкой кишке. Желтый и красный цвета вызывают положительные эмоции, светло-желтый цвет создает впечатление солнечного света, но у некоторых людей желтый цвет вызывает раздражение.

Золотой цвет самый сильный, он помогающий вылечить болезнь. Настолько сильный, что многие люди должны постепенно подвергаться его действию в течение времени. Золото усиливает все поля тела и духа.

Зеленая вода. Зеленая вода помогает снять нервное напряжение и возбуждение. Для восстановления внутреннего равновесия необходимо выпить несколько глотков из стакана, пять минут стоявшего на зеленой подставке.

Зеленый цвет (компенсирующий красный) — символ молодости, надежды. Это — цвет производитель, самый гармоничный и уравновешенный из всех цветов, он создает ощущение спокойствия, стабильности — гармонии и равновесия: он ни горячий, ни холодный, ни активный, ни пассивный. Он гармонирует со всем, поэтому является целительным цветом широкого применения. А поскольку зеленый цвет состоит из желтого и голубого, он обладает качествами того и другого цветов, уравновешенных в нем. Желтый — это последний цвет горячей стороны спектра, а голубой — первая часть холодной его стороны. Желтый вносит ясность, голубой — мудрость. Вместе они помогают осознать события жизни. Это очень важно, потому что большая часть заболеваний развивается по причине плохих образов прошлого, от которых необходимо освободиться. Зеленый цвет избавляет от отрицательных эмоций и стресса, ослабляет возбуждение и восстанавливает стабильность. При колебаниях и нерешительности в действиях, надо закрыть на некоторое время глаза и зрительно представить себе зеленый цвет (траву, деревья) и решение придет. Зеленый цвет благотворно влияет на умственную деятельность, создавая ощущение свежести ума. Этот цвет применяют для очищения эфирного тела и потоков крови (для этой цели им воздействуют на горло). Зеленый цвет используют для лечения нервной системы (нервных расстройствах, неврозах, повышенной возбудимости, головной боли, бессоннице), им лечат заболевания сердца, улучшают работу печени, стабилизируют кровяное давление, нормализуют обменные процессы. Зеленый цвет положительно воздействует на вилочковую железу, полезен при лихорадке, болезнях глаз, почек, надпочечников, гормональной системы. Зеленый цвет помогает при клаустрофобии (боязни замкнутого пространства), расширяя пространство. Он улучшает структуру кожи, применяется при расположенности к угревой сыпи. «Зеленая» косметическая линия включает в себя экстракты зеленого чая, женьшеня, аллантоина, глицерин. Желто-зеленый цвет обладает свойствами желтого и зеленого и оказывает успокаивающее влияние на организм. Излишнее воздействие зеленого цвета стимулирует концентрацию желчи и может явиться причиной возникновения камней в желчном пузыре. Ярко зеленый цвет не рекомендуют для декорирования больших плоскостей, в этом случае больше подойдет бело-бежевый тон (фон). Темно-зеленый предполагает помещение на его фоне белых или светлых элементов.

Бирюзовая вода. При ежедневной работе на компьютере полезно всегда иметь рядом с собой стакан воды на бирюзовой подставке и чаще пить эту воду маленькими глотками. Бирюзовый цвет защищает от радиоактивности, от так называемого «электрического тумана» и от излучения компьютера. Он создает зону, благоприятную для здоровья человека. Бирюзовый цвет также повышает эффективность творческого труда, способствует сосредоточению.

Вода цвета индиго. Поможет тем, кто страдает от чрезмерного аппетита. Ежедневно, выпивая по 2 стакана воды, стоящей на подставке цвета индиго, можно постепенно привести в норму чрезмерный аппетит.

Синий цвет (компенсирующий оранжевый) — 'дух справедливости, это знак воды и неба и производный от него голубой благотворно влияют на человека, навевают ему чувство покоя и удовлетворения, цвет очиститель. Он способен снизить последствия загрязнения воздуха, воды и пищи, а также отрицательные моменты, которые внедряются в подсознание. Синий — цвет осуществления желаний и интуиции. С его помощью можно осознать, от чего в жизни надо избавиться. Поскольку в поле влияния синего цвета входят мозг, уши, глаза и нос, синий цвет хорошо помогает при заболеваниях этих органов. Это наиболее сильный болеутоляющий цвет спектра, самый сильный анальгетик. Синий цвет является прекрасным средством при психозах, облегчает течение заболеваний эндокринной системы. Кроме того, он влияет на костную систему, особенно на позвоночник. Синий цвет используется также при бронхите, астме, для лечения люмбаго, мигрени, экземы, ушибов и воспалений, в малых дозах — при чрезмерной деятельности щитовидной железы и болезнях почек. Любовь к синему цвету может выявить и тайные пороки — зависимость человека от наркотиков, алкоголя, сигарет. Подобные вредные привычки обычно указывают на то, что у человека что-то не в порядке со здоровьем. Этот цвет исцеляет от болезненных воспоминаний, помогает справиться с эмоциональными потрясениями, способствует вдохновению; замечательный очиститель. Синий цвет и все его оттенки подходят для спальни. Этот цвет ассоциируется с покоем. Но в тоже время, при большой насыщенности и зачерненное™, он может переходить в угнетающий.

Голубая вода. Действует так же, как и розовая. Она помогает избежать конфликтных ситуаций или ослабить их действие, например, перед встречей или в результате контактов с конфликтными или неприятными людьми. Если все же контактов избежать не удалось, и конфликтующие или несовместимые по характеру люди оказались за одним столом, можно поставить на стол воду на голубой подставке. В подобных случаях можно также постелить на стол голубую скатерть, и поставить на нее графин с водой и стаканы. Голубой цвет поможет сохранять спокойствие.

Голубой цвет (правдоискатель). Это цвет настоящего времени — эры Водолея, цвет искателя правды, идущего впереди в поисках истины. Голубой цвет представляет высший порядок ума. Его сила в спокойствии и прямоте; обычно дипломаты обладают аурой голубого цвета. Этот цвет приносит мир и удовлетворенность. От него веет спокойствием, уравновешенностью. Он оказывает успокаивающее, охлаждающее влияние на тело и ум, располагает к размышлениям, напоминает о необходимости отдохнуть и расслабиться. Но этот цвет, обладая успокаивающим действием, также привлекает слишком полных людей, потому что поощряет их оставаться такими, какие есть. Тяга к голубому цвету характерна больше для слабых, бесхарактерных людей. Иногда тяга к этому цвету означает жажду перемен. Голубой цвет помогает при стрессах и волнениях, он способен снизить кровяное давление. Лицам, страдающим бессонницей, нужно читать на ночь под голубым абажуром или повесить в спальне и сине-голубой узорчатый ковер. С помощью голубого цвета можно снимать воспаления, останавливать кровотечения, уменьшать боли при ишиасе и язвах желудка; он помогает при недержании мочи. Голубой цвет помогает при болезнях печени, им лечат болезни, связанные с нарушением пигментного обмена (витилиго), снижает аппетит, рекомендуется при ревматических заболеваниях, желтухе, ожогах. Влияет на щитовидную железу, используется при уходе за сверхчувствительной, сухой кожей. Смягчает, увлажняет, успокаивает, замедляет преждевременное старение, оказывая лечебное действие. Голубой цвет рекомендуется для рабочей зоны, как цвет для помещений ориентированных на юг. Плохой эффект дает голубой цвет и его оттенки в помещениях с окнами на восток или на запад, т. к. попадающие в помещение солнечные лучи имеют теплый спектральный состав и не отражаются от холодных по цвету поверхностей, делая помещение холодным и сумрачным.

Голубой цвет является хорошим противодействием излишней дозе красного. Однако он не считается безопасным в случае нахождения под его воздействием более 30 мин — может наступить упадок сил. Надо стараться избегать спортивной одежды голубого цвета: он слишком спокойный и располагает к отдыху и расслаблению.

Темно-голубой цвет дает чувство безопасности. Такую же реакцию вызывает зеленовато-голубой цвет.

Фиолетовая вода. Фиолетовую воду используют при депрессивных состояниях, при «черной полосе» жизни, постоянных неудачах. Кроме того, один глоток воды, заряженной

энергией фиолетового цвета, очистит селезенку и сделает гармоничной работу мозга. Фиолетовая вода — неплохое средство в борьбе с избыточным весом, этот цвет способствует союзу души и тела и подавляет аппетит.

Сиреневый цвет (компенсирующий оранжевый) влияет на гипофиз (регулятор всей иммунной системы). Воздействует на увядающую, чувствительную, сильно обезвоженную кожу. Обеспечивает длительное сохранение влаги в коже, успокаивает, смягчает, стимулирует синтез коллагена. Воздействие цвета сочетается с воздействием косметической линии (пчелиный мед, экстракт хвоща, масло сального дерева).

Наибольшую энергию вода набирает в определенные дни года, например, перед праздником Купалы и во время него с 6 на 7 июля.

Фиолетовый и лиловый цвета (компенсирующий желтый) соединяют в себе красный и голубой цвета и способствуют союзу тела и духа. Фиолетовый цвет (тайный лидер), это очень мощный цвет. Он несет в себе мир, сочетая силу и мягкость. В физическом плане фиолетовый цвет воздействует на шишковидную железу, расположенную в промежуточном мозге. Все умственные приказы идут отсюда. Для того, чтобы выявить и освободить скрытые возможности, надо впитывать фиолетовый цвет. Он защитит от чувства одиночества и оторванности от жизни. Для этого надо представить себе фиолетовый цвет. Он поддерживает иммунную систему, используется при функциональных расстройствах, психических заболеваниях. Фиолетовый цвет применяется при болезнях сердца (ослабляет сердцебиение), низком кровяном давлении, любых внутренних воспалениях, помогает при травмах головы (например, сотрясении мозга) и иных черепно-мозговых нарушениях, успокаивает нервы, полезен при усталости и болях в глазах, обостряет зрение и чувства, подавляет аппетит (поэтому, чтобы снизить вес, почаще надо смотреть перед едой на что-нибудь фиолетовое). Восстанавливает нарушенный баланс и структуру кожи, сглаживает, повышает ее эластичность, уменьшает высыпания на коже. Лечебное действие оказывает, сочетаясь с «фиолетовой» косметической линией (масло жожоба, витамины А, Е, провитамин В5).

Фиолетовый цвет жесткий и беспокойный. Фиолетовые лучи гораздо сильнее лиловых, ими надо пользоваться особенно осторожно и в минимальных дозах: избыток фиолетового цвета может вызвать состояние тоски и депрессии. Не рекомендуется для лечения маленьких детей.

Пурпурно-фиолетовый цвет — это цвет Космического Сознания, ведущий к пробуждению сознания. Он создает легкость в теле и обостряет органы чувств.

Белый цвет представляется как бы символом Вселенной, из которой все краски как материальные свойства и субстанции исчезли. Этот мир так высоко над нами, что оттуда до нас не доносятся никакие звуки. Оттуда исходит великое безмолвие, которое, представленное материально, кажется нам неприступной, неразрушимой, уходящей в бесконечность холодной стеной. Поэтому белый цвет действует на нашу психику как великое безмолвие, абсолютное для нас. Белый цвет — символ чистоты и чести, добра, удачи, исцеления от болезней. Характеризуется завершенностью, как конечный пункт яркости. Белый цвет является выражением разрешения, бегства и освобождения от всякого сопротивления. Означает абсолютную свободу от всех препятствий и свободу для всех возможностей. Лечит центральную нервную систему, восстанавливает структуру мозговых тканей, очищает организм от шлаков. Белый цвет облегчает боль, снимает стрессы, нервозность, мышечную напряженность, избавляет от застенчивости, благотворно действует при рассеянном или туманном восприятии.

Серебряный цвет — главный цвет очищения, мира и постоянства, очень хорош для выведения из организма болезней. Он наилучший помощник при лечении рака тканей и крови.

Черный цвет — знак строгости и серьезности, знак ночи, символ уничтожения и воскрешения. И если белый цвет характеризуется как конечный пункт яркости, черный же — как конечный путь темноты. Это цвет, которым пользуются нечасто, хотя он может привести к состоянию изысканности, поможет достичь тишины и мира.

Усилить лечение цветной водой можно, применяя одновременно сеанс медитации цветом. С этой целью надо уединиться, чтобы не беспокоили, надеть свободную одежду. Сеанс проводить сидя или лежа. Расслабиться, закрыть глаза и дать возможность мыслям в течение нескольких минут свободно передвигаться в голове и пространстве. Наполнять себя ощущением мира и спокойствия. Дыхание ровное, спокойное. Медленно и достаточно ясно представить себе, как яркие, красивые цвета наполняют все пространство вокруг. Этот способ открывает нас для самих себя, питает внутренней энергией. Лучше, если

представить, что через открытую макушку головы в нас входит мерцающее сияние разноцветных лучей. В зависимости от состояния можно выбрать любой цвет (голубой, красный или желтый). Если же Процедура не лечебная, а просто успокаивающая, лучше выбрать для этой цели белый цвет. Коснувшись головы, выбранный цвет звездным дождем рассыплется каскадом вокруг тела и вольется внутрь. В этот момент будет ощущаться тепло и мягкость. Этот прекрасный исцеляющий цвет будет растекаться по позвоночнику до ступней ног. Когда каждая частица тела будет пропитана цветовой энергией, переключить внимание на глаза. Расслабить их. Пусть они наполнятся цветной целительной энергией. Затем пропустить цвет вверх, к мозгу. Его лучи глубоко проникнут в мозг, вычищая темные пятна. Мысли становятся спокойными и уравновешенными. Теперь все тело наполняется этим исцеляющим цветом, раскрываются все поры, и кожа пропускает через себя этот цвет. Он ощущается как мягкий туман, который ласкает лицо и обволакивает тело. Кажется, что оно находится в красивом цветном коконе.

Выходить из медитативного состояния нужно, представляя, как закрывается макушка. После этого надо отрегулировать поток влившейся энергии. Сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, и, наконец вдохнуть на счет 4, задержать дыхание на счет 16, затем расслабиться и выдохнуть на счет 8. Повторить это упражнение еще раз.

Два последних вдоха обеспечат поступление в мозг кислорода. Затем потереть ладони одна о другую, пока не почувствуется покалывание в них. При настройке к цвету во время медитации, внутри должно присутствовать ощущение полного единения со своим истинным «я» и удовольствие от этого ощущения. Умиротворенность и полное расслабление приводят к процессу исцеления. Если выбор цвета затруднителен, начать лечение можно с зеленого — краски природы. Он подходит при всех болезненных состояниях. По возможности стараться заниматься медитацией каждый день. Лучшее время — утро или вечер. Как считают восточные целители, оптимальное время для сеанса цветотерапии — не больше одного часа в день. Этого времени вполне достаточно, чтобы организм постепенно освободился от болезненных явлений и неприятных ощущений.

Водные процедуры

Водолечение известно с древнейших времен. Пресная и минеральная вода широко использовалась в лечебных целях в

Древнем Египте, древними ассирийцами, вавилонянами, в Древней Греции, Риме и на Руси.

Себастьян Кнейп — священник, живший в XIX веке в немецком городе Верисгофен, — избавляя прихожан от душевных и физических страданий, в течение сорока лет разрабатывал свою систему, которую назвал «Мое водолечение». При помощи различных водных процедур — закаливания, обертываний, обтираний, компрессов, ванн и т. п. — он излечивал людей от, казалось бы, неизлечимых болезней. С. Кнейп считал, что начинающим водолечение, слабым, больным, боящимся холода, имеющим мало природного тепла, малокровным и нервным людям желательно в зимнее время пользоваться теплыми ваннами и душем (37-38 °C). Он не советовал применять холодную воду при ознобе, лихорадке и т. п. Все процедуры с холодной водой нужно делать по возможности быстро и без страха, раздевание и одевание должны производиться без задержек. Так продолжительность холодной ванны вместе с раздеванием и одеванием не должна превышать 3 мин. После купания необходимо делать легкие физические упражнения до тех пор, пока тело не согреется и не высохнет. Те, кто быстро разогреваются и легко потеют, должны медленно ходить, но не садиться и не входить в теплую комнату. Процедура согревания может продолжаться не более 15 мин. Этими же правилами следует руководствоваться при проведении компрессов и обертываний. Водные процедуры перед сном для большинства людей нежелательны, поскольку они действуют возбуждающе и могут нарушить сон.

Водные процедуры способствуют растворению и выведению болезнетворных веществ и укреплению организма. Растворения вредных веществ можно добиться с помощью пара и теплых ванн из трав, а выведения их — многократными обертываниями и отчасти обливаниями и компрессами. Холодные купания, обливания, обертывания и закаливание укрепляют организм.

Закаливание

Закаливать организм можно разными способами: ходить босиком по земле, по мокрой траве, мокрым камням, по только что выпавшему снегу, обливаться и обмываться холодной водой. Лучший результат можно получить, если прогуливаться по свежеснеговому снегу при отсутствии сильного холодного ветра. Такая прогулка, как правило, не должна превышать 3—4 мин. Иногда случается, что пальцы, отвыкшие от открытого воздуха, краснеют, становятся горячими, болезненными и распухают. В этом случае следует растереть их снегом или обмывать снеговой водой. Осенью прогулки по снегу можно заменить прогулками по траве, покрытой изморозью, а зимой — по каменным плитам, покрытым снеговой водой. Никогда не следует ходить по снегу, если все тело недостаточно согрето. Если у кого-то потеют ноги или на ногах от холода появляются нарывы, ходить по снегу не стоит до тех пор, пока они не избавятся от этих недостатков.

Хожение по воде закаливает все тело, благоприятно действует на почки, мочевой пузырь и брюшную полость, облегчает дыхание и выводит газы, снимает головные боли. Эту процедуру можно делать в обыкновенной ванне, двигая ногами в холодной воде. Сначала ноги погружают в воду по щиколотку, затем до икр, и, наконец, до колен. Процедура должна занимать сначала около 1 мин, а затем уже до 5-6 мин. При этом, чем холоднее вода, тем лучше. После процедуры надо делать физические упражнения для согревания: зимой в теплой комнате, летом на воздухе. Зимой в воду можно добавить снег.

Чтобы закалить ноги, надо погрузить их до икр или выше колен в холодную воду не более чем на 1 мин. Обув ноги, обнажают руки до плеч и погружают их тоже в холодную воду на 1 мин. Однако лучше делать и то и другое одновременно. Это ускоряет кровообращение в конечностях. Процедура с погружением рук в холодную воду особенно полезна тем, у кого постоянно холодные, руки и кто страдает частыми нарывами от холода.

Обливание колен действует только на ноги, заставляя кровь лучше проходить по сосудам. Эту процедуру применяют, если тело достаточно хорошо разогрето. Обливание колен, если при этом не ставятся какие-либо другие цели, не следует делать дольше 3-4 дней.

Утром и на ночь мыть ноги холодной проточной водой. Это тренирует терморецепторы, возбуждает биологически активные точки стопы, закаляет организм, ограждает от простудных заболеваний. Вечернее ополаскивание ног снимает накопившиеся за день патологическую или лишнюю полевую информацию и энергию не только с ног, но и со всего тела, через пятки вытягивает их наружу, заземляя через воду. Обязательно следует содержать пятки чистыми, без роговых покровов и огрубений. Желательно, чтобы кожа на пятках была мягкая, эластичная, чуть влажная — тогда через пятки беспрепятственно происходит обмен энергией.

Обливания

Обливание колен. Ноги обнажить выше колен и поставить в приготовленную посуду. Обливать их можно сидя или стоя, начиная от пальцев и до колен, таким образом, чтобы вода стекала равномерно. Струя не должна быть сильной. Время обливания от 30 сек до 3 мин, в зависимости от состояния больного. Боль исчезает после 8-10 обливаний колен. Эту процедуру следует всегда делать вместе с обливанием верхней части тела.

Обливание бедер является продолжением обливания колен. Его тоже нужно начинать от пальцев ног, но заканчивать обливанием живота. Обливание проводят спереди и сзади. Слабым и болезненным людям нужно подогреть воду до 30-32 °С. После процедуры необходимо выполнять физические упражнения до полного согревания и высыхания.

Обливания верхней части тела. Обливая верхнюю часть тела, сначала воду надо лить на правую руку и правое плечо так, чтобы она стекала дальше по всей спине до левого плеча и верхней части левой руки (тело согнуто, руки упираются в дно таза). Затем обливают спину по обе стороны от седьмого позвонка, потом — всю спину и позвоночник, заканчивают всегда верхней частью какой-либо из рук. Все части тела, предназначенные для обливания, нужно облить 3—4 раза. Голову желательно не обливать. После обливания следует быстро обмыть грудь и вытереться.

Обливание рук начинают от кистей и продолжают вверх до плеча. Эта процедура способствует закаливанию рук, устраняет застой крови в них, ослабляет воспаления и боли, лечит ломоту и ревматизм. Обливание продолжается 1 мин.

Обливание головы помогает при болезнях глаз и ушей. В этом случае воду льют на голову так, чтобы она текла из-за ушей на щеки и закрытые глаза в течение 20 сек. После обливания головы нужно вытереть волосы насухо.

Обтирания

Обтирания применяют как вспомогательные процедуры, а также в качестве самостоятельного курса лечения больных с переутомлением, неврастением, астеническим состоянием, пониженным обменом веществ (при ожирении). При любом обтирании нужно обращать внимание на то, чтобы все тело или обтираемая часть были равномерно мокрые. Обтираться следует, не растираясь. Обтирания не должны продолжаться более 1-2 мин. При холодном теле или ознобе обтирание делать не следует. Влажные обтирания нельзя заменить обливанием в душе. Обтирания способствуют растворению и выделению болезнетворных веществ, тогда как обливание под душем такого эффекта не дает.

Полное обтирание для здоровых. Для выполнения этой процедуры нужно взять грубое полотенце, смочить его в холодной воде и начать обтирание от груди и живота, затем перейти на спину и после этого обмыть руки и ноги. Вся процедура должна продолжаться не более 2 мин. После обтирания нужно, не вытираясь, одеться и производить физические упражнения до полного высыхания и согревания. Обтирания проводить 1 раз в день желательно утром после сна. Не имеющие возможности делать упражнения, могут сразу лечь в постель на 15—30 мин. В зимнее время желательно перед обтиранием полежать в постели около 10 мин и обтираться, когда тело согреется.

Полное обтирание для больных. С. Кнейп считал, что всякое трение, растирание приносят больным гораздо больше вреда, чем пользы, вызывает неравномерное согревание, возбуждение и т. п. Обтирание, по его мнению, должно быть равномерным от головы до ступней ног. Сначала больному в течение примерно 30 секунд обтирают спину и весь позвоночник, после чего больной снова ложится. Далее ему обмывают грудь и живот не более 1 мин и затем — руки и ноги. Осторожное и быстрое обтирание никогда не вредит, даже если его делать очень холодной водой, что в сущности дает наилучшие результаты. Полное обтирание делают при болезнях, сопровождающихся сильной лихорадкой. Для обтирания более слабых больных можно вместо воды использовать уксус, разведенный водой. В русских же традициях предусмотрено как нежное, так и грубое обтирание без вреда для здоровья.

Общее обтирание. Общее обтирание может проводить как сам пациент, так и профессиональный специалист. Для проведения этой процедуры на тело или его часть накладывают холщовую простыню, смоченную водой и тщательно отжатую. Тут же поверх простыни тело энергично растирают руками до ощущения тепла. Затем простыню удаляют, обливаются водой и тщательно растираются грубой тканью. Слабым больным (особенно детям) процедуры проводит второе лицо. Если позволяет состояние больного, все тело по отдельным его частям обтирают смоченным и хорошо отжатым полотенцем или варежкой, а затем растирают сухим полотенцем и покрывают простыней и одеялом. Для усиления ответной реакции организма, после общего обтирания, иногда обливаются 1-2 ведрами воды, температуры чуть ниже той, которой смачивали простыню при обтирании. Иногда с этой же целью к воде добавляют соль, уксус, спирт, одеколон и пр. Эта процедура действует освежающе и тонизирующее, ее назначают иногда с целью закаливания. Такое обтирание способствует улучшению периферического кровообращения, трофики тканей, повышению обмена веществ. Однако, эта процедура не рекомендуется больным с повышенной нервной возбудимостью, пороками сердца, после недавних острых заболеваний (например, пневмонии). Процедура обтирания начинается водой температуры 32-30 °С, постепенно снижая ее до 20-18 °С и ниже. Длительность — 3—5 минут.

Обтирание соленой (морской) водой. Чтобы усилить ответную реакцию организма, обтирание часто проводят с использованием соленой или морской воды. Обычно используют 3%-й солевой раствор (1 ч. л. соли, лучше морской, на 1 стакан воды) при температуре 38 °С. Эта процедура оказывает освежающее и тонизирующее действие, ее назначают иногда с целью закаливания. Обтирание соленой водой способствует улучшению периферического кровообращения, трофики тканей, стимулирует обмен веществ в организме.

Горячее обтирание соленой водой. Чтобы разогреть тело или, наоборот, вывести из него избыток тепла, в водолечении используют горячее обтирание тела или его частей. Для

усиления лечебного эффекта используют горячую соленую (или морскую) воду. Такие обтирания дают ощущение тепла, если вы в нем нуждаетесь, а если тепла у вас избыток, оно выводится наружу. Солевое горячее обтирание — незаменимое средство от летней жары, духоты, вялости. Процедура выполняется следующим образом: опустить ноги в таз или ванну с теплой водой; смоченное в горячей воде полотенце прикладывают к телу — на спину, грудь, руки, лицо, шею. Когда полотенце находится на какой-либо части тела, делают через него самомассаж: поглаживание, прижимание и т. п. Можно проводить также многократные горячие обтирания с целью закаливания организма.

Обтирание по-йоговски. Энергично разотрите влажное тело полотенцем из грубой ткани. Можно делать и наоборот — протирать сухое тело влажным полотенцем. Второй вариант удобен для тех, кто хочет застраховать себя от вредного воздействия холодного обливания, особенно в зимнее время. Согласно предписанию йоги, влажные обтирания следует проводить каждое утро перед выполнением асан (специальных физических упражнений). Более того, йоги настаивают, чтобы после любой прохладной водной процедуры (душа, обливания) никогда не вытирать тело от влаги, а проводить «мокрое полирование» — растирание мокрого тела мокрыми ладонями, начиная от живота, до тех пор, пока тело не разогреется и не высохнет.

Водные массажные процедуры

Водный массаж обладает выраженным действием трех факторов оздоровления водой: выделительным — помогающим коже вывести вредные продукты обмена; очистительным — способствующим избавлению организма от болезнетворных начал; укрепляющим тело закаливающими процедурами. Противопоказания — обычные для любого массажа. Водный массаж проводится каждое утро, сразу же после пробуждения.

Первый цикл — вода теплая. Смочить полотенце в воде, отжать, скрутить в жгут и этим жгутом похлопать по спине. Затем смочить ладони водой и похлопать ими руки — по наружной поверхности снизу вверх, по внутренней — сверху вниз. Опять смочить ладони и похлопать лицо, шею, грудь, живот, ноги (по внутренней поверхности — снизу вверх, до наружной поверхности — сверху вниз), подошвы. Облиться теплой водой.

Второй цикл — вода прохладная. Выполнять как первый цикл.

Третий цикл — вода холодная. Выполнять как первый цикл. Затем интенсивно растереть уши ладонями сверху вниз, спереди назад: мочки, заднюю стенку ушной раковины, переднюю, внутреннюю. Закончить процедуру обливанием. Налить в таз воду той температуры, которая вам приятна, и облиться ею. Массаж повторять ежедневно. Через 5—7 дней начнется интенсивное потоотделение в течение рабочего дня и ночью. Перед процедурой массажа обязательно очистить кожу от пота мыльной мочалкой без воды. Температуру воды следует постепенно снижать по самоощущению. Процедуру желательно проводить утром и вечером.

Подпитка энергией и очищение при помощи воды

Йоги советуют никогда не упускать возможности контакта глаз с чистой холодной водой, находясь на отдыхе у ручейка, родника, у горной речки, водопада.. Для укрепления глазных нервов, глазного дна, очищения через глаза различных органов и систем они советуют проводить фиксацию взгляда на отраженном в воде свете: пламени свечи (10—15 минут ежедневно),

Солнца (10 минут от 1 до 3 раз в неделю), Луны (от 3 до 10 минут один раз в неделю), различных искусственных источников. К проведению фиксации взгляда на отраженном источнике света они советуют приступать через несколько месяцев практики сосредоточения непосредственно на пламени свечи. Для проведения этой процедуры используют любую широкую чашу, тарелку или таз, налив туда воды. Смотреть на отражение источника света надо под углом примерно 30-45° к поверхности воды.

Криотерапия

Льдорефлексотерапия основана на использовании специальных пакетов с замороженной водой или водным раствором (криопакетов). Такие криопакеты изготовить очень просто и в домашних условиях. В мягкий целлофановый пакет наливают солевой раствор (1,5 ч. л. поваренной соли на стакан воды), из пакета выжимают остаток воздуха и завязывают его. Чтобы усилить воздействие криотерапии, в целительный раствор можно добавлять морскую соль и другие лечебные средства: мед, глину, соки, отвары трав и т. п. Пакет замораживают в холодильной камере. После замерзания пакет со льдом принимает округлую форму, удобную для наложения аппликации или массажа непосредственно

болевого участка тела или участка, рефлекторно связанного с больным органом. Для большинства лечебных процедур достаточно использовать криопакеты с температурой $-3-4^{\circ}\text{C}$, что соответствует температуре замерзания соленой воды. При отдельных лечебных процедурах нужно использовать более низкие температуры, что также легко выполнимо при использовании морозильных камер современных холодильников (до минус 18°C).

Проведение криопроцедур в домашних условиях

При превращении раствора в лед, вынуть пакет из морозильной камеры и приложить его к больному месту или зоне соответствия больного органа, выполняя легкие медленные вращательные массирующие движения. Сначала кожа бледнеет, а затем (через 2-4 минуты) начинает быстро краснеть, так как после временного сокращения под воздействием холода

Употребление боды б леgebны) сосуды резко расширяются и кровь приливает к больному месту. При интенсивном покраснении воздействие холодом следует прекратить. Отложить криопакет, утеплить покрасневший участок и подождать, пока кожа восстановит свой естественный цвет. Время отдыха индивидуально — от 2 до 15 минут. Затем процедуру повторить, снова до покраснения кожи. Для одного сеанса двух подходов вполне достаточно. Переохлаждения ни в коем случае допускать нельзя. После этого больное место надо укутать на 2-4 часа.

Криотерапия помогает избавиться от множества заболеваний, мышечных блоков, восстановить обменные процессы, а, следовательно, улучшить здоровье. При соблюдении определенных правил проведение криотерапии в домашних условиях совершенно безопасно. Несколько криопакетов различной величины в морозильной камере холодильника — это надежное болеутоляющее средство. При помощи криопакета в считанные минуты можно избавиться от головной боли, болевого синдрома от ушиба, нейродермита и неприятных ощущений, связанных с ним. А чтобы добиться желаемого результата и не навредить себе при проведении криопроцедур, необходимо строго придерживаться следующих правил:

- не затягивать время воздействия льдом, держать криопакет только до покраснения кожи;

- не переохлаждать руки (можно надеть варежки);

- не использовать криопакет повторно, после процедуры выбросить его;

- не желательно ставить одновременно несколько криопакетов (при некоторых заболеваниях требуется наложение аппликаций в двух местах). В этом случае аппликации последовательно прикладывают сначала на больное место или зону его соответствия, а затем на живот, в качестве обязательной процедуры;

- проводить аппликации рекомендуется не более 1-3 раз в сутки при двух подходах за одну процедуру.

При лечении льдом необходимо следить, чтобы пакет не таял, как обычный лед из холодильника.

Обычно после курса лечения льдом улучшение состояния здоровья наступает уже после второй процедуры, причем этот эффект гораздо сильнее, чем после приема таблеток и порошков. Холод не только снимает боль, но также ликвидирует все

палительные процессы, снижает мышечный спазм и напряжение.

Гастроэнтероскопия показывает, что после заживления мелких желудочных язв остается гладкая ткань, но на месте более крупных остаются рубцы, правда, не такие большие, как при других способах лечения. Поэтому после сеансов криомассажа непроходимость желудка практически не встречается.

Конечно, если организм резко охладить, то положительных последствий ждать не стоит. Но если тепло забирать медленно и только с небольшого участка, то наступает лечебный эффект. Криотерапия успокаивающе действует на вегетативную нервную систему, понижает давление, нормализует пульс, и практически не имеет противопоказаний.

Методом глубокой криотерапии по методу профессора Олега Кузнецова (с температурой криопакета до $21-23^{\circ}\text{C}$ сейчас пробуют лечить колиты, запоры, псориаз, трофические язвы, нарушение мозгового кровообращения, некоторые заболевания сердца. Применяется он и для профилактики гриппа и ОРЗ. Специально для детских садов в России О. Кузнецовым была разработана и опробована методика закаливания криомассажем. Перед тихим часом малышам в течение 15—60 секунд массировали ступни ледяным пакетом, после чего надевали льняные носки и укладывали спать. Подошвенная область выбрана не случайно, именно в этой зоне сосредоточено большое количество биологически активных точек, возбуждая которые, можно влиять сразу на весь организм. При простуде ноги парят, при профилактике — кратковременно, но сильно охлаждают. До массажа

температура ног обычно около 29,4 °С, после — немного ниже, 27 °С, а через 2 часа подошвы разогревались до 30,3 °С, за счет своего внутреннего тепла.

Кроме чисто рефлекторного воздействия на биологически активные точки и холодовые рецепторы криопакеты воздействуют на ткани организма и на полевом уровне. Разрушающиеся при таянии кристаллики льда излучают микроволновые электромагнитные колебания, частота которых близка к частотам электромагнитных волн, излучаемых здоровым человеческим организмом.

Зоны соответствия внутренних органов есть на всем теле человека. Через них можно эффективно воздействовать на больные органы. Для примера приведем в таблице зоны, на которые нужно воздействовать криопакетом при том или ином заболевании.

Схемы воздействия льдом при некоторых заболеваниях

Заболевания	Место наложения криопакета
Алкогольная зависимость	Затылок
Артроз коленей	Колено (ежедневно по 3 минуты)
Астма	Живот
Болезнь Бехтерева	Воротниковая зона, живот
Боль в груди, сильный кашель	Нижние складки больших пальцев рук (там, где пальцы соединяются с ладонями)
Гайморит	Щеки
Гастрит	Живот
Геморрой	Крестец, живот
Гипертония	Воротниковая зона, живот
Диабет	Зона поджелудочной железы
Запор	Живот, пупок (по кругу по часовой стрелке)
Климакс	Воротниковая зона, живот
Колит спастический	Позвоночник
Мастопатия	Грудная клетка
Миома	Крестец, живот
Морщины	Проблемные места кожи
Нейродермит	Участок кожи на больном месте
Отек	Участок кожи на больном месте
Полиартрит суставный	Сустав, живот
Половая слабость	Крестец, основание черепа (ямка на затылке)
Заболевания	Место наложения криопакета
Простатит	Крестец, живот
Простуда	Складки больших пальцев рук (отделяющие одни фаланги от других)

Расширение вен	Проблемные вены
Сердечные недомогания	Основания больших пальцев рук (в середине мясистой выпуклой части)
Склероз	Затылок, живот
Угри	Проблемные участки кожи
Язва желудка	Живот
Язва двенадцатиперстной кишки	Живот

Зоны соответствия органов располагаются по всему телу, но основное их число находится на ладонях, стопах, лице, животе.

На руке зоны располагаются следующим образом: ладонь — голова, пальцы — волосы; предплечье — грудь до диафрагмы; плечо — живот и таз. Позвоночник всегда проецируется на тыльную сторону конечности.

На ладони зоны соответствия располагаются так: первая фаланга пальца соответствует голове, вторая — шее, бугор под второй фалангой — груди с сердцем и легким, остальная часть ладони — животу. Указательный и безымянный пальцы — это руки, средний и мизинец — ноги. Плечи — это мышцы между большим и указательным пальцами, а промежность — мышцы между «ногами», то есть между средним пальцем и мизинцем.

1 При простатите и гинекологических заболеваниях

; можно ставить лед на крестец, нервы от которого идут к по-! ловым органам, и на живот; а можно — на ямку между сред-! ним и безымянным пальцами на тыльной стороне ладони и] между этими пальцами, что соответствует зонам крестца и | промежности, а затем на ладонь в зоне соответствия живо-! та. Подобным образом зоны располагаются и на стопе.

На лице также располагаются зоны соответствия внутренних органов. Зона соответствия легких находится между бровями, печени — на боковых сторонах носа, желудка — на крыльях носа, тонкого кишечника — на области от крыльев носа до большой жевательной мышцы перед ухом, толстого кишечника — на области от жевательной мышцы до уголков рта. На стопах и пальцах ног практически есть все зоны соответствия внутренних органов.

Сейчас в популярной и специальной литературе можно легко найти эти рефлексогенные зоны. Массаж зоны соответствия на стопе и дополнительно массаж живота дают возможности лечебного и профилактического воздействия практически на любой орган и систему организма.

Омоложение мозга льдом. Некоторые сторонники лечения льдом утверждают, что с помощью ледовых ванн или зимнего купания можно омолаживать мозг. Они это об-! основывают тем, что в результате ледовых ванн кожа напи-! тывается легкой структурированной водой. Через открыв-! шиеся поры активно вымываются соли, а тело через био-! логически активные точки впитывает энергию, переноси-! мую быстрыми, легкими, подвижными жидкими кристал-! лами снеговой воды. Вот как предлагает проводить эту | процедуру А. Афанасьев, испытав ее на себе. Взять кусо-! чек эластичного бинта (широкой резины, лыжную или пла-! вательную шапочку) и натянуть на голову так, чтобы сзади | закрылся участок между шеей и затылком. Слегка накло-! нив голову и убрав волосы наверх, засунуть туда кусочек | льда размером с обычный коктейльный кубик, следя за \ тем, чтобы лед, пройдя по желобку на шее, уперся в заты-! лочный бугорок на черепе. Это и есть точка «фэн-фу». Меж-! ду льдом и кожей не должно быть никаких прокладок. Поло-! жите на плечо полотенце, чтобы талая вода не текла за ши-! ворот, слегка откиньте голову назад и расслабьтесь. Одну | минуту вы будете испытывать неприятное, но терпимое ! ощущение

ломоты и дискомфорта в затылочной области, потом ломота пройдет, и дальше лед будет таять до конца. На начальном этапе лед следует ставить 2 раза в день: утром, за 30 мин до завтрака, и вечером, перед сном. И так до тех пор, пока кожа совсем не перестанет реагировать на лед, на что уходит не более месяца. Тогда регулярные процедуры можно прекратить и прибегать к ним по мере необходимости. Этот метод, кроме омоложения мозга, вырабатывает стойкую аллергию на алкоголь, дает ощущение приподнятого настроения, постоянной радости, улучшает память, улучшает сон, избавляет от хронических мигреней. С помощью этого метода можно избавиться от тоски, неудержимой тяги к алкоголю и еде.

Снег для оздоровления можно использовать:

- при закаливании организма — хождение босиком, купание в снегу, местные снеговые компрессы; в контрастных процедурах (парилка — снежные сугробы);
- при употреблении внутрь и наружно — в виде общей и местных ванн; — для обезболивания — первая помощь при ожогах, ушибах, вывихах, легком обморожении;
- как средство мягкой стимуляции и энергонасыщения всех внутренних органов и организма в целом путем воздействия рассеянным излучением — отражением лучей солнца и других космических излучений от снежного покрова — через сетчатку и глазное дно (иридостимуляция);
- для омоложения и энергонасыщения организма используют ванну, принимая ее сразу же после таяния снега (или льда) и подогрева талой воды до соответствующей температуры. Кожа в такой ванне омолаживается и напитывается легкой структурированной водой. Через открывшиеся поры активно вымываются соли, а тело через биологически активные точки накачивается энергией, переносимой быстрыми, легкими, подвижными жидкими кристаллами снеговой воды.

Для омоложения кожи лица набрать в миску снега (по возможности чистого), смешать его с 1-2 горстями поваренной соли и небольшим количеством в виде лепешки : прикладывать к проблемному участку кожи, сверху прикрыть многослойной марлей или хлопчатобумажным полотенцем.

Для придания волосам шелковистости и блеска их ополаскивают или моют снеговой водой. Легкий начинающийся насморк ликвидируется за одну-две процедуры кратковременным хождением по снегу (лучше по свежее выпавшему).

При постоянно холодных ногах полезно ходить босыми ногами по свежее выпавшему снегу в течение 3-4 минут. Если первое время ноги будут припухать, их следует растирать снегом. После месяца такого лечения ноги перестанут быть холодными.

Снежно-солевая аппликация дает более интенсивное охлаждение, чем лед, и может с успехом применяться как болеутоляющее средство, например, при ишиасе, радикулите. С этой целью снег (по возможности чистый) набивают в таз, смешивают с 1-2 горстями поваренной соли. Небольшое количество этой смеси в виде лепешки прикладывают к больному месту. Сверху прикрывают многослойной марлей или хлопчатобумажным полотенцем.

Противопоказания к применению криолечения:

- обострения ишемической болезни сердца, гипертонический криз, предынфарктное состояние.
- индивидуальная непереносимость холода.
- ослабленные бронхи.

НЕРАЗГАДАННЫЕ СВОЙСТВА ВОДЫ

Вода всегда представляла собой большую загадку для человеческого ума. Много непостижимого нашему разуму и до сих пор остается еще в свойствах и действиях воды. Наблюдая за текущим или струящимся потоком воды, человек может снимать нервное и

психическое напряжение. Хотя вроде бы известно, что вода не содержит никаких веществ, способных дать такой эффект. Некоторые ученые объясняют это тем, что вода обладает способностью принимать и передавать любую информацию, сохраняя ее в неприкосновенности более или менее продолжительное время. Наши далекие предки совершенно точно знали, что в воде растворено прошлое, настоящее и будущее.

Текущая вода постоянно забирает энергию Космоса и в чистом виде отдает ее в окружающее околоземное пространство, где она поглощается всеми живыми организмами, располагающимися в пределах досягаемости потока, поскольку образованное текущей водой биополе постоянно увеличивается за счет отдаваемой энергии. Чем быстрее движется водный поток, тем сильнее это поле. Под воздействием этой силы происходит выравнивание энергетической оболочки живых организмов, закрываются «пробои» в невидимой простому человеку оболочке тела (ауре), организм исцеляется.

По теории, выдвинутой академиком В. И. Вернадским все наши мысли и чувства не исчезают бесследно, а, словно облака, собираются в глубинах неба, которые ученый назвал ноосферой, то есть живой информационной материей. И, когда идут дожди или падает снег, они, заряженные информацией ноосферы, возвращают ее обратно на землю, питая ею ручьи, реки, озера, моря, листья деревьев. И все эти объекты природы впитывали в себя годами и даже веками подученную информацию и делились ею с людьми, обладавшими возможностью воспринимать ее своими «чувствоприемниками». Конечно, не всем это свойство было дано, а только избранным, которые и становились целителями, мудрецами, проповедниками, пророками и волхвами.

Вода несла информацию и непосредственно от людей и к людям. До сих пор еще существуют народные целители и цели-тельница, знахари «нашептывающие на воду», излечивающие таким образом болезни. Это знали и наши прабабушки. Эти свойства воды широко использовались ранее и используются теперь в магии и целительстве. Вода — это биологический компьютер, способный воспринимать, записывать и передавать информацию. Эти свойства воды используют все религии мира в своих ритуальных обрядах. Маги, колдуны, ведьмы, целители делают настои на травах, с наложением на них заговорных текстов. Предсказатели будущего (о шарлатанах речь не идет) также используют воду, в которую они смотрят и видят предстоящие события. Они же и чистят воду от энергетической грязи.

Очень хорошо смывают энергетическую грязь струи холодной воды, наполняя организм силой. При этом необходимо обращать внимание на то, чтобы вода при этой процедуре уходила в землю. Если этого не будет происходить, то энергия станет переходить с головы на ноги, провоцируя тем самым заболевания ног, суставов и сосудов. В деревне или на даче это сделать проще. Достаточно выйти во двор, встать на землю и окатить себя водой из ведра или из шланга, умыться из родника. Вся энергетическая грязь уйдет в почву. В городских же квартирах можно пользоваться следующим способом, позволяющим отрицательной энергии уйти в землю. Для этого надо постелить на дно ванны для приема душа небольшой лист металла или обычной алюминиевой фольги и, протянув от него тонкую проволочку, вывести ее в слив. Это позволит стекающей с тела энергии по проволоке уйти в землю. Те, кому некогда обливаться холодной водой или не желающим этого делать, можно просто ополаскивать лицо после посещения общественных мест или прогулок по городу.

Можно также использовать целительную силу воды, не соприкасаясь с ней. Для этого необходимо открыть дома кран, сесть так, чтобы спина была прямая, а ноги не скрещивались. Протянув руки к воде, чтобы ее струя проходила между ладонями, обращенными друг к другу, следует поддержать их в таком положении какое-то время. Через некоторое время на место ощущения прохлады придет ощущение обновления и наполнения силой, которое постепенно распространится на все тело, начиная с рук. После того как вы почувствуете, что на первый раз энергии достаточно, мысленно поблагодарите воду за подаренную силу и прекратите сеанс. Сделать это следует потому, что все живое на нашей планете объединяется одной живой энергией, дающей нам возможность понимать друг друга и обмениваться энергиями.

Несколько иными свойствами обладает горячая вода. Передавая нам тепло, она не передает силу, а лишь превращает один вид энергии в другой. Горячая вода, вливая в тело потоки воды, расслабляет, стимулируя кровообращение и активизируя на непродолжительное время все процессы нашего организма. Однако такая вода не несет в себе никакой новой информации. Отсюда нередко возникает ощущение «расслабленности» головы после горячей ванны или бани. Горячая вода позволяет только сохранить в

неприкосновенности собственные силы человека, но практически не дает силы. Поэтому после принятия теплой ванны или душа не чувствуется такой бодрости, как после холодного.

Самым полезным для организма является контрастный душ, поскольку он позволяет оторваться от чужого отрицательного воздействия и одновременно пополнить свои силы. Благоприятным для человека является нечетное чередование струй холодной и горячей воды. Злоупотреблять чередованием воды не следует, поскольку это может привести к болезни. Наиболее оптимальным вариантом является чередование струй холодной и горячей воды от 3 до 25 раз. Мужчинам следует начинать и заканчивать контрастный душ холодной водой, а женщинам — теплой. Это дает возможность не только набрать энергию, но и активизировать свое природное начало — женское или мужское.

Можно принять ванну. Представить себе сидя (лжа) в ванной, что вся энергетическая грязь спускается от вас в воду. Можно усилить эффект очищения, растворив в ванне морскую соль — она собирает на себя отрицательную энергию. Если, принимая душ, представлять себе, как вода смывает вместе с потом и грязью все обиды, раздражение или усталость, чужие злые мысли и чувства, которые могли коснуться биополя в течение дня, это представление будет усиливать энергетическое воздействие льющегося потока воды.

Вода способна передавать информацию, «запоминать» слова и мысли, включать механизм исцеления в человеческом организме. Для очищения какого-либо предмета от энергетической грязи, знахари предлагают подержать его трое суток в воде, меняя воду каждые сутки или же в проточной воде около часа. Вода обладает мощным защитным потенциалом. Если у вас неприятности, плохое настроение или самочувствие (связанное не с болезнью физического характера, а с депрессией), принимайте душ или ванну. При приеме водных процедур нельзя плевать в воду, так же как нельзя плевать и на огонь, раньше наши предки обожествляли их и поклонялись им.

Утверждают, что вода слышит и понимает человеческую речь, поэтому нельзя посылать проклятия реке даже в период бедствия — можно себе навредить. Если в воде прятать свои преступления, то есть засорять её, вода обязательно накажет человека болезнями. Очень сильная в энергетическом плане вода в дни летнего Солнцеворота, на праздник Купалы (7 июля), а также за день перед ним; через две недели после дня зимнего солнцестояния (зимнего Солнцеворота, т. е. 22 декабря).

Если приснится плохой сон, нужно подержать руки под проточной водой (для этого сгодится и вода из открытого крана) и вспоминать сон. Вода его унесёт.

Когда обстоятельства складываются неудачно, нужно перешагнуть через текущую воду (ручей, река — по мосту).

Если разладились отношения с любимым (ой), пойдите вместе к водоёму. Обязательно помириться и, все плохое, после таких визитов к воде, обязательно отойдёт.

Если вы искренне любите человека, но боитесь или стесняетесь в этом признаться, наговорите признания на воду. Наговаривать на воду надо так, чтобы от вашего дыхания вода колебалась. После этого надо эту воду дать попить объекту любви. Выпитая вода обязательно донесёт до человека ваши чувства. И поскольку вода имеет свойство уносить не только плохой сон, не рекомендуется пить в ванной: ваше хорошее настроение вода также унесет, как и плохое. Поэтому-то в древние времена никогда не пели над рекой весёлых, душевных песен. Реке причитывали. Перечисляли свою боль, которую вода уносила. Так было всегда.

Старые знахари утверждают, что вода защищает дом от тайного недоброжелательства, зависти, зла, сглаза. Поэтому после приема гостей никогда не следует оставлять «на потом» мытье посуды, поскольку неизвестно, какие мысли были в их головах, когда они находились в вашем доме. Даже добрый по своей натуре человек не всегда властен над своими мыслями. Поэтому следует тщательно промыть после ухода гостей посуду проточной водой, протереть влажной тряпкой пол, чтобы убрать любую, пусть даже случайную, отрицательную информацию. Во время влажной уборки можно мыть пол или протирать пыль приговаривая: «Смываю грязь и все плохое, а в доме остается здоровье и счастье». Вода может смывать чужую информацию независимо от того, думаем мы об этом ее качестве или не думаем. Вода очень быстро и сильно воспринимает человеческие мысли и перезаряжается на целебную для человека энергию. Например, если у вас были гости, или просто человек похвалил вашего ребенка, и вы боитесь, чтобы он не сглазил его, выкупайте ребенка в теплой проточной воде. Этим вы защитите энергетическое поле ребенка от плохой чужой энергии.

К магическим действиям относится и умение очищать одежду от накопленной отрицательной энергии. Причем это не просто стирка, а полоскание белья в проточной воде.

Полоскание в стиральной машине нужного эффекта не даст из-за отсутствия стока воды, уносящей ненужную информацию с одежды или белья, которые вы полощите. Специалисты также не советуют надевать без предварительной стирки купленную или подаренную вещь или одежду, так как нет никакой гарантии, что ее до вас никто не держал в руках, и не оставил на ней ненужную вам энергетическую информацию.

Но вода может не только приносить пользу. Она может и вредить человеку. Это так называемая «мертвая» вода. Наиболее яркими представителями такой воды являются стоячие водоемы — пруды и озера, практически сплошь заросшие растительностью. Такие водоемы забирают у живых организмов энергию для продления своего существования. По этой же причине не советуют держать в доме картины, рисунки, фотографии с изображением заросших озер и болот, поскольку они также обладают подобным действием. Правда, это еще не доказано наукой, поэтому отнеситесь к этой информации обыкновенно, как к информации, пригодной для ее разгадки.

Знания о применении чудесных свойств четырех стихий — Огня, Земли, Воды и Воздуха передавались из поколения в поколение, на основе этих знаний создавались традиции и приметы. Например, из далекого прошлого перешла к нам традиция после купания ребенка окатывать его водой и приговаривать: «Как с гуся вода, с лебедя вода, так с (называется имя мальчика или девочки) — худоба». Эта традиция несет в себе глубокий смысл: вода способна смывать с тела не только грязь, но и плохую энергию. Поэтому после душа человек становится бодрее, здоровее. Ведь слово «худоба» — раньше означало более широкое понятие: худое, значит плохое, оно объединяло собой все плохое, а не только отсутствие нормального физического веса человека. Проточная вода запоминает и уносит все — грязь, усталость, накопившуюся отрицательную энергию — и вашу и чужую. Она выравнивает течение энергии в энергетических каналах тела, помогает сбалансировать биополе. Таким же образом она очищает одежду при стирке и дом при уборке. Не забывайте мыть зеркала, потому что они могут долгое время помнить ваше плохое настроение, вредя вашему здоровью.

Вода информационная (заряженная)

Из всех веществ, находящихся на земле и в недрах ее только вода встречается во всех трех состояниях — твердом, жидком и газообразном. При этом большинство ее свойств не вписываются в общие физические принципы. И лишь на рубеже XXI века главная тайна воды была разгадана. Пытливый ум японского ученого доктора Имато Масару натолкнул его на мысль изучить строение кристаллов воды, взятой из разных мест Земли. Мысли об этом пришли к ученому не сами по себе, и не вдруг. Он наблюдал за строением снежинок, изучал труды других ученых на эту тему. Еще задолго до опытов, проведенных доктором Имато Масару, французский ученый Жак Бен-венист в 1988 году предпринял эксперимент, целью которого было исследование основных принципов гомеопатии. Он раз-6-8605 вел лекарство водой настолько, что его уже было невозможно обнаружить клиническими методами. И все же, отвергая все законы логики, ученый обнаружил, что этот раствор оказывает на больных такое же действие, что и неразведенное водой лекарство. Из этого опыта он сделал предположение, что лекарство передало свою информационную структуру воде, в которой его разводили. Жак Бенвенист отправил отчет о своих опытах в английский научный журнал «Нэйчер», где только через год они были напечатаны. Но в комментариях его выводы были раскритикованы, как не имеющие физического обоснования. Эти открытия так и до сих пор бы пылились где-нибудь в архивах, если бы не доктор Масару. Он решил продолжить опыты своего французского коллеги, замораживал воду, а затем изучал кристаллы под сильным микроскопом, имевшим встроенную фотокамеру. Первое фото кристаллов появилось только через 2 месяца непрерывных опытов, проб и ошибок. Но зато какой это был снимок. На фото был запечатлен прекрасный шестиугольный кристалл. Этот метод дал возможность увидеть воздействие на молекулярную структуру воды энергетических вибраций человека — мыслей, слов и музыки. Результат заинтересовал ученого. Он обнаружил, что кристаллическая решетка загрязненной воды имеет нарушенную и случайным образом сформированную структуру. Вода же из горных потоков и ключей была прекрасно сформирована геометрически.

Когда были обнародованы снимки японского ученого, московские журналисты старшего поколения вспомнили, что лет 40 тому назад по редакциям газет и журналов ходил рабочий московского зоопарка Козлов, который утверждал, что сделал новое открытие. По его словам, вода в зоопарке запоминает изображения, относящиеся к тому или иному зверю.

Над ним, естественно, посмеивались, а он продолжал утверждать, что если воду, стоявшую в клетках слона, льва или крокодила, при морозе вылить на стеклянные пластинки, на них появляются странные изображения. Застывшая вода, взятая из клетки слона, неизменно воспроизводила широкие листья какой-то пальмы, из клетки льва — тоже листья, но узкие и длинные, а отражение крокодила напоминало тюремную решетку.

О том, что вода имеет определенную структуру, изменяющуюся под химическим, электромагнитным, механическим и др. воздействиями, задолго до выводов Масару утверждал и заведующий лабораторией научного обоснования традиционных методов диагностики и лечения Института традиционной медицины Минздрава РФ Станислав Зенин в своей диссертации. Однако он не смог установить какими конкретно способами можно воздействовать на воду, поскольку не имел для этого технической возможности. Даже очень дорогая и сложная техника, которой он мог воспользоваться, не давала ответа на этот вопрос. А чтобы получить такие изображения кластеров — а они размером в доли миллиметра, — требовалась совершенная техника.

Масару смог получить этот результат, так как имел большие возможности. Конечно же, кроме совершенной техники нужен еще талант и трудолюбие. И у Масару это было. Ученый давал воде «прослушивать» мелодии Моцарта, Бетховена и Баха и тяжелого рока, после чего жидкость замораживал и получал изображение. Выяснилось, что оно у каждой мелодии индивидуальное. И, по утверждению Масару, во всех экспериментах каждое из них точно повторяется. Снимки, полученные после прослушивания классических мелодий, получались всегда красивыми, гармоничными и строго симметричными. Но вот снимки тяжелого рока красотой не блистали — это был сплошной беспорядок, свалка мусора. Продолжая свои опыты, Масару оборачивал бутылки с водой бумажной лентой с написанными на ней различными фразами. Слова на листе он обращал в сторону воды. Изображения слов «благодарю», «красота», «любовь», «душа», «ангел», «мать Тереза» состояли из прекрасного орнамента. Тогда как изображения слов «мне больно», «ты дурак», «Адольф Гитлер» или «я тебя убью» и им подобные напоминали изображение тяжелого рока. Судя по тому, как вода отреагировала на слова «Адольф Гитлер» или «ты дурак» можно сделать предположение, что вода запоминает не только ритмы слов, но и их смысловое значение и даже эмоции.

Снимки Имато Масару дают возможность объяснять многие удивительные, непонятные явления. Например, ученые давно заметили, что классическая музыка способствует ускоренному росту растений, увеличивает надои молока у коров.

Зато современные ритмы оказывают на них угнетающее воздействие. Теперь эти феномены становятся понятными, если учесть, что все живое на 80% состоит из воды. Этому же закону, скорее всего, подчиняются и наговоры, применяемые в народной медицине. Может быть, их слова и ритмы меняют структуру воды в организме?

Оказалось, что вода состоит из микроскопических кристалликов в форме ромбовидного многоугольника размером 20х20х30 ангстрем (ангстрем равен 1 десятиллионной доле миллиметра). В обычном, жидком состоянии — от 0 до 100 °C — вода состоит именно из таких структурных элементов, в каждом из которых содержится 912 молекул. Структурные элементы в свою очередь объединены в более крупные образования — ячейки размером полмикрона (микрон — тысячная доля миллиметра), которые удалось увидеть только на контрастно-фазовом микроскопе. Российские ученые также обнаружили, что в одной водной ячейке находятся 44 000 различных образований — так называемых «информационных панелей». Каждая из таких панелей устроена по-своему и, как рецептор в живой клетке, отзывается на то или иное внешнее влияние. Одно конкретное воздействие на воду затрагивает лишь какую-то часть «информационных панелей», другое внешнее вмешательство вызывает ответную реакцию у совершенно других панелей. При этом различные панели начинают взаимодействовать между собой, приводя воду к совершенно новому состоянию, организуя молекулу воды в некую иерархически организованную среду. Фактически это — готовая живая клетка. Каждая ячейка, из которых состоит вода, представляет собой миникомпьютер. А поскольку человек состоит из воды почти на 80%, то в его организм в основе своей построен по принципу этого биокомпьютера с запоминающим и ретранслирующим устройствами.

Продолжая мысль, можно предположить, что человек, состоящий из воды, представляет собой программируемую систему. Любые внешние факторы, в том числе и общение людей друг с другом меняют структуру и биохимический состав жидких сред организма. Это происходит на клеточном уровне, программируется даже сама молекула ДНК

вплоть до полного ее разрушения. У каждого человека своя индивидуальная программа, и нарушение в этой программе приведет к будущим болезням. Внутри нас текут реки и ручейки. А сами мы — не что иное, как система сообщающихся сосудов, по которым движутся потоки разнообразных жидкостей, взаимодействующих между собой. Наша жизнь поддерживается химическими реакциями в водном растворе поступлением питательных веществ в клетки через межклеточную жидкость и удалением отработанных продуктов через нее же. Значит, мы можем превратить Жидкости своего организма в целебные. Теперь мы знаем, что вода обладает информационной памятью. Она запоминает как частоту излучения каждого органа в теле человека, так и частоту излучения каждого вируса и бактерии, находящихся в организме. Все виды этих излучений «записываются» на молекулах воды. Само же это излучение обладает таким свойством, что при встрече (накладывании) двух излучений — излучения болезни и излучения воды с записью противодействия этой болезни — от одного и того же источника, они взаимно поглощаются (уничтожаются). Отравленная вода «помнит» обо всех ядовитых процессах, тяжелых металлах, ядрах с которыми имела контакт. При попадании в организм такая вода, рано или поздно, вызовет разные виды болезненных реакций. Стереть предыдущую информацию очень трудно. Но, как недавно выяснилось, процесс замерзания стирает предыдущую информацию с воды: Когда вода полностью замерзнет, а затем оттает, она становится чистой в информационном смысле.

Структурные элементы воды почти не меняются при кипении. А при замерзании молекулы кристаллизуются и превращаются в структурированный лед. При этом в самих кристаллах воды происходит непрерывное движение. В тоненьких «трубочках», в которых вода еще не замерзла, устанавливается такая же циркуляция, как в организме животных или стебле растений. Анализ показал, что и у младенцев, и у детенышей животных клетки содержат особым образом структурированную воду. Если рассмотреть ее под микроскопом при увеличении в 20 тысяч раз, можно увидеть структуру, напоминающую «снежинки». Эта вода получила название кластерной. Доказано, что она оказывает мощное оздоравливающее воздействие: выводит токсины из клеток и замедляет старение.

Структура воды меняется, если на нее воздействовать различными способами химическим, электромагнитным, механическим, и... информационным. Под этими воздействиями ее молекулы способны перестраиваться, и таким образом запоминать любую информацию. Феномен структурной памяти позволяет воде впитывать в себя, хранить и обмениваться с окружающей средой данными, которые несет свет, мысль, музыка, молитвы или простое слово. Чистотой собственных мыслей и слов человек способен сохранить или поправить собственное здоровье и очистить окружающую среду.

Известно, что святая вода не портится и обладает целебными свойствами. По старинным рецептам самые трудные болезни лечатся святой трехзвонной водой. Это святая вода, взятая из трех церквей, расположенных так, чтобы звон одной не был слышен от другой. Ее набирают при полном молчании, а потом сливают вместе. Человек, несущий такую воду не должен ни с кем из встречных разговаривать, иначе целебная сила может уйти.

В лаборатории профессора Павла Госькова были проведены физический и биологический анализы святой и простой водопроводной воды. Затем святая вода добавлялась в обыкновенную в сосуды разной емкости в соотношении 10 г на 60 литров. Окончательный анализ показал, что обычная вода превращалась в святую по своей структуре и биологическим свойствам. Подобно тому, как каждая живая клетка хранит в себе сведения обо всем организме, каждая ячейка воды способна хранить в себе информацию обо всей нашей планетарной системе. Изменение информационной структуры воды производится с помощью зарядки. Зарядание воды энергией и целительной информацией может производиться от минералов, жидкостей, растений, органических или неорганических веществ, различных объектов искусственного или природного происхождения, а также от живых организмов. В той или иной степени заряжать воду может каждый, — это зависит от умения концентрировать собственные мысли.

Один из способов зарядки воды предлагает В. Соколинский. Он советует налить в банку максимально чистую воду (родниковую или минеральную), положить на дно любой серебряный предмет (ложку или кольцо) на 24 часа, затем поставить банку на одну руку, а другой рукой начать выполнять прессовые движения, словно стремясь сжать воздух и втолкнуть его в заряжаемую воду. При этих манипуляциях надо мысленно

определиться, какую силу мы хотим растворить в этой воде, чем ее наполнить. Мысли могут быть направлены на увеличение жизненной энергии, лечение конкретного заболевания, очищение организма и т. д. При концентрации положительной мысли,

происходит превращение энергии мысли в материальное состояние. Используя заряженную таким образом воду (внутри или наружно), возвращаем наговоренную энергию себе или тому человеку, которому оказываем помощь. Это происходит потому, что болезни, как и все во вселенной, тоже имеют свои вибрации (волны). Действуя на болезни противоположными волнами, можно разрушать болезни и оздоравливать организм. Не только речью человека и его мыслями заряжается вода, но и музыкальными звуками. Хорошая, положительная музыка (классическая, народная) активизирует работу иммунной системы организма, тяжелая, нервная (тяжелый рок, рэп) угнетает психику и нервную систему.

Проверить это ученые решили на воде и растениях: дали воде и растению (отдельно) прослушать классическую, народную, популярную мелодии и тяжелый рок. Как растения, так и вода положительно отреагировали на классическую и народную музыку (энергетический потенциал растения и воды возрастал), безразлично отреагировали на популярную и стали разрушаться от действия тяжелого рока. По аналогии с водой, можно проследить деятельность крови, поскольку кровь преимущественно состоит из воды, но вдобавок имеет те же генетические клетки, ту же программу, что и все остальные клетки организма. Как ни странно капля крови, взятая у больного человека, синхронно меняется с состоянием здоровья этого человека, будь она хоть и высушенной, хранись она хоть годы и охраняйся строжайшим образом от внешних воздействий. Вибрации человека, у которого была изъята кровь совпадают с вибрациями этой крови, даже если она в данный момент и не находится в человеческом организме. Таким образом, по состоянию изъятой крови можно определять на расстоянии состояние здоровья человека, у которого эта кровь была изъята. Это явление было выявлено не вдруг и не сразу, а в результате довольно продолжительных наблюдений и многочисленных опытов. И не в отдельно взятой стране, а в разных землях, зачастую не снизанных между собой подобной информацией.

В одной из закрытых лабораторий в Германии в 60-х годах прошлого века произошел случай, послуживший поводом для изучения новых свойств воды. Лаборантка случайно уронила в сосуд с дистиллированной водой запаянную ампулу с сильно действующим ядом. Желая скрыть свою оплошность, она оставила ее в воде и решила подождать, когда все сотрудники уйдут. За делами она забыла об этом и только через несколько дней ампулу обнаружили. Воду подвергли самому тщательному химическому анализу — она оказалась абсолютно чистой. На всякий случай ею решили напоить лабораторных крыс. Через некоторое время крысы лежали мертвые, каким-то образом вода приняла смертельные свойства яда, не соприкасаясь с ним.

Позже ученые смогли доказать, что вода даже после полной химической очистки сохраняет информацию обо всех веществах, находившихся в ней в виде электромагнитных колебаний, и эти колебания могут быть благотворными или отравляющими для любого организма. На основании этих наблюдений современные ученые приходят к выводу, что вода проявляет себя как живая субстанция. Это состояние позволяет воде принимать на себя, запоминать и отражать информацию.

В истории человечества существует множество примеров, связанных с воздействием человека на воду и описанных современниками со всей тщательностью. Так в XVI веке на границе Франции и Испании, в замке графа Де Мюрей, произошло странное событие. В источник, который граф считал своим, залезла грязная старуха, желая напиться. «Как, — возмутился граф, — в мой источник? Вон!» В ответ нищенка только усмехнулась и стала шептать над водой непонятные слова. Раздраженный, но испуганный граф приказал своим слугам отвести старуху к инквизиторам, и через несколько дней ее сожгли на костре, обвинив в колдовстве. Сам же граф стал чахнуть и умер. Стали поговаривать о проклятии старой ведьмы. Долгое время люди так и считали, из-за ничтожно малых знаний об информационных свойствах воды.

В современных условиях ученые провели эксперимент по воздействию человека на свойства воды. Целительница, мысленно перенесла болезнь реального человека на структуру воды, приготовленной для эксперимента. После этого в приготовленную воду поместили инфузории (сперостоуны), и эти сперостоуны немедленно были парализованы. Многократно повторенные опыты только подтвердили первоначальные выводы ученых. Это лишний раз говорит о том, чтобы мы очень аккуратно относились к своим словам. Существует же русская пословица «Слово не воробей, вылетит — не поймаешь». Но злое слово — это уже стервятник, который может уничтожить. Человек своими словами, мыслями способен отравить не только себе жизнь и здоровье, но и все вокруг, что содержит в себе хоть каплю воды. Можно себе представить, как загрязняют общую энергоинформационную среду постоянные сцены насилия, порнография, криминальные действия и военные

конфликты. И вода все это запоминает. Даже если это демонстрируется в кино или телепередачах, все равно порождаются и остаются те мысли, которые запоминаются этой информационной средой. Такие поступки и мысли, существуя в обществе людей, потом будут оказывать отрицательное воздействие на нашу жизнь, на нашу духовность. Своими словами мы способны программировать себя и окружающих на добро или зло. Ученые подтвердили и это, утверждая, что такие ощущения, как резкая усталость, беспричинная агрессия, аморальное поведение, дурное настроение и даже многие болезни могут стать последствиями отрицательного биоинформационного воздействия со стороны других людей. Более того, через общее энергоинформационное поле вода сохраняет связь с человеком, воздействующим на нее, на каком бы то он расстоянии ни находился. Если с ним что-нибудь случается, то и в структуре воды тоже происходят изменения. Если же воздействовать на воду, которая запомнила влияние конкретного человека, то и в его поведении и здоровье тоже будут происходить изменения. Этим объясняются некоторые тайны черной магии, когда производились манипуляции с жидкостями человеческого организма, лимфой, кровью, слюной. На этой основе, используя древние знания и даже не догадываясь о методах передачи информации через жидкости, некоторые религии запрещали и сейчас еще запрещают переливание крови, интуитивно опасаясь того, что каким-то образом донор и пациент могут быть взаимно связаны. Кровь отражает свойства того источника, из которого она была взята. Поэтому при переливании кровь от одного человека передаст другому свою информацию, и может статься, что вместе с нею передается и судьба донора на больного человека. Хорошо, если эта судьба благоприятная и счастливая. А если нет? К счастью природа предусмотрела способы очищения воды от энергетического мусора и энергетического зла. Память воды стирается, если воду сначала испарить, а затем сконденсировать ее, или если ее заморозить, а потом оттаять. Возвращаясь дождем и спускаясь с тающих ледников, вода освобождает себя от информационной грязи, давая человечеству очередной шанс осознать свою роль на Земле. Вода помогает нам ясно увидеть, что чистотой собственных мыслей и поступков человек способен поправить собственное здоровье и очистить окружающую среду. Так мудрость древних находит в наше время свое научное подтверждение.

Заговоренная вода

Самой распространенной и древнейшей из всех видов лечебной магии у русских была магия слова. Особой силой пользовалось слово заговорное. В народе считалось, что слово заговорное может управлять стихиями природы, делать человека счастливым, давать ему здоровье, успех в помыслах и в то же время подвергать его бедствиям, зажигать любовь и охлаждать чувства, превращать людей в животных, деревья и камни. В качестве инструментов в своих ритуалах и обрядах наряду с хрустальным шаром, магическим зеркалом, деревьями, травами, цветами, отдельными предметами колдуны и ворожеи считали воду. Ее использовали при различных заболеваниях, при снятии порчи, сглаза, «выливания испуга». Вода почти всегда присутствовала при успокоении различной боли.

В могучую силу воды верили многие народы: в древней Норвегии, чтоб сохранить жизнь новорожденному, его обливали водой. Для предотвращения влияния злых духов при выходе из дома окропление водой совершали персы. В Индии вода считалась эликсиром жизни. Русские волхвы, ведьмы, знахари и ворожеи искренне верили, что вода — это хранилище информации. Она может предсказывать будущее, хранит память о прошлом, она способна лечить и наводить заклятия. Это имеет научное обоснование. Звуковые вибрации способны изменять вибрации воды организма (в ту или другую сторону), или воды в емкости. Частота звуковых колебаний любой молитвы, любого заговора, произнесенных на любом языке, равна 8 Гц (герц), что соответствует частоте колебаний электромагнитного поля Земли. Поэтому молитва или добрые, хорошие слова формируют в воде, входящей в состав любых продуктов, или просто в воде, налитой в сосуд, гармоничную структуру, за счет особого структурирования водяных кластеров. Кроме того, структурированная таким образом вода, является еще и «заряженной», то есть полностью структурированной. Разведение такой воды даже в соотношении 10 г на 60 л, превращает весь объем мгновенно в такую же заряженную воду. При очень сильных разбавлениях, память воды начинает влиять сильнее, чем при малых разбавлениях.

Звук, как и мысль или намерение, запоминается водой и остается в ней особым строением ее кристаллов. Ученые обнаружили, что наследственная информация в ДНК записана по тому же принципу, который лежит в основе всякого языка. Также экспериментально доказано, что молекула ДНК обладает памятью, которая может

передаваться даже тому месту, где раньше находился образец ДНК. Перед любым своим магическим ритуалом или действием колдун совершал специальное омовение в заговоренной воде. Как показывает многовековая практика и последние опыты ученых различных стран, вода становится заговорной только после воздействия на нее силы или энергии слова. Под действием добрых слов из молекул воды образуются структуры, по форме и свойствам похожие на молекулы наследственности — ДНК здорового человека. Следовательно, произнеся слова благословения и добра, мы оздоравливаем сами себя и окружающих. С другой стороны, произнося проклятия и ругательства, человек может изменить форму и строение воды, превратить ее в яд со всеми вытекающими отсюда последствиями. Но у ругательств и проклятий имеется и другая сторона — они рикошетом попадают в своего хозяина, принося ему боли и страдания. Дотошные ученые и любознательные люди и это смогли доказать своими экспериментами.

Московские исследователи под руководством кандидата биологических наук П. П. Гаряева создали прибор, который моделировал действие проклятий. Для этого исследователи взяли семена растения ара-бидопсис. Результаты опытов очень удивили ученых своей необычностью. Воздействие на семена проклятиями было подобно облучению в 40 тысяч рентген. От такой чудовищной «дозы» распались цепочки ДНК, рассыпались хромосомы и перемешались гены. Большинство семян погибло, а выжившие подверглись мутации настолько, что стали тяжело болеть и преждевременно погибать. И что самое интересное — результаты экспериментов совершенно не зависели от громкости произнесенных слов. Эффект вызвала не сила звука, а смысл сказанного — резко отрицательное отношение к растению. После проклятий ученые решили испытать на растениях воздействие добрых слов — результат получился потрясающий. Зерна пшеницы, получившие дозу 10 тысяч рентген, в которых порвались и перепутались ДНК, хромосомы и гены, взошли и стали нормально развиваться. Хотя в контрольной группе большинство семян погибло.

Подобный эксперимент провели преподаватели и школьники школы № 28 г. Кирова. Они засыпали в 9 горшков одинаковую землю и посадили в нее семена томатов. Часть семян они поливали освященной водой, часть — водопроводной, некоторое количество — заговоренной водой. Заговоренную воду тоже разделили на 2 части: на одну наговаривали добрые и ласковые слова, на другую грубые и неприятные. Больше всего семян взошло там, где поливали освященной водой, а меньше всего — в земле, политой водой из водопровода. В горшке, землю которого поливали «доброй» водой, взошло 3 семени, в другом, землю которого поливали «злой» водой не взошло ничего. Слушая это можно засомневаться — растения ведь не человек. Но ученые установили, что генетические аппараты всех живых существ работают по универсальной системе. И одинаковые воздействия вызывают похожие изменения в организмах людей, животных и растений. Поэтому проклятия могут повреждать и генетический аппарат людей. К счастью, нормальный человек, произнося много добрых слов, нейтрализует действия злых — «черных».

Освященная вода

Разновидностью заговоренной воды можно считать и освященную воду, поскольку на оба этих вида воды воздействуют голосом, чувствами и мыслями. Многие из древних водных обрядов разных народов мира дошли до наших дней, перейдя в христианство и другие современные религии.

Чистый четверг, Пасха — молодые люди обливали друг друга водой, «чтобы люди были здоровыми, как вода».

Юрьева роса (Юрьев день — 6 мая) считалась очень полезной, так как ее посылал на Землю сам святой Георгий. Роса собиралась и хранилась вместе со святой водой, как лечебное средство.

В Рождество во время ужина старались не пить воды — чтобы летом не мучила жажда.

Освященная в Крещение (19 января) вода, по поверьям, обладает чудодейственной силой.

После праздника пророка Ильи (2 августа) купания в открытых водоемах запрещались (может еще и потому, что в жаркий август происходит активное размножение в них патогенной микрофлоры).

Христианская церковь, основываясь на библии, объясняет появление водных ритуалов в христианстве следующим образом. По их мнению, вода не всегда нуждалась в освящении. Были времена, когда все на земле было чисто и свято. Живя в этом гармоничном, райском окружении, человек, по планам божьим, должен был быть бессмертным, поскольку «смерти

Бог не сотворил» (Прем. 1,13). Но человек сам, через общение с духом нечистым принял в свою душу семя нечистоты. И тогда Дух Божий отступил от нечистого создания (Быт. 6,3). И после этого все, к чему прикасались руки грешников, становилось нечистым, все делалось орудием греха, а потому лишалось благословения Божия и подвергалось проклятию. Тогда воду стали освящать служители церкви, Они утверждают, что освященная служителями церкви вода очищает верующих людей от духовных скверн. По их утверждению, святая вода в таинстве крещения омывает греховные нечистоты человека, обновляет и возрождает его в новую жизнь, уже в качестве христианина. Святая вода обязательно присутствует при освящении храмов и всех предметов, употребляющихся в богослужении, при освящении - жилых домов, построек, любого бытового предмета.

По поводу лечения святой водой болезней священнослужители советуют пить ее только натошак с верой и молитвой. Святая вода гасит пламя страстей, отгоняет злых духов — вот почему окропляют святой водой жилище и всякую вещь, которую освящают. Но они относят это только к людям верующим. Человеку, не исповедующему религии, получается, святая вода не поможет. А как смотрят на это представители научных кругов? На то, что святая вода может не портиться месяцами, а то и годами, что пасхальные яйца тоже не подвержены гниению и по другим вопросам. Приведу здесь вкратце ответы Валентины Харитоновой — ведущего научного сотрудника Института этнологии и антропологии РАН. Она напомнила, что продукты портятся в результате деятельности гнилостных бактерий, разлагающих органические вещества: белок яйца, мяса и т. д. Стало быть, гниение может быть только там, где, во-первых, есть гнилостные бактерии и, во-вторых, где есть благоприятные условия для развития их деятельности. Если для примера взять воду из реки или озера, то в каждой ее капле можно обнаружить под микроскопом десятки тысяч различных мельчайших микроорганизмов. И, естественно, если хранить ее в теплом месте, она вскоре испортится, протухнет. Если же взять воду из родника, где почти нет микроорганизмов, то она может долго не портиться. А потом, вода освящается преимущественно в зимний период времени. Но ведь именно зимой вода в реке бывает чище всего: она не загрязняется со стороны и в холодной воде плохо развиваются микроорганизмы. Вот почему вода, взятая зимой из реки, будь она «освященной» или «неосвященной», хорошо сохраняется. Любая чистая вода продолжительное время будет оставаться свежей, если будет храниться в чистой, плотно закупоренной посуде, то есть так, как хранят обычно «святую» воду верующие. Если оставить обычную или «освященную» воду открытой, то в нее из воздуха могут попасть микроорганизмы, растительные споры, они быстро разовьются, и тогда уже ничто не спасет воду от порчи. К тому же, «святая» вода в церкви хранится в серебряных сосудах, а иногда в нее кладется еще и серебряный крест. А некоторые металлы, в том числе серебро, обладают свойством очищать воду.

Ученые заражали воду большим количеством болезнетворных бактерий (возбудителей брюшного тифа, дизентерии и т. д.), а потом насыщали серебром — 0,5 мг на один литр воды. Однако этого было достаточно, чтобы уже через полчаса вода становилась стерильной, чистой, обезвреженной. Вводимые впоследствии в эту воду микроорганизмы погибали. Подобными «святыми» свойствами обладают и некоторые другие вещества, например дубильные, находящиеся в вербе. Поэтому если поместить веточку обычной, «неосвященной» вербы в стакан с водой, то тем самым тоже можем получить долго не портящуюся воду.

Теперь о пасхальных яйцах. Портятся они или нет? Случалось, когда верующие, чтобы доказать, что «освященные» яйца не портятся, клали их даже за икону, а через год или два разбивали. Яйца, как правило, оказывались испорченными. Но это не значит, что «освященные» пасхальные яйца не могут сохраняться дольше, чем обычные. При определенных условиях они могут храниться довольно продолжительное время. Одно из условий — окраска яиц луковичной шелухой или особыми красками. А во время их окраски и хранения создаются такие условия, которые препятствуют быстрому разложению продукта. Однако такое «освященное» яйцо сохраняется не дольше, чем «неосвященное», приготовленное тем же способом и сохраняющееся в точно таких же условиях.

Домохозяйки знают немало способов сохранять яйца свежими в течение длительного времени, не пользуясь никакой божественной силой. Для этого они, например, покрывают скорлупу яйца жиром, то есть замазывают мельчайшие отверстия, имеющиеся в скорлупе, через которые в яйцо могли бы попадать микроорганизмы. То же самое делают нередко и с пасхальными крашеными яйцами. Кроме того, известно, что в луке, как и в его шелухе, находятся особые вещества — фитонциды, которые сковывают развитие и деятельность микробов. Эти вещества могут проникать через мельчайшие, невидимые простым глазом

отверстия в скорлупе яйца при его окраске. А покрывая поверхность белка, они могут создать неблагоприятные условия для гнилостных бактерий. Для проверки можно разбить скорлупу у любого яйца («освященного» и «неосвященного»), разрушить поверхность белка и положить его в теплое влажное место, то есть создать благоприятные условия для развития и деятельности гнилостных бактерий. Яйцо быстро испортится.

То же самое относится и к крещенской воде. Крещение отмечается православными христианами 19 января и считается одним из великих церковных праздников, установленных в память о том дне, когда, согласно Библии, Иисус Христос пришел на реку Иордан к Иоанну Предтече креститься от него. Особенностью праздника являются два великих водоосвящения. Одно совершается в сочельник (вечер накануне Крещения) в храме. Другое проводится в день праздника под открытым небом, по возможности — у источника воды (реки, озера). При этом если вода замерзла, в ней заранее выдалбливают прорубь. По церковному уставу этот обряд сопровождается чтением молитв и троекратным погружением креста в освящаемую воду, после чего считается, что она наделяется особой целительной силой.

Однако, обращаться с крещенскими процедурами надо, соблюдая определенные правила — на Бога надейся, а сам не плошай. Нельзя нырять в прорубь без предварительной подготовки, даже, если и говорят, что нет вернее способа оздоровиться. Действительно, при погружении в ледяную воду происходит спазм капилляров и периферических сосудов тела. Кровь устремляется к сердцу и мозгу, стимулируя работу этих органов, но следом за этим у неподготовленного человека могут случиться: сердечный приступ из-за спазма сосудов, судороги, быстрое развитие пневмонии. Потому людям с заболеваниями сердца и сосудов, гипертонии в период обострения, нарушениях мозгового кровообращения, эпилепсии, склонности к судорогам, воспалениях почек и бронхо-легочной системы, проблемах с щитовидной железой, инфекционных болезнях, а также после употребления алкоголя категорически нельзя лезть в прорубь. Для здорового человека нет ничего страшного, если он искупается в проруби.

Для повышения собственной «морозоустойчивости» можно за 1,5-2 часа до плавания съесть 1 столовую ложку рыбьего жира с ломтиком хорошо посоленного черного хлеба или кусочком лимона. Перед погружением постепенно охладиться: сначала снять верхнюю одежду, через несколько минут обувь, затем раздеться по пояс и только потом зайти в воду. А перед купанием неплохо было бы растереть тело любым жирным кремом или оливковым маслом. Находитесь в воде надо не дольше 1-2 минут. Выйдя, растереться махровым полотенцем и быстро одеться в теплую одежду и уйти в теплое помещение, где уже можно выпить рюмку коньяка или бокал подогретого вина (лучше церковного Кагора).

Лечебные свойства заговоренной воды

Можно ли лечить болезни заговоренной водой? Можно ответить как положительно, так и отрицательно, все зависит от того, кто это лечение проводит. Если это опытный практик, обладающий силой, знанием и умением «заговаривать» воду, лечить ею и излечивать, то, конечно, вода в этом случае может иметь лечебные свойства. Роль в данном случае принадлежит определенным физическим полям и психическим состояниям, с помощью которых человек может оказывать на других воздействие. Механизмы этого воздействия пока недостаточно еще изучены.

Ученые выяснили, что во время заговаривания текст играет не самую главную роль. Хороший экстрасенс, работая с пациентом, может обходиться и без слов. Более того, некоторые экстрасенсы умеют работать на расстоянии, ставить диагноз и оказывать воздействие по фотографии. Но тексты заговоров также выполняют свою роль, они помогают самому заговаривающему ввести себя в такую стадию измененного состояния сознания, в которой можно оказывать воздействие на пациента. Кстати; настоящих заговорных текстов среди тех, которые опубликованы в популярной литературе или трудах фольклористов, очень мало. Как правило, колдуны и бабки свои «работающие» заговоры никому чужому не передают или утаивают самые важные слова — по разным причинам. Молитва, как один из способов воздействия словом, приближает человека к его бессознательному разуму или подсознанию. Ритм молитвенных чтений, распев, чередование слов и песнопений вводят людей в неглубокую стадию измененного состояния сознания. Мозг начинает работать иначе. Это, естественно, может оказывать влияние на состояние организма в целом и производить лечебный эффект. Читая молитву над психически или душевно больным человеком, священнослужитель настраивает ритмы его мозга и вытаскивает человека из бессознательного состояния.

Исцеление заговорами и молитвами вполне реальная вещь. И спецподразделениях российских войск тренируют бойцов, чтобы они слышали звуки, которые ухо обычного человека не воспринимает. Чтобы они чувствовали тепло, исходящее от тела противника, и, даже если его не видно и не слышно, стреляли в сторону теплового излучения и попадали в цель.

Наш организм — это приемно-передающее устройство. Вокруг нас огромное количество всяких волн: радио-, электромагнитных, тепловых, животного магнетизма... И все их мы излучаем и воспринимаем. Заговор, гипноз и молитва — это тоже определенное излучение энергии. Если экстрасенс, знахарь или священнослужитель владеет механизмами управления этой энергией, он вполне сможет активизировать биологическую энергию организма, привести в норму его химические реакции и излечивать определенные болезни (конечно, не всякие и не в любой стадии).

Сами слова молитв и заговоров имеют второстепенное значение. Главное — порядок, в котором они выстроены. Ритм, который они создают. Экстрасенсорные способности, как и любые другие, можно развивать. Но делать это на высоком уровне дано, к сожалению, дано не каждому. Одни более талантливы, другие — менее. Нередко за это дело смело берется кто попало, и даже психически больные люди. Чтобы в этом убедиться, можно открыть любую газету и посмотреть в раздел ее объявлений.

«Живая» вода

Для ее получения поставить на левую ладонь стакан воды, а правой кончиками пальцев водить по краю в направлении по часовой стрелке 7 кругов по 7 раз. Каждый круг продолжительностью примерно 1 минуту. При этом необходимо думать о том, от чего имеется желание избавиться самим или избавить другого. Заряженную таким образом воду поставить вечером на подоконник, а утром выпить ее или дать выпить больному 2-3 глотка. Причем, если воду пьет тот, кто ее заговаривал, ему надо постараться забыть или не вспоминать о вчерашней процедуре над водой, а если пьет кто-то другой, так он также не должен знать об этом. Лечение проводить ежедневно в течение месяца. Постепенно болезнь будет отступать.

Энергетическая вода

Для повышения уровня собственной внутренней энергии можно пользоваться следующими приемами.

1. Удобно сесть, расслабив мышцы тела и закрыв глаза.
2. Представить себя стоящим под холодным душем. Продолжительность — 3-4 минуты.
3. Наполнить стакан холодной водой на три четверти.
4. Представить себя стоящим обнаженным в этой воде (в уменьшенном виде).
- 5.левой рукой принимать космическую энергию — прану.
6. Посылать прану в стакан с водой щепотью правой руки. При этом мысленно наполнять воду требуемыми качествами. Продолжительность — 5—7 мин.

Заряженную таким образом воду пить надо не спеша, маленькими глотками, задерживая некоторое время во рту. Эффект заряженной таким образом воды (при достаточной силе биоэнергетика) проявляется немедленно.

«Пьяная» водица

Эту воду используют для снятия синдрома похмелья. Заряжать ее следует точно также как и «живую» водичку своей рукой, при этом, водя рукой по краю стакана, надо думать, что в нем находятся водка, вино или пиво — то, что пациент пил недавно. При питье такой воды ощущается вкус спиртного. После употребления 0,5 стакана «пьяной водицы», Отступает головная боль и другие признаки похмелья. Однако ни в коем случае нельзя злоупотреблять этим способом, иначе может произойти привыкание к алкоголю.

Техника заговора на воду

Конечно же, сильнее действует заговор, которому много лет, который использовался до этого не одной сотней людей. Если нет подходящего, то заговор составляют самостоятельно.

Лучше всего, если заговор будет проводиться на убывающую Луну. Для начала надо накопить в себе чистую, хорошую энергию. И с этой целью в течение 3 дней не есть сладкого и мясного, отменить на это время курение, употребление спиртных напитков и различные увеселения. Стараться меньше разговаривать и, ни в коем случае ни с кем не ругаться, не

выражаться нецензурной бранью, никого не обижать, не унижать и не проклинать. Приступая к приготовлениям, необходимо уединиться, отключить телефон, выключить телевизор. Приготовить ножницы, цветную бумагу, цветные карандаши (фломастеры, маркеры, краски), листы белой бумаги. Сесть за стол. Для начала нужно определиться, какой именно заговор нужен, и для какой конкретно цели. Предположим, нужно снять проклятие, а имеющиеся методы почему то не помогают. Снять проклятие — это значит убрать отрицательное, разрушающее и установить положительное, созидающее. С этой целью надо ясно представить себе один из самых счастливых моментов своей жизни, когда сознание было заполнено радостью собственной победы или подарком случая. Сохраняя в сознании это ощущение, нарисовать на листе любую картинку, отражающую это состояние. Психологи это называют ассоциациями. На этой картинке может быть что угодно: яркое солнце, сияющее над полем, птица в небе, журчащий ручей, очаровательный вид природы или красивая вещь, или еще что-то другое. Главное — это результат: что получится на бумаге или при помощи бумаги, то и будет правильно. Нарисованная картинка или сделанная вещь будет всегда освежать воспоминания о счастливом событии. Если заговор будет шептаться на утренней зорьке над водой (в ведре, в банке) он должен проговариваться с любовью и радостью в душе и без лишних мыслей в голове. Заговор будет примерно таким:

Уж я белая лебедушка (мужчины могут придумать для себя другую соответствующую ему птицу или животное) глазки открывала, поутру вставала, на крылышке пятнышко заприметила. К Небушку обратилась, Небушко мне ответило: Солнышком тебе посвечу, Водичкой ополещу, Звездами ясными оберег поставлю. Белой лебедушке слова Небушка любви дороги. Небушку я (имя) поклонилась (поклонился), перед людьми повинилась (повинился). И встали передо мной Солнышко красное, Звезды ясные и Водичка чистая. Солнышко мне посветило, судьбу мою озолотило, Сердечко зажгло, глазкам блёстки подарило. Водичка меня омыла, душу печаль-кручина отпустила, Перышки стали снова белые, все как хотела я! Звёздушки опоясали, на защиту встали.

Если в наговоре используется образ птицы, то можно себя явственно представлять этой птицей, а можно и оставаться самим собой. После этого надо просить небо, высшие силы, Бога, ангела о помощи (в данном конкретном случае — снятие порчи). Здесь не просто просится помощь у воды, но подкрепляется помощью звезд и солнца — покровительственного начала. Заговор будет сильнее, когда в нем присутствуют повторения слов или фраз. И, наконец, в словах необходимо указать результат всего процесса. При этом надо обязательно иметь в виду:

— чтобы снимать с себя или других отрицательные воздействия извне, желательно не иметь претензий к другим людям, непрощенных обид или невысказанных слов о прощении (что, кстати, всегда желательно);

— сетуя на свою судьбу или жизнь (которую действительно проклятие портит серьезно), успокоиться (успокоить душу), придать светлую окраску судьбе, душе и здоровью.

Весь заговор от начала отражает все выполняемые действия: встали на заре — заговор это отразил словами «солнышко посветило», облились водой — заговор это так же отразил. Когда солнце только начало вставать, звезды еще не все ушли — заговор это опять подтвердил. После такого отношения к заговору в подсознании окрепла уверенность в себе и в предпринимаемых действиях, появилась осознанность их схожестью с явью (представление полета к солнцу, разговора с ним, разговора с водой как с живым существом, победы над злом). А последние слова: «все, как я хотел (хотела)» добавляют уверенности и соответственно, силы, как самому заговору, так и тому, кто его будет применять. Заканчивается заговор примерно такими словами:

Звёздушки опоясали, на защиту встали.

Спасибо тебе, Небушко, спасибо тебе Солнышко.

Водичке низкий поклон, звёздушкам — память моя!

Теперь так будет всегда: перышкам лебедушки белеть,

Солнышку краснеть, звёздушкам — блеснуть!

Водичке плескаться — переливаться,

а лебедушке со счастьем знаться!

В данном случае, это не просто закрытие заговора, его окончание, но и искренняя сердечная благодарность силам природы за помощь, а это значит, что посланная нами благодарность, будет помниться ими всегда. Звезды, солнце и вода сохраняют свои качества, а с сохранением их идет и сохранение результата для «лебедушки». И, наконец, нужно запереть заговор и свои слова примерно следующими фразами.

Я (имя) сказала, Небушко накрыло, мою тайну сохранило.

Кто вздумает слова мои перебить,
тому под Солнышком долго не жить,
Того звёздushки заморочат, водичка обратно кляти вернет.
А лебедушка снова со счастьем об руку плывет.
На мой стишок замок, ключ водичка в океан унесет
На дно океана положит, камнем валуном укроет.
Как океан высохнет, так тот ключ и достанется.

А по тот день (имя) под Небушком ходит,
Солнцем освещается,
Водой оmyвается, звёздushками оберегается. Ныне и присно, и во веки веков. Аминь.

Последнюю фразу можно и по-своему произнести и закрепить в своем сознании картину положительного результата.

Заговор воды для умывания наркомана (читается самим больным).

Три речки, три воды, три живоносные сестры,
смойте, сполощите, очистите и угомоните во мне,
Божием рабе (имя), дурманную.

На небе три звезды, три святые души:

Бог Отец, Бог Сын, Бог Святой Дух. Аминь.

Пресвятая Троица, помоги, Богородица, благослови.

Святой рукой смой, сполощи дурманную.

Вода из земли вышла, пошла, мою душу грешную нашла.

Прими на себя, вода, дурманную.

Со мной Бог, со мной Отец, со мной Святой дух.

Во имя. Отца и Сына и Святого духа.

Ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Если нет никаких особых указаний, то заговоры нужно читать для женщин — в женские дни: среда, пятница, суббота, а для мужчин — в мужские дни: понедельник, вторник, четверг. При этом надо помнить, что заговоры нельзя читать ни в воскресенье, ни в большие праздники. В зимнее время заговоры необходимо читать в полдень или после заката (зимнее время начинается, когда осенью переводят часы, а заканчивается, когда часы переводят весной). В летнее время заговоры читают ранним утром (до восхода солнца) или с 12 до 2 часов дня. Все заговоры от болезней, порч, несчастий, неудачи и бедности читаются на убывающую луну, а заговоры на любовь, достаток, удачу — на растущую.

После каждого слова «аминь» необходимо креститься.

В старые времена знахари, целители и белые колдуны советовали особое внимание уделять защите ребёнка от сглаза (а более старших — и от порчи) в период с 13 по 19 октября. Именно в эту неделю Солнце находится в зодиакальном знаке Весов, открытом и гармоничном. На утренней или вечерней заре сходите к тому месту, где встречаются две реки. Можно и туда, где в реке есть островок, крутая излучина, или туда, где рядом располагаются несколько озёр, родников или колодцев. Идти туда и обратно нужно молча, а если по пути встретите знакомых, приветствуйте их только кивком головы или взмахом руки. Оглядываться тоже нельзя.

На реке три раза зачерпните воды, два первых раза выливая её из сосуда на берег. Третью воду несите домой, прочитайте над ней заговор, зачерпните её решетом и слегка обрызгайте ей малыша. Затем над этой водой снова прочитайте заговор, умойте и обрызгайте дитя и дайте ему пить понемногу.

ВОДОЗАЩИТА ОТ ГЕОПАТОГЕННЫХ ЗОН

Геопатогенные зоны (ГПЗ) — участки на поверхности Земли, где длительное пребывание приводит к расстройству здоровья и тяжелым заболеваниям. С точки зрения экологии ГПЗ представляют собой местные геофизические аномалии, вредно действующие на любые организмы: человека, животных, растения. Геопатогенные зоны представляют собой высокочастотное излучение с длиной волны, лежащей в дециметровом диапазоне. Они имеют свою характерную структуру и являются циркулярно-поляризованными. Различают геопатогенные зоны:

- естественные (месторождения различных руд, тектонические зоны, подземные водоносные жилы, разломы, пустоты и пр.);
- искусственные (шахты, метро, водопроводы, свалки, канализации и пр.);
- координатные или геопатогенные сетки — поля излучений, исходящих из водоносных жил и сбросов (глобальная сеть Хартмана, диагональная сеть Курри).

Причина повреждающего действия ГПЗ — «земные лучи», особое излучение, образующееся в местах пересечения подземных водных потоков с геологическими разломами и особыми энергетическими сетками, которые имеют название: сетка М. Кэрри (название по доктору Карри), сетка Э. Хартмана (название происходит от имени врача Э. Хартмана — руководителя института по геобиологическим исследованиям в ФРГ) и сеть Виттмана в некоторой литературе ее называют сеткой Швейцера. Геопатогенные зоны опасны еще и потому, что они невидимы, неосознаваемы, не имеют цвета и запаха. Более того, они не фиксируются традиционными геофизическими приборами. Люди издавна замечали, что в некоторых зонах их проживания или работы они, будто бы без всяких на то причин, умирали от рака из поколения в поколение. Такие зоны

'Водо^ащита от геопатогенных,JOHM 185

называли «раковыми», «проклятыми», «гиблыми» местами. О них рассказывали страшные истории. На самом деле смерть наступала по причине, связанной с действием опасного «земного излучения». Результаты исследований, проводимых учеными России, Франции, Бельгии, Австрии и др. показывают, что от 50 до 80% онкологических заболеваний связаны с тем, что люди длительное время проводили в местах воздействия геопатогенных излучений. Да и не только онкологических. Это нервно-психические, сердечно-сосудистые заболевания, нарушение опорно-двигательного аппарата, поражение суставов, рассеянный склероз, лимфогранулематоз, лейкоз, боковой амиотрофический склероз, нарушение мозгового кровообращения, мигрень, необъяснимое повышение температуры тела (даже до 39-40°), незаживающие трофические язвы, нарушение свёртываемости крови; астматические и другие заболевания у детей и взрослых обусловлены тем, что спальные или рабочие места людей находились в одной, или сразу нескольких геопатогенных зонах, ослабляющих защитные силы организма.

При длительном нахождении человека в геопатогенной зоне, через определенный период времени, но не дольше нескольких лет, у него обязательно возникает соответствующее этим зонам заболевание.

Лечение, даже у самого квалифицированного врача, остается безуспешным лишь по той причине, что больной, даже тщательно выполняющий врачебные предписания, вынужден быть изо дня в день в геопатогенной зоне, подрывающей его защитные силы и понижающей сопротивляемость организма. Лечить человека регулярно и долгое время находящегося в геопатогенной зоне дело бесперспективное. Поэтому, установив у пациента геопатогенную нагрузку надо в первую очередь вывести его из ГПЗ, изменить место сна, отдыха, работы и т. д., или их нейтрализовать.

Существуют многообразных методов защиты от геопатогенных «ш», начиная от простого смещения кровати от определенного вредного места до защиты путем установки вблизи этой зоны поглощающих материалов, защитных и отражающих покрытий. Но для этого, во-первых, надо знать точное расположение и границы геопатогенной зоны, а, во-вторых, пока еще нет достаточно эффективного, простого и надежного способа защиты. Вода и в этом может оказать действенную помощь. Для этого ее необходимо набрать в 3 часа ночи в 7 пластиковых бутылок так, чтобы в каждой бутылке уровень воды был на несколько сантиметров ниже, чем в предыдущей. Поставить эти бутылки в ряд, например, в книжном шкафу в компьютерной комнате или платяном шкафу в спальне. Желательно, чтобы бутылки располагались по направлению с севера на юг по возрастающему уровню. Каждый из объемов воды в бутылках будет поглощать определенный спектр отрицательных излучений, полностью защищая спальню от повреждающего действия земного излучения. Такую же защиту можно поставить и вблизи рабочего компьютера.

Содержание

ВОДА - ОСНОВА ЖИЗНИ НА ЗЕМЛЕ.

Аномальные состояния воды

Аномалия плотности

Аномалия поверхностного натяжения

Аномальное состояние льда
Ионный состав природных вод
ВОДА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА
Оценка качества воды
Подземные воды
Природные фонтаны
Подводные источники
Родниковая вода
Колодезная вода
Дождевая вода
Росная вода (роса)
Снеговая вода
Талая вода
Водопроводная вода
Стоячая вода
Соленая вода
Морская вода
Дистиллированная вода
Железистая вода
Серная вода
Радиоактивная вода
Жесткая вода
Мягкая вода
Подготовка воды к анализам
Холодная вода
Теплая вода
Вода кипяченая (дегазированная, «живая»)
Мыльная вода
Геотермальная вода
Минеральная вода
Очищение воды
ПРИГОТОВЛЕНИЕ И УПОТРЕБЛЕНИЕ ВОДЫ
В ЛЕЧЕБНЫХ ЦЕЛЯХ
Медистая вода
Серебряная вод
Золотая вода
Кремниевая вода
Борная вода
Свинцовая вода
Йодированная вода
Шунгитовая вода
Магнитная вода
Квасцовая вода
Активизированная вода (вода «живая» и «мертвая»)
Цветная вода
Водные процедуры
Закаливание
Обливания
Обтирания
Водные массажные процедуры
Криотерапия
НЕРАЗГАДАННЫЕ СВОЙСТВА ВОДЫ
Вода информационная (заряженная)
Заговоренная вода
Освященная вода
ВОДОЗАЩИТА ОТ ГЕОПАТОГЕННЫХ ЗОН