



Виктория Мерц  
Владислав Познанский

# Лечение с помощью воды



Виктория Мерц

**Лечение с помощью воды**

«Научная книга»

2008

## **Мерц В.**

Лечение с помощью воды / В. Мерц — «Научная книга», 2008

В одной известной шуточной песне поется: «...без воды и ни туды и ни сюды...» Задумайтесь, ведь в этой фразе заключен глубокий смысл, потому что вода – это действительно основа жизни. Без воды наше существование просто немыслимо. Вода для нас все: и питье, и еда, и гигиена, и... лекарство. Да-да, с помощью воды можно вылечить массу заболеваний – начиная от нервов и заканчивая опорно-двигательным аппаратом. Причем вода – это самое распространенное, общедоступное и дешевое «лекарственное средство»! Ну а как им правильно пользоваться, вы узнаете, прочитав нашу книгу «Лечение с помощью воды».

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Вступление                        | 5  |
| Глава I                           | 7  |
| Глава II                          | 10 |
| Глава III                         | 18 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 20 |

# Виктория Мерц, Владислав Познанский

## Лечение с помощью воды

### Вступление

Издавна многие люди спорили между собой, откуда же все-таки произошла жизнь на Земле? Одни утверждали, что инопланетные существа, некогда заселившие зеленый мир голубого шара в поисках наиболее благоприятнейшего для продолжения своей жизни места, открыли эпоху человечества методом скрещивания с другими, себе подобными, видами. Другие настаивали на том, что причиной жизни всего ныне существующего на Земле мира стал Святой дух, наделивший человека разумом.

Но и тот, и другой предполагаемый случай вполне можно оспорить, выдвинув мысль о том, что важнейшим источником жизни является вода. И действительно с этим нельзя не согласиться: вода способствует продолжению жизни каждого отдельно взятого живого существа – будь то насекомое или животное. А если она имеет свойство продлевать жизнь, то не исключено, что в ней эта жизнь и началась.

Сколько раз можно в этом убеждаться, наблюдая за тем, как в наполненной водой бочке ни с того ни с сего заводятся головастики. А разве недостаточно для подтверждения этой гипотезы того, что в человеческом организме содержится около 70 % воды – не может же быть, что человек "вышел" из сухой среды?

И все же споры остаются спорами, гипотезы – гипотезами, а вода продолжает дарить всем радость и лечить от всех недугов.

Да-да, самая обыкновенная и встречающаяся в повседневной жизни человека вода, порой, является не только средством утоления жажды, но и своеобразным лекарственным препаратом.

Без воды невозможно было бы приготовить травяные настои или необходимую для работы организма пищу, произвести обезболивающие медицинские растворы, соблюдать правила гигиены, что является далеко не последним делом в поддержании здорового образа жизни любого живого существа.

Источником огромного количества различных болезней является загрязнение кожного покрова, и лучшим средством очистки от содержащихся на нем вредных веществ и микроскопических элементов является вода.

Содержащееся в любом организме количество воды регулирует внутри него правильный обмен веществ и поддерживает его нормальное состояние. Употребление горячей пищи на водной основе положительно отражается на работе желудочно-кишечного тракта.

Изобретательные японцы, во многом отличающиеся от других людей своей бурной фантазией, используют несколько необычный метод лечения остеохондроза и радикулита при помощи воды: огромная, поставленная на определенную высоту емкость заполняется холодной ключевой водой, после чего из заранее проделанного в ее дне отверстия вынимается пыж, и тонкая прозрачная струйка стремительно начинает бурить в земле ямку.

После того как небольшое количество воды стечет, больной подставляет спину под эту струю, чтобы она сначала падала в район позвоночника, а затем постепенно "подбиралась" от шеи к копчику. Потом эту операцию проводят в обратном порядке. После прохождения нескольких сеансов "водного массажа" радикулит отступает, ломота в суставах и костях снижается, а больной чувствует себя заново родившимся.

О целебных свойствах минеральной воды известно буквально всем. Употребление содержащихся в ее составе химических компонентов очень полезно людям, страдающим

болезнями желудка, почек, печени, двенадцатиперстной кишки. К тому же "минералка" хорошо помогает любителям "горячительных" напитков избавиться от похмельного синдрома.

Применяя гейзерные ванны, люди излечиваются от серьезных болезней и тем самым дают возможность своему организму отдохнуть по-настоящему. Такого рода водные процедуры помогают многим избавиться от лишнего веса.

Морская соленая вода – всегда благоприятный климат для человеческого организма. Она обладает свойством уничтожать определенного вида бактерии и нейтрализовать множество болезней. Свежайший морской воздух способствует очищению организма от шлаков и скапливающихся в нем со временем вредных веществ.

Замерзшая вода (лед) при правильном ее применении – прекрасное средство от головной или зубной боли, а также и от жара. Кроме того, при переломах костей, ушибах или растяжениях лед будет незаменимым помощником: резко снижая внешнюю температуру кожного покрова, он способствует сужению кровеносных сосудов и тем самым сокращает приток крови к поврежденному месту, предотвращая появление отеков и синяков, а также снижая болевые ощущения.

При выведении шлаков из организма с помощью голодания вода является основной и единственной в это время пищей для человека. Именно она "собирает" по организму вредные вещества и "выносит" их вместе с собой наружу естественным путем.

Иногда неочищенная или плохо отфильтрованная вода способствует расстройству кишечника человеческого организма, но это порой очень даже помогает тем людям, у которых по причине неправильного принятия пищи произошло образование запоров.

Ко всему сказанному, конечно, можно было бы добавить бесчисленное множество дополнительных примеров, доказывающих о действительных целебных свойствах воды, но было бы лучше, если бы читатель этой книги убедился в этом сам.

## Глава I

### Вода – бесценный дар

Вода окружает нас везде. Без воды не было бы жизни на земле. Если внимательно осмотреться вокруг, мы увидим, что вода сопровождает нас всюду. Она используется нами в чистом виде, содержится в овощах, фруктах, молоке, все напитки основаны на воде, даже человек на 65–70 % состоит из воды. Вода наряду с белками, жирами, углеводами, солями и нуклеиновыми кислотами входит в состав любой живой клетки, почти все химические реакции в живой клетке происходят в водных растворах. В пищевой, химической промышленности, в производстве лекарств большинство процессов протекает в водной среде. Вода поддерживает естественную влажность планеты и, как проводник тепла, и естественную температуру, характерную для того или иного климатического пояса.

Ученые-геофизики вычислили, что без воды земля совершенно остыла бы.

Изучением водных объектов занимаются многие науки. Океанология занимается изучением вод Мирового океана. Гидрология изучает поверхностные воды суши. Гляциология исследует льды, находящиеся на поверхности земли. Гидрохимия изучает химический состав поверхностных вод. Предметом наблюдения метеорологии являются воды, содержащиеся в атмосфере. Гидрогеология занимается исследованием подземных вод. Геокриология изучает воды в твердом состоянии в недрах земли.

Воду непосредственно как вещество изучает наука химия. Вода включает в себя всего два элемента: водород (H) и кислород (O), химики называют воду "аш два о". С одной стороны, это очень простое вещество, но, с другой стороны, очень интересное и противоречивое. Академик И.В. Петрянов назвал воду "самым необыкновенным веществом в мире". Без этого вещества невозможна жизнь ни одного живого существа: ни растения, ни животного, ни человека.

Живому организму, который долго не употреблял воду или получал ее в недостаточных количествах, грозит обезвоживание. Если без еды человек может прожить несколько недель, то без воды не может обойтись больше трех дней. Занимаясь лечебным голоданием, человек может не употреблять пищу больше месяца, но при этом обязательно должен поддерживать себя водой, это говорит о том, что в воде содержится достаточно питательных веществ, поддерживающих жизнедеятельность человека. Простая вода обладает целительными свойствами, водой лечат многие заболевания.

Вода – это еще и источник чистоты. Водой мы моемся, стираем, она – неизменный наш помощник в любой уборке. Вода освежает, охлаждает нас в жару, улучшает наше самочувствие; в то же время вода и согревает: в мороз нас спасает теплый душ и горячий чай.

Каждый человек расходует в сутки примерно 150 л воды. Мы настолько уже привыкли пользоваться водой, что даже не задумываемся над тем, какой это бесценный дар.

Поверхность земного шара примерно на 3/4 покрыта водой. Много это или мало? С одной стороны, много, а с другой стороны, большая часть водного запаса находится в твердом состоянии – в виде льда и снега.

В настоящее время увеличивается потребность в пресной воде. Запасы пресной воды с каждым годом уменьшаются, и перед специалистами встает много проблем, решив которые, им, может быть, удастся увеличить водные запасы (для этого предлагается вырабатывать пресную воду из морской и океанской, транспортировать айсберги из Арктики и Антарктики и т. п.). Сейчас уже научились опреснять океанскую и морскую воду, которую можно использовать как питьевую.

Россия очень богата запасами пресной воды. Например, озеро Байкал содержит в себе приблизительно 20 % пресной воды мирового океана. По России протекает много крупных рек (Волга, Енисей, Лена, Ока, Ангара и др.).

Мировой водный бассейн состоит из океанов, морей, рек, озер, болот, ручейков и т. п. Вода является местообитанием и жилищем многих живых существ. Без воды их жизнь невозможна. Существуют организмы, которые не способны самостоятельно передвигаться и которые перемещаются только с помощью течений. Это различные водоросли, бактерии, веслоногие и ветвистоногие рачки, коловратки, инфузории, радиолярии, крылоногие моллюски, медузы, фораминиферы, личинки, яйца и др., они получили название планктона. Те обитатели, которые способны к активному самостоятельному передвижению, получили название nekтона, к ним относятся рыбы, кальмары, водные змеи, черепахи, киты, ластоногие, пингвины. Бентос составляют живые организмы, обитающие на самой глубине, на грунте и в самом грунте, это различные водоросли, бактерии, крабы, морские звезды, скаты, камбалы, разные моллюски, ланцетники.

В пресной и соленой воде обитают разные организмы. Обитатели пресных водоемов не могут жить в соленой воде, а для океанских и морских жителей не годится пресная вода. Дело в том, что пресная и соленая вода имеет разный химический состав и разные питательные вещества, поэтому организмы, адаптировавшиеся в соленой воде, попав в пресную, могут погибнуть, и наоборот. Океанская и морская вода различается по степени содержания в ней соли. Пресная вода бывает жесткой и мягкой. Это также влияет на обитателей и их адаптацию к той или иной среде. Например, и в озере, и в реке вода пресная, но их населяют разные организмы.

Из-за того, что многие водные объекты загрязнены, обитатели их гибнут.

Водные ресурсы земного шара богаты, но неисчерпаемы, однако они, в отличие от некоторых других природных ресурсов, обладают свойством естественного самовозобновления. Реки с впадающими в них мелкими речками и ручейками, снабжают растительный и животный мир влагой и растворенными в ней минеральными веществами, вымывают и уносят продукты их распада и образовавшиеся вредные минеральные соединения в озера, моря и океаны, где эти вредные вещества перерабатываются и обезвреживаются мириадами океанских, морских и озерных обитателей, далее вода в виде испарений поднимается в атмосферу, собирается в облака и тучи и снова, уже очищенная, возвращается в реки.

При засухе, когда не хватает влаги, гибнут растения и животные, человек остается без урожая. Чтобы предотвратить это, в засушливых районах и в местах, находящихся далеко от водоемов, устанавливаются специальные оросительные сооружения, снабжающие почву и растения живительной влагой.

К сожалению, за последнее время в связи с развитием различных сфер промышленности увеличилось количество выбросов в реки и озера; создание гидроэлектростанций и водохранилищ нарушило течение рек и их естественную самоочистку. Сейчас человек больше загрязняет водные ресурсы, чем очищает. Вредные химические элементы, ядохимикаты и минеральные удобрения проникают и в подземные воды. Их высокое содержание находят уже и в водоносных горизонтах, которые расположены более чем на 50 метров вглубь земли, а ведь подземные воды – это самые чистые воды, так как в их образовании ведущую роль играет инфильтрация. Грунт, насыщенный этими ядами, уже не способен фильтровать подземную воду. В настоящее время этот вопрос встал наиболее остро. В связи с этим специалистам и экспертам необходимо усилить контроль за выбросами, на предприятиях устанавливать специальные фильтры и системы по обезвреживанию химических выбросов, а также разработать новые проекты по очистке питьевой воды и непосредственно самих рек и озер. Гидрогеологи продолжают открывать новые крупные водоносные горизонты, которых еще не коснулись ядохимикаты.



Современный человек должен понимать, что экологическая ситуация в настоящее время требует просвещения в сфере научного природопользования. Человек должен осознать, какую роль в природе играет его деятельность и как правильно ее направить, чтобы не навредить природе, а наоборот, помочь ей.

Основы экологического и природоохранного знания должны быть включены не только в специальное образование, но и в общее. Такое образование даст знания о законах рационального природопользования и поможет правильно ориентироваться в окружающем нас мире природы. Важно воспитывать в человеке любовь к природе с детских лет, это должны делать родители, воспитатели, учителя. Но любовь к природе не избавляет нас от ответственности перед ней, любовь к природе должна сочетаться с экологическими знаниями, которые помогут человеку на протяжении всей жизни правильно использовать природные ресурсы и не навредить природе, которую он так любит.

Итак, мы видим, что вода – это действительно бесценный дар. Это и живительная влага, и питательное вещество, и среда обитания многих живых организмов. Сейчас главная задача для нас – не навредить природе, а помочь ей, для этого мы должны правильно воспитывать своих детей, показывая им достойный пример.

## Глава II

### Живительный источник

Простейший способ "добывания" воды доступен, как все гениальное. Надо взять и повернуть ручку водопроводного крана. А оттуда и горячая, и холодная, и пиво... Ну про пиво все пока мечты, а вода из крана для здоровья вредна, это даже дети знают. Хлорки много, да и других примесей хватает. Лучшим способом очистки является установка фильтра. Жидкость проходит сквозь дренажную мини-систему, избавляясь от ненужных добавок, и становится вполне пригодной к употреблению. Качество фильтра зависит от качества воды, прошедшей обработку. В хороших очистителях жидкость избавляется от примесей более чем на 95 %. Создатели фильтров, словно бы подтверждая возможности своего детища, нередко сравнивают их в названиях с естественными носителями чистой воды. "Источник", "Родник", "Роса"... Перечень можно продолжить.

И подобная связь не случайна – родниковая вода считается эталоном чистоты. И дело здесь в том, что эта влага, прежде чем выйти на поверхность, проходит сквозь самый лучший фильтр – земную кору. Вода, попадая в почву, подвергается серьезной обработке. Все примеси оседают в сложной системе коры, и когда вода оказывается в подземном водоеме, вредных для здоровья добавок в ней практически не остается.

Способы очищения, превращения соленой воды в пресную очень разнообразны и интересны, поскольку мы становимся свидетелями, а порой даже и участниками "оживления" воды. Из продукта, использование которого для внутреннего применения возможным не представляется, мы получаем живительный источник человеческой энергии, потенциал которого расходуем и в виде обычных напитков для утоления жажды, и в качестве незаменимого лекарства.

Огромные запасы чистой пресной воды расположены во льдах Арктики и Антарктики. Кроме предельной удаленности, их использование затруднено важностью сохранения общего уровня воды на территории нашей планеты. Подъем уровня Мирового океана наблюдается уже сейчас, и на протяжении последних 100 лет приrost в среднем за год происходит около одного сантиметра за год. А если лед обоих полюсов будет подвергнут разрушению, то уровень воды может совершить резкий скачок величиной в несколько метров.

Зато айсберги – источник вполне реальный. Эксперименты с получением из них пресной воды уже имели место. Американские ученые таким образом пытались найти дополнительный выход из создавшегося пресноводного кризиса. Айсберг пригонялся на буксире к берегам континента, затем раскалывался на кусочки и доставлялся на берег. Там он растапливался и получалась питьевая вода очень высокого качества. А чтобы избежать таяния айсберга по дороге, он обвязывался специальным покрытием. Из одной такой ледяной громады люди в состоянии добыть сотни миллионов тонн воды.

Самые большие айсберги, которые доводилось встречать людям, достигали огромных размеров. Это целые ледяные массивы высотой до 450 метров. Длина доходила до 120, а ширина до 75 километров. При этом большая их часть находится под водой. Впечатляет?

Существовать айсберги могут до трех лет, проплывая при этом более четырех тысяч километров. В 1934 году остатки айсберга наблюдались возле берегов американского штата Флорида, а в семнадцатом веке неподалеку от крепости Бель-Иль (север Франции) подобная ледяная глыба сумела прожить целый год.

В течение одного года у берегов острова Гренландия рождается от 10 до 15 тысяч айсбергов. На побережье Антарктиды их образуется намного больше.

Айсберги – это не только захватывающее по своей неповторимой красоте явление, не имеющее в природе аналогов, но и источник редкой по качеству питьевой воды. Но эксплуатация этих ресурсов – дело государственных масштабов, а нас намного больше интересует обычный человек, вряд ли имеющий возможность перебраться к своему дому хотя бы самый маленький айсберг с целью испить водицы почище. При необходимости он тоже может воспользоваться практикой очищения живительной влаги с помощью льда.

Представим, что вы отдыхаете где-нибудь на турбазе или на даче. Лето, солнце, все замечательно, но вот вода только очень ржавая и мутная. Что делать? А вот что. Нужно набрать в емкость этой самой грязной жидкости, поставить в холодильник. Когда образуется лед, в центре него будет находиться мутный сгусток. Лед необходимо растопить, а сгусток выбросить.

Но если в вашем распоряжении холодильника не будет, тогда вы можете воспользоваться другим способом. Все, что нужно, – это две пластиковые бутылки из-под напитков, марля и обыкновенный песок. Возьмите ножницы или нож (тут уж что под рукой окажется), срежьте у первой бутылки дно, а у второй – верх. У первого из получившихся сосудов закройте изнутри марлей отверстие для пробки, насыпьте туда песка. Затем вставьте первую бутылку острым концом во вторую. Можно смело заливать в полученное устройство воду, которая, проходя через песок, избавляется от ржавчины и грязи. Меняйте песок почаще – и в вашем распоряжении окажется прекрасное очистительное устройство – простейший водный фильтр.

Но вернемся ко льду и снегу как к главным твердым источникам живительной влаги и здоровья человека.

Воздействие низких температур на живой организм не однозначно. В проводимых учеными исследованиях замораживались гусеницы кукурузного мотылька. Температура опускалась до минус 267 градусов Цельсия. После размораживания гусеницы не только оживали, но и производили потомство.

А вот ткани человеческого тела при отмораживании повреждаются. В ходе наблюдений выяснилось, что при замораживании образуются мелкие кристаллы, а при отогревании происходит перекристаллизация с образованием крупнокристаллического льда. К тому же из них начинают выделяться пузырьки газа. В связи с этими процессами живым тканям наносится вред.

Зато воздействие талой воды на организм весьма положительно. Так, А.Ф. Сысоев и А.А. Андриященко описали результаты опытов над самцами крыс, которые в силу своего почтенного возраста оказались неспособными к деторождению (подвержены импотенции). После трех-четырехкратного охлаждения талой водой животные снова стали давать потомство. Их волосяной покров обновился, возросла подвижность.

По мнению некоторых ученых, употребление свежетапой воды оказывает на организм оздоравливающее и омолаживающее воздействие. Есть мнение, что причина процесса старения заключается в дефиците ледяной структуры биомолекул. Правда, на этот вопрос имеются и другие соображения.

Чистая вода – продукт нужный и очень полезный для нашего организма. Наиболее чистой считается дистиллированная вода. Хотя даже в ней, при самых высоких степенях очистки, без добавок не обходится. Та дистиллированная вода, которая продается в стеклянных баночках в аптеках, конечно же, максимально приближена к абсолюту, но в своем составе имеет как минимум частички стекла с тех самых баночек.

Дистиллированную воду можно изготовить в домашних условиях. Для этого нужно перекипятить обычную воду из-под крана. Подобный процесс представляет из себя нагрев воды до температуры кипения и охлаждение полученного пара. Для этих целей необходимо спе-

циальное устройство, которое называется перегонный аппарат. Он имеет довольно простую конструкцию, и при желании его также можно смастерить собственными руками.

Прибор собирается из четырех составляющих: двух баков (первый для обычной воды, второй – для перегнанной), трубки и холодильника. Поставьте первый бак на огонь. Когда вода в нем нагреется, пар по трубке попадет в холодильник. Под действием низких температур он остывает и стекает во второй бак. Полученным продуктом как раз и будет являться дистиллированная вода.

Баки необходимо сделать герметичными, т. е. нужно предотвратить выход пара через отверстия помимо трубки.

Холодильник в таких конструкциях – деталь незаменимая. Удобнее будет установить холодильник с принудительным охлаждением – с непрерывно циркулирующей холодной водой. Вода обычно берется из водопровода. Трубку внутри холодильника изгибают в виде змеевика, увеличивая таким образом площадь охлаждения.

Для улучшения качества дистиллированной воды продукт перегоняется несколько раз.

Читателю наверняка будет интересно узнать о возникновении живой влаги. Что же послужило ее началом? Когда же появилась вода?

А выглядело это так. Изначально Земля представляла из себя шар из горячей породы, покрытой извергающимися вулканами. Из лавы выделялся водяной пар. Поднимаясь над планетой, он начинал постепенно остывать. Пар превращался в воду и падал на остывшую Землю в виде дождя. Такой ливень длился тысячи лет. Со временем вода заполнила все углубления на поверхности планеты, образовав моря и океаны.

Наиболее заманчивыми и загадочными кажутся для нас огромные хранилища соленой воды – океаны и моря. Они еще недостаточно хорошо изучены и представляют для человека много неразгаданных захватывающих секретов, вопросов с ненайденными ответами. Миллионы путешественников бороздили на своих кораблях морские просторы, с заветным желанием приподнять завесу таинственности, покрывшую море.

Воды океана содержат в своем составе всевозможные питательные соли, необходимые для развития растительных микроорганизмов, являющихся кормом морских животных. Эта производительная способность океана помогает с обеспечением продуктами питания человеку. Все мы имеем возможности оценить прелести вкуса и питательные свойства морских даров. Кстати говоря, Россия вместе с Японией делят первое место по добыче рыбы из океанских вод. В странах Дальнего Востока в пищу употребляются также некоторые разновидности водорослей. Например, "комбру". Многие водоросли используют в качестве удобрений, из них добывают йод, альгин, а также высококачественный желатин.

От общей массы воды пресной всего-навсего лишь 2 %. При этом большая ее часть содержится на Северном и Южном полюсах в виде ледников. Еще вода есть в атмосфере в форме облаков и осадков, есть в водотоках и водоемах, есть и под землей.

О ледниках мы уже немного рассказали, а сейчас вы можете узнать побольше о воде, проблем в использовании которой обычно возникает меньше.

Начнем с рек. Это самый распространенный вид водотоков, образуемый благодаря подземным водам, а также дождевой и талой влагой. Реки являются основной питательной силой в водоснабжении городов, при орошении сельскохозяйственных угодий, а также имеют определенную значимость как неплохой транспортный путь. При крупных реках функционируют гидрологические службы, занятые изучением водотоков.

Путь реки всегда заканчивается впадением в море. Часто случается, что в местах впадения рек образуются дельты, представляющие из себя разбитое на отдельные истоки русло с многочисленными островами и мелями. Примером может служить та же Волга, а еще Нева, и многие другие естественные водотоки.

Заговорив о реках нельзя, не вспомнить про водопады. Это место, где благодаря подходящему рельефу вниз падает вода. Влага обладает размывающим действием, поэтому все водопады со временем обречены на гибель.

Самый известный водопад в мире – Ниагарский. Его название переводится на русский язык как "высота грозного шума". Шириной 914 метров, он падает с высоты 50 метров. Как видно, вернее, слышно из названия, это природное явление обладает страшной силы шумом, на получение которого расходуется 1 % затрачиваемой энергии.

В Европе несколько тысяч водопадов, 250 из них находятся в Альпах.

Есть реки, вода в которых имеет очень сильную степень минерализации. Как правило, такие реки небольшие по размерам и на свете их существует предельно малое количество.

Вода находится в постоянном движении. Круговорот воды в природе – процесс постоянный и нескончаемый. Начало круговорота положено еще в период образования океанов. Помните тысячелетние дожди? Это было завершение первого круговорота в истории нашей планеты. Началом, как вы знаете, можно считать испарения вулканической лавы.

Солнце и сила тяжести служат для круговорота основным двигателем. Под действием солнца вода нагревается и испаряется, приобретая газообразное состояние. С увеличением удаления от земли, температура пара падает. Он собирается в облака, превращается в воду или снег и выпадает в виде осадков. Процесс в среднем длится 8–9 дней.

Основным потребителем солнечной энергии является океан. За один день с поверхности Мирового океана испаряется примерно столько же воды, сколько находится во всех реках планеты. Расход тепла океаном делится на нагревание атмосферы, это около 7 %, 42 % – на собственное излучение, и 51 % уходит на испарение. Из этих вычислений можно сделать вывод, что между получением и расходом солнечной энергии наблюдается равенство.

Основная масса испарившейся воды возвращается в океан. Это называется малым круговоротом.

Интересно, что иногда заполненная растительностью суша может выделять даже больше влаги, чем море. Дело здесь в способностях некоторых деревьев. Эвкалипт, к примеру, испаряет до 150 литров в сутки.

Выпадают осадки также неравномерно. Наибольшее количество наблюдается в тропиках. Рекорд установлен в 1861 году – 23 метра воды за один год. Зато в центральных районах Антарктиды снег ложится за год в среднем по 5 сантиметров. Неравномерно выделение атмосферных осадков и в течение года, и по результатам нескольких лет. Здесь тоже все зависит от интенсивности солнечного света.

Дождевая капля представляет из себя шарик воды, вытянутый силой поверхностного натяжения.

Первое упоминание о дождемере встречается в древнегреческой книге "Артхашастра", написанной в конце IV века до нашей эры Каутильей. В этом древнем произведении предлагалось для измерения уровня осадков ставить возле дома сосуд определенных размеров. В тот период времени дождемеры были нужны грекам по двум причинам. Первая состояла в том, что по существовавшему закону на землю плата взималась в зависимости от выпадавших атмосферных осадков. А вторая причина заключалась в необходимости четкого представления об интенсивности дождей в связи с посевом сельскохозяйственных культур.

После Каутильи измерять осадки временно прекратили. Следующие упоминания о дождемерах возникли лишь в первом веке до нашей эры.

Самое дождливое место на Земле находится в Чили. Там выпадение осадков происходит ежедневно. А в некоторых местах Африки дождь может не литься по несколько лет. Правда, если он все-таки пойдет, то это будет настоящий ливень. Некоторые реки здесь появляются только в период дождей.

Продолжая тему "Какая вода бывает?", хотелось бы рассказать вам о тех источниках живительной влаги, которые спрятаны от глаза человеческого многометровым земным слоем, то есть о подземной воде. По степени удаления от поверхности их делят на три вида.

Первая разновидность – почвенные воды. Глубина, на которой они располагаются, составляет не более одного метра. Подобная удаленность является недостаточной для приемлемой фильтрации, и поэтому они часто бывают загрязнены и для питья не подходят. А в жаркие летние дни могут вообще пересыхать и оставаться лишь в болотистой местности.

Второй вид – грунтовые воды. Глубина, на которой они находятся, достигает порой двухсот метров. Уровень содержания грунтовых вод выше в местах течения рек. Они обычно образуют линейные подземные потоки, часто взаимодействующие с поверхностными водами. В народном хозяйстве грунтовые воды используются достаточно давно и очень многосторонне. Достаточно вспомнить классический пример с колодцем, черпающим свои силы как раз из этого источника. Кроме того, при помощи ресурсов грунтовых вод орошается в сельскохозяйственных целях земля, происходит водоснабжение производства.

Межпластовые воды являются третьей разновидностью подземной влаги. Причем они, в свою очередь делятся еще на несколько групп, различных по минеральному составу и удаленности от поверхности. Межпластовые воды формируют артезианские бассейны. На территории Российской Федерации крупнейшие бассейны находятся в Западной Сибири и центре России.

Огромное пресное подземное озеро расположено под самой крупной пустыней – Сахарой. Есть такое и в Западной Африке, причем размеры озера в три раза превышают территорию Бельгии. Большое подземное водохранилище есть в Туркменистане. Кроме того, в природе существуют и такие явления, когда под морем могут находиться обширные пресноводные пласты. Под Балтийским морем есть одно из таких озер с содержащейся в нем пресной влагой.

Артезианские воды заключены между двумя водонепроницаемыми слоями и поэтому находятся под сильным давлением. Когда скважина доходит до них, воды начинают бить ключом. Если с фонтанами получается не всегда, то, по крайней мере, влага поднимается до такого уровня, что ее с легкостью можно эксплуатировать.

Но подземные воды не являются неисчислимыми. И когда из них забирают слишком много влаги, то во избежание возможных катастроф артезианские бассейны необходимо искусственно заполнять.

Подземные воды богаты по своему химическому составу. Верхние слои минерализованы не сильно. Зато в нижних можно обнаружить все элементы таблицы Менделеева. А, к примеру, радоновые воды, бывает, применяют и в медицине. Названы так эти воды в связи с высоким содержанием в них радона, образующегося при распаде радия. Наиболее распространенное использование – купания в такой воде.

Еще один вид воды, главным образом находящейся под землей, – минеральная. Основной характеризующей чертой ее является высокое содержание биологически активных минеральных, а иногда органических компонентов. Такая вода обладает специфическими физико-химическими свойствами. Благодаря этому минеральная вода имеет на человеческий организм лечебное воздействие.

На поверхность минеральная вода попадает в виде источников. Кроме того, ее могут выводить наружу искусственно, пробуравивая специально в таких целях скважины, временами достигающие размеров в несколько километров. Для практического освоения и эксплуатации подземных месторождений предназначено специальное устройство под названием "каптаж".

Происхождение минеральных вод связано с растворением в водоносных слоях известняка, каменной соли или гипса. Так получают бикарбонатные, хлористые или сернистые минеральные воды.

Есть также термальные воды, выходящие на поверхность с большой глубины. Они содержат углекислоту и растворенные минералы. Встретить их можно в вулканических районах. Это источники Центрального горного массива Франции, а также Исландские гейзеры. Есть они и на Камчатке, в Японии, Мексике. В Тибете бьют гейзеры, расположенные на высоте 4700 метров над уровнем моря.

Фонтанирующий источник термальных вод находится в 90 км от Рейкьявика и в 45 км от вулкана Геклы. Температура воды в нем поднимается до 8 °С. Он имеет форму невысокого плоского конуса-бассейна, на дне которого открывается устье канала глубиной в несколько метров.

А новозеландский гейзер Ваймангу, действовавший на рубеже двадцатого столетия, при извержении выбрасывал 800 тонн воды на высоту 460 метров.

Принцип действия "горячих фонтанов" довольно прост. В подземные водные пласты поступают перегретый пар и газ, нагревающие воду до кипения. Вскипевшая вода выбрасывает наружу весь вышележащий слой влаги. После этого перегретая жидкость превращается в пар, и давление падает до нового извержения.

Выброс может осуществляться и при участии углекислого газа. Такие холодные гейзеры есть в Германии, в Закавказье. Особенно хочется поведать о гейзере, расположенном в Нагорном Карабахе. Была пробурена скважина глубиной около 100 метров среди гор на высоте 1750 метров. Геологами получена вода с такими вкусовыми качествами, с какими может сравниться лишь какой-нибудь сок цитрусового плода.

Минеральные бассейны по большей части являются изолированными, и по этой причине вода в них имеет разную степень минерализации. В тех местах, где состав воды особенно богат, возникают целые курорты, организующие отдых и лечение людей возле источников. Традиция выезжать "на воды" зародилась уже давно. Помните роман, написанный в прошлом веке М.Ю. Лермонтовым, "Герой нашего времени"? Действие как раз происходило на Северном Кавказе, в районе наибольшего скопления минеральных источников. Мы сталкиваемся с наглядной демонстрацией поездок русской аристократии девятнадцатого столетия на минеральные курорты.

Ну а за пределами нашей страны история использования минеральных вод в лечебных целях насчитывает уже не первое тысячелетие. Еще не завоеванные римлянами галлы знали о целебных свойствах подобных источников. Археологи обнаружили возле минеральных родников небольшие алтари, посвященные богу Борво (его имя означает "кипящий"). Римляне соорудили в этих местах купальные бассейны, а также установили каптажи.

В средневековье возле источников строились больницы, возводились частные купальни высшего французского дворянства. Расцвет минеральных вод-курортов наблюдался во Франции (также, впрочем, как и в России) в XIX веке.

На свете также существуют минеральные или соленые озера. Самое примечательное из них – Большое Соленое озеро, расположенное в Соединенных Штатах, на северо-западе Юты. Оно представляет из себя остаток большого водного бассейна и находится на высоте 1300 метров над уровнем моря. За время своего существования озеро успело уже два раза высохнуть и вновь заполниться водой. Несмотря на высоту местонахождения оно располагается в бессточной котловине. Кроме того, в него еще и впадают несколько маленьких рек. Минерализация его вод более чем в шесть раз превышает показатели Мирового океана.

Неподалеку от западной границы Казахстана находится озеро Баскунчак. Человеку, в среднем, оно будет где-то по колено, а дно озера целиком усыпано солью. В 1882 году прямо через него люди проложили железную дорогу. Представляете себе картину движения поезда

по поверхности воды? Купаться в Баскунчаке можно лишь в выработках для добычи соли. Здесь глубина доходит до 10 метров. Крепость рассола достигает таких величин, что при определенных навыках человек может даже сидеть на воде.

Еще один, немного необычный, источник питьевой воды, признаться – роса. Насекомые и небольшие птички могут утолить жажду каплей росы. В засушливые времена пользуются таким источником и некоторые африканские аборигены. Это становится возможным в местах с сильной природной конденсацией влаги. В таких районах роса дает воды не меньше дождя.

Для измерения количества росы существует специальный прибор – росомер. Упоминание о первом росомере пришло к нам из Библии. Это была овчина, собиравшая к утру росу.

В настоящее время чаще других используется устройство, созданное Дювдевани. Эта конструкция помогает иметь точные данные о количестве влаги.

Наибольшее количество "утренней влаги" выпадает в Израиле. В Тель-Шаломе приборы установили цифру в 30 мм в год. Причем 22 мм приходится на период апрель-сентябрь. Все рекорды бьет пустыня Негев – 150 мм! Такие цифры частично объясняют успехи израильтян в сельском хозяйстве.

Мы не затронули еще одну интересную форму воды – туман. Это сгусток влажного воздуха в атмосфере. Туман понижает видимость на улицах, часто становясь причиной автотранспортных происшествий. Из-за туманов погибло много людей. За примерами далеко ходить не надо, достаточно вспомнить тот же "Титаник". У одной из самых развитых стран мира Англии – есть второе название, также связанное с этим природным явлением, – "Туманный Альбион". Это говорит о немалой роли тумана в жизни человечества.

Первый опыт искусственной конденсации воды был предпринят в Крыму инженером М. Зибольдом, предположившем, что две тысячи лет назад в Феодосии подобная практика уже имела место. Инженер соорудил цементные бассейны, наполненные обкатанной галькой. Но это не принесло никаких результатов.

После Зибольда в мире проводилось немало экспериментов по добыче искусственной росы, но должного эффекта не получилось. Если вода и добывалась, то в таких количествах, что реальное использование ее делалось невозможным.

Большие кучи камней пирамидальной формы, сходные по виду с теми, что были обнаружены в Крыму, встречались и во многих засушливых районах от Мавритании до Израиля. Согласно народным преданиям, они использовались для получения воды. Но в настоящее время ни одна из конструкций не действует. Так что утолить жажду росой нам, наверное, все-таки не придется.

Будет неправильно для нас, жителей православной страны, не вспомнить про святую воду. Ее целительные свойства превратились в один из основных символов христианской веры.

Согласно православию, святая вода является незаменимым лекарством при любых заболеваниях. Взять такую влагу можно в церкви или из святых источников. Ходит множество легенд про то, что когда люди совершали омовение в такой воде, происходили чудеса, сравнимые разве только с библейскими. Парализованные вновь начинали ходить, слепые видеть, глухие слышать. Ежегодно к святым источникам в Иерусалиме совершают паломничество миллионы человек. В прошлые века люди приходили сюда пешком за тысячи километров, иногда затрачивая половину своей жизни на такое путешествие.

Как уже говорилось, святая вода помогает в лечении всех болезней. Ей можно умываться, можно окроплять свою постель. Употреблять святую воду внутрь лучше всего перед едой – натощак. Перед этим следует произнести молитву. Или во всяком случае перекреститься, если так произошло, что ни одной молитвы вы не знаете. С тем, что святая вода производит заживляющее воздействие на организм, согласились уже даже ученые. Как и



почему это происходит, точно сказать не может никто. Есть мнение, что это связано с высоким содержанием в этой воде серебра. Действительно, если положить в обычную воду серебряную монету, то через определенный промежуток времени по вкусовым качествам влага начнет сильно напоминать святую. Верить этому предположению или нет – дело каждого в отдельности, но питье святой воды, в любом случае, очень полезно.

Первое упоминание о святой воде появилось в Библии. Если точнее, то в Новом Завете. Пророк Иоанн Креститель освятил реку Иордан, став крестным отцом не только для Иисуса Христа, но и для многих иудеев. Вот что пишет об этом в своем Евангелии апостол Марк (глава 1, стих 4, 5, 9):

"Явился Иоанн, крестя в пустыне и проповедуя крещение покаяния для прощения грехов.

И выходили к нему вся страна Иудейская и Иерусалимляне; и крестились от него все в реке Иордане, исповедуя грехи свои.

И было в те дни, пришел Иисус из Назарета Галилейского и крестился от Иоанна в Иордане".

Исходя из этого, мы видим, что святая вода играет одну из первых ролей в христианских обрядах. Но с крещением все понятно – большинство из нас один раз в жизни его проходят в возрасте бессознательном и больше с таким таинством не сталкиваются. А вот если спросить, к примеру: "А освящен ли ваш дом?" – ответ, уверены, услышим отрицательный. А ведь этот обряд можно проводить и самостоятельно, не привлекая к нему священнослужителей.

Для начала начнем с того, что в освящаемый дом (квартиру, комнату) следует сперва запустить кошку. Этому животному в христианстве придается большое значение. Кошка, например, может, как и человек, свободно заходить в церковь. И выгнать ее оттуда никто не посмеет. Собаке такую вольность никогда бы не позволили.

Рассыпьте во всех углах и у каждого порога зерно. Возьмите зажженую свечу, икону и святую воду. Подходите к тем местам, где лежит зерно, и, читая молитву "Отче наш", окропляйте их святой водой. При этом крапило нужно держать кистью вниз.

Процесс освящения поможет защитить дом, изгнать уже наложенные на него проклятье, порчу, сглаз или наговор, сохранит от многих бед.

Если кто-то насрал на вас самих, скажем, порчу, то при помощи святой воды вы сможете легко избавиться от нее.

Встаньте лицом к иконе, попросите прощения у Бога за все прегрешения, вами сотворенные. Затем спросите, есть ли на вас порча (сглаз, проклятие, наговор). В случае утвердительного ответа вас должно заметно качнуть. Тело обязательно полностью расслабьтесь.

Итак, наличие выяснили. Теперь лечение. Каждое утро, в течение недели, умывайте свое лицо святой водой. Три раза в день, перед едой, пейте ее, а когда ложитесь спать, попросите прощения за грехи и попросите Бога исцелить вас. Постарайтесь не скрещивать руки и ноги, а когда проснетесь, поблагодарите Господа за лечение.

Да, действительно, воды на свете много. И она разная. Пусть одна течет в водопроводе, а другая – под землей, одна соленая, другая пресная, все равно она – единое целое, она – источник жизни.

## Глава III

### Полезные свойства воды

Каждый день, сами не замечая того, тысячу раз мы сталкиваемся с самым обычным и в то же время самым удивительным и загадочным веществом на нашей планете – с водой. Именно "аква", как называли ее древние, нередко ассоциируется с жизнью, недаром в наш обиход вошли такие выражения, как "живительная влага", "глоток жизни", "живая вода". С ней связано множество легенд, преданий, сказок и мифов; которые так или иначе рассказывают о ее замечательных свойствах.

Примечательно, что среди сказаний разных народов в разнообразной форме с различными нюансами отчетливо звучит одна и та же мысль: вода – это жизнь. Не нужно далеко ходить за примером, вспомним русскую сказку про молодильные яблоки. Вода здесь приобретает волшебные свойства; находясь в двух состояниях – в качестве "живой" и "мертвой", она возвращает к жизни главного героя.

Однако на сегодняшний день существует интересная точка зрения, высказываемая В.М. Мухачевым, которая немного открывает тайну "живой" и "мертвой" воды. Дело в том, что атомы водорода и кислорода, входящие в состав воды, могут иметь разные массовые числа, отличаться по своим физико-химическим свойствам, но иметь одинаковый электрический заряд атомных ядер. Такие разновидности атомов одного и того же химического элемента называются изотопами. Изотопный состав определяет некоторые свойства воды: наличие изотопа водорода, именуемого дейтерием, делает ее "мертвой", а наличие протия – "живой".

По его мнению, быстрый рост и огромный размер растений и животных в доисторические эпохи объясняется большим содержанием в водах протия, а обитание современных пигмеев и карликовых животных в западной части экваториальной Африки – океанскими ветрами, обогащающими эту территорию дейтерием. Наличие живой (легкой) воды – вот причина долгожительства северян, по сравнению с южанами. Само возникновение очагов цивилизаций в Египте, Междуречье, Индии, Китае, согласно этой гипотезе, объясняется использованием талых вод ледников. Самые долгоживущие деревья произрастают на восточных склонах Кордильер, а самая пышная растительность отмечается на восточных склонах Анд.

Имеются наблюдения о благотворном влиянии талой воды, в которой сохранились очаги ледяных структур, на живой организм, и именно в талой воде концентрация дейтерия гораздо ниже нормы. Так, употребление свежетапой воды и попадание ее в различные органы человека оказывает оздоравливающее и омолаживающее воздействие на весь организм. Даже существует гипотеза, что процесс старения сводится в значительной мере к нарастающему дефициту ледяной структуры биомолекул, разрушающейся под влиянием менее структурированной воды.

Основная гипотеза о происхождении жизни на Земле также связана с водой. По мнению ученых, только вода, а если быть точными, волноприбойная зона объединила в себе уникальные условия, необходимые для зарождения жизни. Благодаря наличию сильных энергетических источников был возможен синтез органических веществ; присутствие в водной среде образцов саморепликации – частиц глиняной взвеси – "научило" органические вещества самовоспроизводиться. И, наконец, возникновение экосистемы, без которой все появившиеся виды могут погибнуть, также было возможно благодаря воде, так как она обеспечила включение экосистемы в геохимические процессы в природе.

Конечно, как и всякая другая, эта гипотеза может быть оспорена, но невозможно отрицать ту колоссальную роль, которую вода играет в человеческом организме. Вот для примера некоторые факты.

Живая клетка на 60–99,73 % состоит из воды, а около 70 % общего веса человека также представляет собой воду. Среди различных выделений организма большая часть приходится на воду. Организм взрослого человека массой 65 кг содержит в среднем 40 л воды. Больше всего (25 л) находится в клетках, остальные 15 л составляют внеклеточную жидкость. В организме человека вода распределяется следующим образом. 50 % содержится в мышцах, 13 % – в костях, 5 % – в крови, 16 % – в печени, 0,4 % – в селезенке.

Чем моложе организм, тем он "водянистее", с возрастом количество воды в организме уменьшается: в эмбриональном состоянии это почти 94 %, у 60-летнего человека – уже 60 %. Кстати говоря, из-за возрастной потери воды страдает прежде всего кожа: она утрачивает свою упругость, мягкость и эластичность, становясь сухой и морщинистой.

Но, как говорится в пословице, клин клином вышибают, поэтому вода и является тем средством, которое поможет вернуть молодость, пусть и не полностью. У нас есть прекрасная возможность пополнять запасы влаги: во-первых, принимая в день как минимум 2 л жидкости, а во-вторых – снаружи, регулярно используя специальные кремы, лосьоны, гели и маски. Помогая вернуть коже недостающее количество влаги, они оказывают омолаживающее воздействие. Эффект можно усилить, нанося их на чуть увлажненную кожу.

Пополняя запасы воды изнутри, мы обеспечиваем своему организму нормальную жизнедеятельность. Потеря воды опаснее для организма, чем голодание: без пищи человек может прожить больше месяца, без воды – несколько дней. Вода в организме – основная среда, как межклеточная, так и внутриклеточная, в которой протекает обмен веществ, в процессе которого она разлагается на составные элементы. Из легких вода выходит в качестве пара при выходе, выделяется из пор, расположенных на поверхности тела, выходит из мочевых органов и прямой кишки.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.