

*Как укрепить здоровье и победить болезни
при помощи простой воды*



закаливание



живая вода



святая вода

ВОДА ДОБРЫЙ ЦЕЛИТЕЛЬ



настои и отвары



водолечебница



вода и соль



талая вода

aqua vitae - живая вода

Вода – добрый целитель

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

2017

УДК 615.89
ББК 53.54

Вода – добрый целитель / Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2017

ISBN 978-5-9910-3803-4

Что может быть привычнее воды? Все знают, что она – основа жизни, что тело взрослого человека состоит из воды более чем на две трети, что она – хороший растворитель, наконец, что водой покрыта большая часть земной поверхности. Оказывается, это еще не все. Вода издавна применялась как лекарство и магическое средство, и все секреты собраны в этой книге. – Что такое «золотая» и «серебряная» вода? – Как приготовить колокольную воду? – Как обогатить воду кислородом и активировать кремнием? – Как использовать талую воду для лечения простуд и других заболеваний? – Как правильно закаляться водой? – Как принимать лечебные ванны? Советы народной медицины научат, как с помощью чаев, отваров и настоек, купания и закаливания, ванн, обливаний, компрессов и обертываний облегчить течение острых и хронических заболеваний, повысить устойчивость организма к инфекциям, направить целебные свойства воды на выздоровление. Вы научитесь общаться с водой и правильно использовать все, что она может подарить, для укрепления здоровья, жизненных сил и исполнения желаний!

УДК 615.89
ББК 53.54

ISBN 978-5-9910-3803-4

, 2017
© Книжный Клуб «Клуб Семейного
Досуга», 2017

Содержание

Вода – источник жизненной силы	8
Человеческий организм и вода	10
Вода и работа мозга	11
Энергия воды	12
Вода – эффективный теплоноситель	13
Доктор чистая вода	15
Разновидности воды	17
«Золотая» вода	18
Лечимся «золотой» водой	18
«Серебряная» вода	20
Лечимся «серебряной» водой	21
Колокольная вода	26
Приготовление колокольной воды	27
Святая вода	29
Талая вода	30
Живая и мертвая вода	31
Свойства активированной воды	32
Правила хранения и применения активированной воды	32
Кислая и щелочная вода	34
Приготовление щелочной воды	35
Приготовление кислой воды	35
Вода, обогащенная кислородом	37
Активированная кремнием вода	38
Омагниченная вода	40
Протиевая вода	41
Вода «белого ключа»	42
Шунгитовая вода	43
Дистиллированная вода	44
Вода и пирамида	45
Талая вода	46
Приготовление талой воды	48
Первый способ	48
Второй способ	48
Талая вода для укрепления здоровья и лечения недугов	50
Общее укрепление организма	50
Лечение воспалительных заболеваний	50
Простуды, ОРЗ и грипп	50
Профилактика и лечение заболеваний сосудов	51
Гипертония	51
Ангина	51
Запоры	51
Задержка менструации	52
Аллергические заболевания	52
Песок в почках	52
Песок в желчном пузыре	53
Песок в печени	53

Эпилепсия	54
Головная боль	54
Снятие запоя	54
Пьянство	54
Заболевания желудка	55
Гастрит	55
Экзема и псориаз	55
Зубная боль	55
Профилактика и лечение заболеваний суставов	55
Болезни рук	55
Заболевания ног	56
Бессонница	56
Улучшение зрения	56
Боли в спине (при остеохондрозе, радикулите и др.)	56
Изжога	56
Глисты и другие паразиты	57
Живая и мертвая вода	58
Конец ознакомительного фрагмента.	59

Вода – добрый целитель

© ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», 2017

* * *

Вода – источник жизненной силы

Всем давно известно, что вода – это жизнь. А многие ли задумываются: какая вода и какая жизнь?

В древности недаром поклонялись воде, слагали стихи и песни, устраивали праздники. Люди знали: какая вода окружает человека, такая у него и жизнь сложится. Люди старались строить дома поближе к чистой воде – на берегу реки, озера, моря или океана. Считалось, что жить вблизи чистой воды – значит прожить счастливую жизнь: долгую, полную сил и радости. Если в силу обстоятельств приходилось жить около грязной или стоячей воды, то жизнь грозила стать тяжелой, полной лишений и болезней, превратиться в борьбу с унынием и беспричинной тоской. Поэтому при первой же возможности люди с удовольствием переселялись в более благополучные места.

На память от прежних времен нам остались многочисленные легенды о живой и мертвой воде. Впав в эйфорию от своих технических достижений, XX век полностью изменил жизнь людей, подарив им невиданные прежде удобства. Люди посчитали сказки о воде выдумками неграмотных предков, созданными для развлечения детей. Но вдруг с приходом XXI века достижения науки доказали, что сказки говорят правду. Вода оказалась волшебной жидкостью, о которой человечество мечтало веками, но просто не умело использовать это чудо природы себе на благо.

Вода может дарить жизнь, радость и здоровье, а может и отбирать. Какой станет вода – зависит от каждого человека.

Именно воде была дана волшебная власть стать соком жизни на земле.

Вода – самое удивительное вещество на Земле: оно обеспечивает условия для развития и роста всех видов жизни. Окажись вы в пустыне под ее беспощадно палящим солнцем, вы будете готовы променять все ценности на воду, на хотя бы один глоток этого живительного и бесценного «жидкого золота». Будь вы хоть самым богатым человеком на свете, все ваше богатство не окажет вам помощь в том случае, если вы окажетесь в пустыне и ваш запас воды иссякнет.

Что современный человек знает об этом уникальном веществе сегодня? Все ли ее тайны раскрыты?

Сложно с уверенностью сказать, что мы познали это вещество. О воде написано очень много статей, воде посвящены стихи и пословицы, она является воплощением жизни в литературных произведениях. Процесс ее освоения не окончен. К пониманию важности и значения пресной воды в нашем повседневном мире привлечено внимание многих ученых планеты. Процесс изучения физико-химических характеристик воды в наши дни постепенно переходит на новый уровень.

Пока свойства и качества воды не стали подвергаться изучению и исследованию, о ней и об ее происхождении не было известно ничего. Еще в XVIII веке никто не подозревал о том, что воду можно считать химическим соединением. Некоторые исследователи и ученые считали, что вода является стандартным химическим элементом. Ранние исследования позволили вывести ее формулу, единственно допустимую для воды, – H_2O – до тех пор пока не были открыты прочие виды и разновидности воды.

Воду можно представить как химический раствор уникального состава. Вода способна растворить почти все. В природных условиях вода всегда содержит то или иное количество добавок, взаимодействует не только с твердыми и жидкими веществами, но и растворяет газы. Еще китайский философ Лао-цзы писал: «Вода – податливая, побеждает крепкое, точит твердое...»

Вода – удивительное химическое соединение, изучаемое не только химиками, но и физиками. Химический состав воды может быть одинаковым, а влияние на организм – разным. Каждый вид воды предполагает разные условия ее происхождения. Вода есть жизнь, и, как сама жизнь, она многолика.

Достоинства и преимущества воды позволяют называть ее мощным целителем. Исцеляющая вода – живая, мертвая, золотая, «волшебная», святая и колокольная, талая... Исходя из многих высказываний, имеющих отношение к воде («много воды утекло», «воду в ступе толочь»), можно предположить, что раньше люди знали о воде больше, чем мы, и использовали ее силу на благо себе.

В XX веке ученые, продолжая свои исследования, установили, что вода обладает способностью воспринимать, хранить и передавать информацию, то есть структурироваться.

Недаром говорят: «Нет воды – нет жизни, есть вода – есть жизнь». Роль воды огромна для всего живого. Что было бы, если бы на Земле не было рек, морей и океанов? Как бы тогда развивалось все живое? В этом случае жизнь на нашей планете не могла бы даже появиться. Собственно, воде Земля обязана появлением и развитием жизни, следовательно, не будь ее, не было бы и нас. Ни один живой организм не выжил бы, а жизнь бы не появилась.

Человеческий организм и вода

Еще до нашей эры древние мудрецы считали воду движущимся элементом природы, творцом сущего, в том числе и человеческой жизни. Поэтому эта жидкость имеет важное физиологическое значение.

Вода – первоисточник всего живого на Земле. Когда в процессе эволюции развился человеческий организм, он сохранил зависимость от ее животворящих свойств. Организм человека на 75 % состоит из воды, она является транспортным средством для циркулирующих в теле клеток крови и важнейшим растворителем веществ, в том числе кислорода. В насыщенном водой организме кровь обычно содержит около 95 % воды: эритроциты – это своеобразные «водяные мешки», в которых хранится окрашенный гемоглобин. Именно вода усиливает способность эритроцитов к накоплению кислорода в легких. Вода повышает способность организма к усвоению жизненно важных веществ, содержащихся в пище, а также выводит токсичные отходы из различных частей тела, доставляет их в печень и почки для окончательного удаления.

Вода, из которой на 70–80 % состоят все живые существа, практически не подчиняется известным физическим законам. Повторимся, что в природе вода – единственный элемент, который встречается в трех состояниях: твердом, жидком и газообразном. У нее свои законы! Химики не в состоянии объяснить сегодня способность воды к растворению практически всей таблицы Менделеева, а физики – аномальное значение величины поверхностного натяжения, скорость распространения звука, температуру кипения и замерзания и т. д. Но самое главное – благодаря загадочным свойствам воды на нашей планете появилась жизнь. Именно в воде осуществляются основные биохимические реакции, перенос жизненно важных веществ, химические коммуникации между клетками. Без этой жидкости невозможны все процессы терморегуляции и метаболизма в организме человека. Качество воды, поступающей в организм, влияет на окислительно-восстановительные процессы в нем и определяет качество крови.

Вода и работа мозга

Зависимость человека от воды, ежедневная потребность в которой составляет от 2 до 6 л, невероятно велика. Мы недооцениваем значение воды, ее роль в поддержании нормального функционирования всех жизненных систем нашего организма.

Почти сто лет назад доктор К. Кеннон писал: «Вода – это растворитель для пищевых материалов, поступивших из пищеварительного тракта. Она является необходимым веществом, при котором имеют место химические процессы, дающие нам энергию. Она поддерживает в организме постоянную температуру и играет огромную роль в обмене веществ».

Вода – не просто жидкость, а питательная среда для клеток. При обезвоживании организма сначала уменьшается объем клеточной жидкости, затем внеклеточной, в заключение вода извлекается из кровяного русла. Это делается для обеспечения водой головного мозга, в котором находится от 85 до 92 % воды и потеря даже 1 % которой приводит к необратимым последствиям. Для нормальной работы мозга ему необходимо около 20 % всего объема крови организма. Кроме того, мозг омывается спинномозговой жидкостью, по составу отличающейся от крови. Она содержит больше натрия и меньше калия, чем все остальные жидкости. Капилляры мозга обладают одной особенностью в отличие от других капилляров организма: они одновременно являются элементом фильтрации, не позволяющим попасть в мозг нежелательным веществам. Этот процесс осуществляется так называемым гематоэнцефалическим барьером. При обезвоживании нарушается работа капилляров этого барьера. В результате в мозг проникают вредные вещества, что становится причиной многих неврологических расстройств, в том числе рассеянного склероза, болезней Паркинсона и Альцгеймера. Вода является вторым после кислорода средством, необходимым для нормальной работы клеток мозга, и главным питательным элементом всех его функций.

Энергия воды

Все растения, растительные виды и животные, включая человека, выживают благодаря энергии, которую производит вода. Ученые доказали, что вода заставляет работать ионные белковые «насосы» клеточных мембран, способствуя проталкиванию в клетку необходимых веществ, в том числе и натрия, и удаляя из нее калий и продукты обмена. Если в целом в организме, насыщенном водой, содержится до 92 % воды, то содержание воды внутри клетки достигает 75 %. Благодаря этой разнице создается осмотическое давление, позволяющее воде проникать в клетки. Вода приводит в действие натрий-калиевые «насосы», вырабатывая тем самым необходимую для нормальной работы клеток энергию, которая запускает механизм вне- и внутриклеточного обмена.

Именно поддержание кислотно-щелочного равновесия характеризует нейтральное состояние между кислой и щелочной средой организма, свидетельствующее о его нормальном функционировании.

Когда человек потребляет недостаточно воды, то в его организме начинается процесс обезвоживания. В этот период клетки вынужденно отдают накопленную в них энергию и начинают в большей степени зависеть от энергии, поступающей с пищей, чем от энергии, которую поставляет вода. В такой ситуации организм вынужден заниматься накоплением жира и использовать свои запасы белка и крахмала, ведь эти соединения ему расщепить легче, чем накопленный жир.

Сухая кожа, морщины и другие внешние проявления – это не старость, а отсутствие воды в клетках. Не надо ждать, когда появится жажда, надо заблаговременно ввести в организм избыточное количество воды, которым он сам распорядится.

Увеличение количества воды приводит к уменьшению веса тела за счет выведения отежной жидкости. Ожирение напрямую связано с обезвоживанием. Вместо того чтобы пить воду, человек начинает есть. Если сам организм эту энергию не будет тратить на физическую работу, то она откладывается в жир.

Не будем вдаваться в описание биохимических и биоэнергетических процессов, но уже сегодня ученые доказали, что вода защищает ДНК от повреждений, повышает эффективность ее восстановительных механизмов, генерирует электрическую и магнитную энергию внутри каждой клетки, в том числе для всех мозговых функций и в первую очередь для мышления. Вода дает силу жить.

Лечебными свойствами обладает вода, насыщенная минеральными солями, органическими и биологически активными веществами, а также различными газами. Физиологическое действие той или иной минеральной воды определяется ее температурой (от 1 до 40 °С и выше) и способом приема (залпом или небольшими глотками, задолго до еды или непосредственно перед едой). Основные лечебные свойства воды зависят от ее химического состава. Правильное применение минеральных вод позволяет снижать или повышать кислотность желудочного сока, улучшать кровообращение в желудке и печени, усиливая приток артериальной и отток венозной крови, что весьма благоприятно для деятельности всего организма.

Вода – эффективный теплоноситель

Вода быстро поглощает тепло. В живых организмах, где поддерживается постоянный уровень температуры, вода действует как чрезвычайно эффективный охладитель. Человеческий организм имеет постоянный температурный уровень. Это температура 36,6 °С, и она должна поддерживаться все время, независимо от климата и окружающей среды.

Температура регулируется в основном испарением с кожного покрова. Кроме этого, приблизительно четверть тепла, выделяемого в процессе сгорания кислорода и пищи в организме, выбрасывается при дыхании, и организм может потерять до 500 мл воды в час вместе с потом. Когда холодно, выделение пота прекращается и вся вода скапливается в тканях. Наш организм проводит большую работу, чтобы привести нас к температурному балансу.

Практикой подтверждено, что рациональное применение водных процедур, особенно в комбинациях с другими средствами, является надежным способом сохранения, очищения и укрепления организма. Вода, благодаря своей высокой теплоемкости, может использоваться как универсальный теплоноситель для воздействия на тело человека выбранным диапазоном температур.

Вода – идеальный транспортировщик тепла. Она незаменима для воздействия на тело различными температурами. Удельная теплоемкость воды равна единице. Для того чтобы нагреть 1 кг воды на 1 °С, нужна 1 килокалория. У большинства используемых в физиотерапии веществ теплоемкость меньше единицы (стекло – 0,16, иловая грязь – 0,5, парафин – 0,775). Вследствие большой теплоемкости вода может отнять от тела человека большое количество теплоты даже тогда, когда разница между температурой воды и тела невелика. Воду считают холодной при температуре 20 °С и ниже, прохладной при температуре 21–32 °С (при этом человек не ощущает ни тепла, ни холода), теплой при температуре 36–39 °С.

Восприятие температуры воды зависит от условий, которые предшествуют воздействию водной процедуры. При работе в помещении с температурой 40 °С вода с температурой 35 °С покажется холодной, а если водной процедуре предшествовала длительная работа на морозе – очень теплой. При местных, ограниченных водных процедурах восприятие будет зависеть от расположения участка кожи, подвергающегося воздействию. Например, вода с температурой 35 °С будет безразличной для шеи (ее собственная температура около 33–35 °С), но теплой для стоп (температура стоп над пальцами – 24–26 °С).

Летом спасительная прохлада воды возвращает нам бодрость и хорошее настроение: она забирает с разгоряченного тела излишки тепла. Здоровые люди, находящиеся в воде при температуре воды 33–35 °С, свое ощущение тепла оценивают как комфортное. Время пребывания в такой среде не ограничено. В воде, нагретой лишь до 12 °С, человек может находиться около часа, далее возможно переохлаждение, угрожающее жизни. А для незакаленных людей пребывание в воде температурой 5 °С 10–12 минут может иметь тяжелые последствия.

Влияние холодной воды проявляется в рефлекторном сужении сосудов кожи, в которых содержится около 30 % всей крови человека. В этом случае периферическая кровь как бы «выдавливается» или передается во внутренние органы, быстро добавляя клеткам внутренних органов и мозга новые порции кислорода и питательных веществ. Поэтому очень полезно обливать лицо и руки 4–5 раз в течение дня холодной водой. Вода температурой 16–20 °С благотворно влияет на деятельность сердца, умеренно снижая частоту его сокращений и тем самым удлиняя время покоя и отдыха сердечной мышцы. При этом улучшается функция одной из главных систем организма – системы кровообращения. Холодные ванны способствуют увеличению количества гемоглобина, эритроцитов и белых кровяных клеток –

лейкоцитов, активно участвующих в очищении внутренней среды организма и в иммунной защите (в уничтожении микробов, проникших в организм).

Если тело во время водных процедур погружается в воду полностью, то по закону Архимеда оно теряет в весе столько, сколько вытесняет воды. При полном погружении человека весом 70 кг его тело весит 3,4 кг, а если над водой остается голова, то около 7,9 кг. При глубоком погружении тела в воду («нырянии») во внутренние органы из кожных сосудов передается около 30 % всего объема циркулирующей крови. Если в воду погружается только часть тела, то можно прогнозировать изменение реакции со стороны сосудов конкретных органов.

Под действием холодной воды тонизируется функция «второго сердца», грудобрюшной перегородки – диафрагмы. Эта мышца начинает функционировать более активно. Кроме того, углубляется дыхание и усиливается вентиляция легких.

Число колебаний диафрагмы в сутки составляет около 25 тысяч (18 колебаний в минуту). Этот совершенный нагнетательный насос одновременно является хорошим «массажем» печени, селезенки, кишечника. Активация ее водными процедурами приводит также к сжатию всех поверхностных лимфатических сосудов, лимфатических коллекторов живота. Диафрагма опорожняет их в венозную систему, а венозную кровь активно продвигает по направлению к сердцу.

Благодаря высокой теплопроводности, с помощью воды можно сжигать излишки жиров. Пятнадцатиминутное купание в воде с температурой 20 °С заставляет организм дополнительно выделять 100 килокалорий тепла, которое вырабатывается за счет утилизации жировых отложений. Прохладные водные процедуры способны усиливать аппетит, успокаивать центральную нервную систему.

Отличная тренировка сосудов, улучшение защитных функций кожи и усиление активности других органов достигаются чередованием холодных и тепловых водных воздействий на организм.

Доктор чистая вода

Чтобы сохранить нормальный уровень воды в организме, мы нуждаемся в постоянном ее пополнении. Потеря даже десятой части H_2O имеет тяжелые последствия для организма. Если же потеря достигает двух десятых, то может наступить смерть. Недостаток воды нарушает нормальное течение химических и физических процессов в организме, поэтому очень важно для сохранения здоровья и нормального обмена веществ поддерживать необходимый баланс воды.

Потребность организма в воде может быть подтверждена примером из истории альпинизма. Во время штурма Гималаев люди, работавшие на больших высотах, заметно теряли в весе. Никто не мог понять причины этого до тех пор, пока экспедиция на Эверест научно не доказала влияние высоты на водный обмен. Люди вынуждены были превращать снег и лед в воду. Они убедились, что человеку на такой высоте надо выпивать в среднем 3 л воды в день. Это намного больше, чем предполагалось раньше.

Все жизненные процессы базируются на воде. Без нее не может существовать протоплазма. Ни одна травинка, насекомое, птица или рыба. Если клетка высыхает, ее работа прекращается. Клетка должна иметь приток жидкости, а человеческая тем более: в организме имеется свыше пяти литров крови. Отбросы пищи, потребляемые клетками, выводятся из организма в виде жидкости – мочи. Даже кислород не может быть поглощен легкими, если их поверхность не будет влажной. То же самое справедливо и для выделения углекислоты.

Пища тем более не может быть усвоена без воды. С ее помощью идет превращение белков, крахмалов и жиров в вещества, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма. Желудочный сок, на 90 % состоящий из воды, начинает свою работу при прохождении пищи через желудок. Затем пищевая масса, теперь уже представляющая из себя жижу, проходит в двенадцатиперстную кишку, верхний отдел тонкого кишечника, где происходит ее всасывание. Секретция печени и поджелудочной железы, тоже состоящей на 90 % из воды, заканчивает переваривание пищи. Вода необходима также для стимуляции работы желудка, в кишечнике она помогает формированию фекальных масс и своевременному выводу их из организма.

Почки и мочевой пузырь, кожа и легкие – все они без воды не могут освобождаться от ядов. Альвеолы функционируют нормально только будучи влажными. Слизистые носа, горла, трахеи и бронхов также всегда должны быть влажными. Поскольку все они контактируют с воздухом, организм теряет при дыхании до 500 мл воды ежедневно. Когда воздух сухой, эта цифра может увеличиваться. Многие люди это понимают и устанавливают в домах увлажнители.

Плазма крови состоит на 80 % из воды, и это позволяет ей свободно циркулировать по всему телу. Она переносит пищу и газы, неорганические соли и питательные вещества, отходы и выполняет другую «подсобную» работу. Все необходимое человеческим клеткам приносится плазмой, включая те материалы, при помощи которых клетка строит себя. Любые процессы – будь то строительство клеток, поглощение или выделение – происходят с помощью плазмы. Получая пищу и топливо из органов пищеварения и дыхания, она несет их всем тканям организма.

Исследования показали, что человек, находящийся в состоянии покоя, в нормальный по влажности день теряет около 300 мл жидкости через кожу и легкие. Бегун на длинные дистанции теряет до 4 литров, футболисты – порой до 6 литров в час. Так как организм более чем наполовину состоит из воды, а выделительные процессы в основном базируются на ней, то понятно, что ее легко потерять.

Вода – смазывающее средство. Организм по-своему смазывается, и основой смазки также является вода. Она позволяет органам не тереться друг о друга. Она помогает костям свободно двигаться в суставах: вы не согнете колено или локоть без смазки. Являясь основой гидравлической системы организма, она создает и поддерживает различные давления в нем. Мускульный тонус не может поддерживаться без воды, так как мышцы на три четверти состоят из нее. Это является причиной нашей усталости при дефиците воды в организме.

Когда в организме недостаточно воды, уменьшается секреция желез, уменьшается количество слюны, оболочки пересыхают, мы чувствуем жажду. Это чувство сигнализирует, что мы должны немедленно ввести воду в организм. Если потеря воды увеличивается, то могут развиваться и другие симптомы: головные боли, нервные явления, неспособность сосредоточиться, расстройство пищеварения и многое другое. Вода быстро снимет эти симптомы.

Следует различать несколько видов воды: питьевая, лечебная и гигиеническая. В качестве последней может служить вода реки, пруда, ручья, бассейна, то есть такая, где человек купается, закаляется, очищает поверхность кожи от загрязнений. В основном это природная естественная вода, предназначенная для проведения оздоровительных процедур. К лечебным водам относятся минеральные, курс приема их составляет 4–6 недель. К питьевым или столовым водам относятся все воды, которые мы пьем для утоления жажды. Если мы используем водопроводную воду, желательно иметь фильтр для очищения от загрязнений.

Для лечения следует использовать воду без добавок, к которым относятся подсластители, красители, вкусовые ингредиенты, химические композиции для придания «фирменного» вкуса и продления срока годности.

Разновидности воды

Как мы уже говорили, природная вода бывает разных видов. Самая лучшая – это речная или родниковая вода, которая течет по направлению на восток, особенно вдали от истока. Далее по качеству следует вода, текущая на север. Вода, текущая на запад или на юг, – некачественная, особенно при южном ветре. Вода, стекающая с возвышенных мест, при прочих равных условиях предпочтительнее равнинных.

Лучшая родниковая вода – та, что протекает по чистой земле или по каменистой поверхности, она лучше защищена от гнили. Хорошая и качественная вода идет от родников, открытых солнцу и ветру, и в потоке, проходящем по глинистому руслу, поскольку глина очищает воду, поглощает посторонние примеси, делает ее прозрачной. Глина должна быть чистой, без примесей ила, солей.

Вода колодцев и подземных каналов хуже родниковой, так как она состоит из «спертых» вод, в течение долгого времени смешивалась с частицами земли и гнилью.

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 кислотность в допустимых пределах. Но все это относится к чистой дождевой воде. К сожалению, в современных условиях дождевая вода содержит много вредных примесей. Каждый слышал о «кислотных дождях». Поэтому сейчас в пригородных поселках, вблизи заводов, фабрик, больших автомобильных трасс дождевую воду нельзя не только пить, но даже мыть в ней голову и стирать белье.

Вода снеговая очень холодна, пить ее не рекомендуется, так как тепло желудка с трудом согревает ее. Снеговой водой также следует пользоваться с осторожностью из-за возможного наличия в ней примесей. Хороша вода чистого водоема, открытая снегу, солнцу, ветру.

Вода стоячая, то есть в прудах, озерах, закрытых водоемах, может быть заселена различными микроорганизмами и несет отрицательную энергетику. По сути своей это – мертвая вода. От стоячей воды могут возникнуть опухоли, язвы, различные кожные заболевания.

Болотная вода крайне опасна. Она вызывает заболевания селезенки, истончает брюшные стенки, блокирует работу внутренних органов, способствует «высыханию» конечностей. Болотная, стоячая вода повышает чувство голода и жажды. Люди, постоянно пьющие этот вид природной воды, часто страдают психическими заболеваниями, нарушениями работы дыхательной системы.

Природная железистая вода, то есть с повышенным содержанием железа, обладает рядом целебных свойств. Купание в такой воде помогает при нервных расстройствах, параличе, анемии, головных болях, простудных заболеваниях, усиливает половую потенцию. Вода с повышенным содержанием серы уменьшает боли в суставах, рассасывает бородавки и наросты на коже.

Вода жесткая отличается от других наличием в ней солей кальция и магния. Эта вода нежелательна как для приема внутрь, так и для наружного применения. Она плохо усваивается организмом, откладывается в нем в виде шлаков, страдают сосуды и суставы.

Определить степень жесткости воды несложно: достаточно обратить внимание, как в ней пенится мыло и образуется осадок при кипячении и отстое. Налет на чайнике и недостаточное действие мыла указывают на повышенную жесткость. Чтобы снизить жесткость, надо воду перед любым использованием кипятить.

Ниже мы уделим внимание воде, которая известна издавна, но применение ее до сих пор вызывает споры среди врачей. Однако у наших предков было много рецептов по использованию такой воды при лечении различных заболеваний.

«Золотая» вода

Для изготовления «золотой» воды в золотой сосуд наливали родниковую воду и оставляли его на весь день под прямыми солнечными лучами. После заката сосуд плотно накрывали золотой крышкой и убирали в темное место. Эту жидкость пили, ею умывались и готовили на ее основе лекарства. Но что особенно интересно, женщины три раза в день делали своеобразные ванночки для рук, погружая их по локоть в теплую жидкость. Считалось, что такие процедуры делают женщину работающей и умелой во всех хозяйственных делах.

«Золотую» воду можно приготовить быстро и просто. Для этого нужно в эмалированную посуду налить 2 стакана воды, поместить в нее любое золотое изделие, без камней или инкрустаций, весом 3–5 г и поставить на огонь. Кипятить жидкость нужно до тех пор, пока не выкипит ее половина. «Золотая» вода готова!

Применять «золотую» воду можно как внутрь, так и наружно, но необходимо помнить, что любое лекарство может стать ядом, если его использовать неправильно.

«Золотая» вода помогает при лечении следующих заболеваний:

- аритмия, сердечная недостаточность, реабилитация после перенесенного инфаркта;
- радикулит, ревматизм, остеохондроз;
- все виды растяжений;
- климакс, нарушения менструального цикла;
- отеки;
- склероз;
- нервная слабость, хроническая усталость;
- заболевания волос.

Лечимся «золотой» водой

«Золотая» вода применяется в настоях с различными лекарственными растениями, усиливая их действие.

При тахикардии и неврозах сердца рекомендуется настойка цветков боярышника. 1 ст. ложку цветков или плодов залить 1 стаканом водки. Настаивать неделю, процедить. Принимать по 20–25 капель с «золотой» водой 3–4 раза в день.

При сердечной слабости помогут тонизирующие средства:

- 1 ст. ложку свежих молодых листьев клена заварить в стакане кипяченой «золотой» воды, настаивать на горячей плите 30 минут, не доводя до кипения, процедить и оставить остывать. Принимать по ½ стакана 3–4 раза в день;

- 2 ч. ложки шишек хмеля залить 200 мл кипяченой «золотой» воды, настоять, укутав в махровое полотенце на 30–40 минут, процедить. Следует принимать по ⅓ стакана 3 раза в день до еды.

При нарушениях сердечного ритма и болях в сердце принимать «золотую» воду с добавлением настоя мяты в соотношении 1:1 по 1 ч. ложке за 40 минут до еды 3 раза в день. Во время лечения нужно следить за пульсом (у здорового человека количество ударов не превышает 60–80 ударов в минуту) и прекратить прием, когда пульс станет равномерным.

При склерозе сосудов головного мозга рекомендуется принимать 3 раза в день до еды по 20–30 г (2–3 десертные ложки) настоя коры рябины обыкновенной: 200 г коры настоять 2 часа в 500 мл «золотой» или «серебряной» воды.

При гипертонии в начальных стадиях 1 ст. ложку пустырника, 2–3 ст. ложки крапивы настоять в стакане «золотой» воды. Пить в течение дня по глотку.

При гипертонии поможет и следующий настой: 100 г сухой измельченной травы пастушьей сумки залить 500 мл 70 %-го спирта, настаивать в темном месте 8 дней, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по 25–30 капель, запивая «золотой» водой, 3 раза в день перед едой.

При неврозах

- 1 ч. ложку семян сельдерея настаивать в 2 стаканах «золотой» воды, процедить. Принимать по 1 ч. ложке 3–4 раза в день.

- 1 ст. ложку корневищ и корней валерианы настаивать в 1 стакане «золотой» воды 12 часов в закрытой посуде, процедить. Принимать по 1 ч. ложке 3–4 раза в день до еды.

- 2 ч. ложки травы пустырника настаивать 6–8 часов в 2 стаканах «золотой» воды, процедить. Принимать по 2 ч. ложки 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

- Смешать по 1 ст. ложке крапивы (собранной во время цветения), цветов бузины и календулы. Настаивать в 3 стаканах «золотой» воды. Выпивать в течение дня, каждый раз делая небольшой глоток.

Отеки **при болезнях почек** можно снять, если $\frac{1}{2}$ ч. ложки истолченных семян петрушки настоять в течение 8 часов в 2 стаканах «золотой» воды в закрытом сосуде. Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

При ушибах хлопчатобумажную ткань сложить в несколько слоев, окунуть ее в теплую «золотую» воду, разбавленную в пропорции 1:1 с соком подорожника (сок можно заменить настоем), и приложить к больному месту. Как только компресс остынет, снова намочить его в теплой «золотой» воде. Процедуру повторять не менее 10 раз.

При болезнях суставов для лечебных ванн 200–250 г листьев грецкого ореха кипятят в 1 л «золотой» воды. Температура воды в ванне должна быть примерно 38 °С. Время процедуры – 15 минут.

Также при болезнях суставов рекомендован напиток: 1 ст. ложку листьев грецкого ореха залить 1 стаканом кипяченой «золотой» воды. Настаивать 2 часа в закрытой посуде. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день.

При грибковых заболеваниях кожи помогают целебные «золотые» ванны. В небольшую емкость положить 100 г сухой или 600 г свежей травы (любой – календулы, ромашки, мяты, мелиссы), залить 2 л «золотого» кипятка. Смесь потомить на медленном огне в течение 15 минут. Настаивать 45 минут, процедить и вылить в ванну. Температура воды должна быть 36–38 °С. Продолжительность приема процедуры – 20 минут. После принятия ванны нужно сделать «золотое» обтирание, которое следует приготовить заранее: в 1 л «золотой» воды растворить 1 ст. ложку поваренной соли и 1 ст. ложку уксуса. Жесткую губку обмакнуть в раствор и, начиная с кончиков пальцев ног, легкими массажными движениями протирать тело. По окончании процедуры хорошенько растереться жестким махровым полотенцем.

При грибковых заболеваниях кожи для снятия напряжения перед сном приготавливают такую ванну: полбрикета экстракта хвои растворить в 1 л холодной «золотой» воды, вылить в ванну и принимать ее 10 минут. Температура воды 34–35 °С. Эту процедуру нужно делать непосредственно перед сном.

При ожогах очень полезно смазывать кожу соком граната, разведенным 50 %-ной «золотой» водой.

Слизью от разваренной в «золотой» воде коры липы смачивать марлю и прикладывать к обожженным участкам кожи.

«Серебряная» вода

Приготовить «серебряную» воду в домашних условиях совершенно нетрудно. Для этого необходимо положить серебряную столовую ложку в двухлитровый стеклянный графин на ночь. Серебряную ложку можно заменить любым количеством серебряных предметов, главное – чтобы они по весу составляли столько же серебра, сколько весит столовая серебряная ложка (50–60 г). Однако при таком приготовлении вы не будете знать, какая концентрация серебра в воде и насколько оно действенно. Сейчас проще купить в аптеке концентрат «серебряной» воды и развести его в воде в правильной пропорции (они указаны ниже). Можно использовать также родниковую воду или сырую, но обязательно очищенную с помощью фильтра.

На 100 мл воды взять 1 ч. ложку (3 мл) аптечного концентрата – получится «серебряная» вода с концентрацией серебра 1,0 мг/л.

На 1 л воды взять 1 ч. ложку (3 мл) аптечного концентрата – будет «серебряная» вода с концентрацией 0,1 мг/л.

На 100 мл воды взять 1 десертную ложку (6 мл) аптечного концентрата – на выходе получится «серебряная» вода концентрации 2,0 мг/л.

На 1 л воды взять 1 десертную ложку (6 мл) концентрата – получится «серебряная» вода концентрации 0,2 мг/л.

На 100 мл воды взять 1 ст. ложку (9 мл) – на выходе будет «серебряная» вода концентрации 3,0 мг/л.

На 1 л воды взять 1 ст. ложку (9 мл) – концентрация «серебряной» воды составит 0,3 мг/л.

Для употребления внутрь «серебряная» вода разводится в сырой фильтрованной воде комнатной температуры, а не в кипяченой. Только при расстройствах желудка концентрат нужно разводить в кипяченой воде.

Также сейчас продаются приборы (ионаторы), которые позволяют получать дома «серебряную» воду в точной нужной пропорции.

Хранить концентрат или большое количество раствора нужно в закрывающейся стеклянной, обязательно защищенной от света посуде (закрытой пищевой фольгой или черной фотобумагой) в течение не более 3 месяцев. Перед употреблением бутылку нужно взбалтывать.

«Серебряная» вода может быть питьевая – в ней концентрация ионов серебра составляет 35 мкг/л. Такая вода по санитарным нормам разрешена для употребления в пищу (действующие санитарные нормы допускают содержание серебра в питьевой воде до 50 мкг/л). В первую очередь такую воду используют для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта. Также питьевая «серебряная» вода используется для приготовления пищи, для лучшего сохранения домашних заготовок (маринадов, варений и солений). Очень хорошо обрабатывать ею детские игрушки и посуду для защиты их от бактерий. Она используется в настоях лекарственных трав, которые будут приведены ниже.

Концентрат «серебряной» воды – это вода, в которой концентрация ионов серебра составляет 10 000 мкг/л. Ею можно пользоваться для ингаляций при бронхолегочных заболеваниях, а также в косметических целях для умывания.

Применение «серебряной» воды в медицине очень разнообразно:

- в хирургической практике (при инфекционном поражении костей, мышц, суставов, лимфатических узлов и других органов);
- в глазной практике (при конъюнктивите, блефарите, кератите, воспалении слезного мешка и других воспалительных процессах);

- в ЛОР-практике (при поражении наружного слухового прохода, воспалении среднего уха, мастоидите, фарингите, ларингите, гайморите, тонзиллите и рините, а также при различных формах ангины и гриппе);

- в педиатрии (дезинфекция воды для купания детей, дерматозы, детская экзема, ожоги);

- в лечении заболеваний внутренних органов (при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, хронического гастрита с повышенной кислотностью, сопровождающихся изжогами, а также при лечении неврозов с увеличенным выделением желудочного сока, энтерита и колита, при эндокринологических заболеваниях и нарушении обмена веществ: диабет, диатезы);

- в акушерско-гинекологической практике (при лечении различных воспалительных процессов слизистой оболочки и трещин сосков);

- в лечении кожных заболеваний (фурункулез и грибковые поражения кожи);

- в стоматологической практике (при лечении стоматита, гингивита и других заболеваний полости рта);

- наружное применение (гнойные раны, гнойничковые заболевания кожи, ожоги, дерматозы, экзема, вульвовагиниты, геморрой).

Питьевые профилактические растворы серебра улучшают состав крови, удерживают кальций и фосфор в крови, предупреждают отложение солей на стенках сосудов и суставов, повышают иммунитет, предупреждают инфекционные заболевания.

Содержание в питьевой воде серебра регламентируется государственными санитарными нормами и правилами «Гигиенические требования к воде питьевой, предназначенной для потребления человеком» (ГСанПиН 2.2.4-171-10). Согласно санитарно-химическим показателям безопасности и качества питьевой воды, водопроводная вода не должна содержать серебро; в фасованной воде, а также в воде из пунктов розлива и бюветов содержание серебра не должно превышать 0,025 мг/л.

Для бактерицидного действия серебра требуются достаточно большие концентрации (около 0,015 мг/л), а при малых концентрациях оно оказывает только бактериостатическое действие, то есть останавливает рост бактерий, не убивая их. Однако споры микроорганизмов к серебру практически не чувствительны. То есть грязную воду серебро не очистит, оно может сохранить только чистую изначально воду от заселения микробами.

Важно знать, что без надобности пить «серебряную» воду не следует. Серебро – тяжелый металл, стоит в одном ряду со свинцом, кобальтом, мышьяком и другими веществами. Как и другие тяжелые металлы, серебро способно накапливаться в организме и вызывать серьезные отравления (аргирозы).

Лечимся «серебряной» водой

Для профилактики внутренних болезней нужно сделать «серебряную» воду концентрации 0,1–0,5 мг/л. Пить по 100 мл 3–4 раза в день за 20–30 минут до еды в течение 3 месяцев.

Для лечения внутренних болезней применяется концентрация «серебряной» воды 0,5–5,0 мг/л. По 100 мл принимают 3–4 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс – 3 месяца. Применяется при пищевом отравлении, метеоризме, при послеоперационных рецидивах в почках, печени, кишечнике (свищи). При тяжелых формах этих заболеваний концентрация раствора увеличивается до 5–10 мг/л.

При лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических гастритов с повышенной или пониженной кислотностью, энтеритов, холецистита, эндокринных заболеваний, диабета, диатеза, экзем первые 10 дней концентрация

«серебряной» воды – 10 мг/л, следующие 3 недели – 5 мг/л. По 100 мл принимают 3–4 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс – 3 месяца.

Добавление «серебряной» воды в лекарственные настои, молоко, соки продлевает срок их хранения в несколько раз.

При ревматизме принимать внутрь по 1–2 г (50–100 капель) после еды 3 раза в день настойку: 1 часть цветков боярышника на 10 частей 70 %-го спирта, 100 мл «серебряной» воды. Настаивать неделю. Цветы боярышника следует собирать в начале их распускания.

Желчегонный сбор: смешать цветочные корзинки тмина песчаного (3 части), траву тысячелистника (2 части), траву полыни горькой (2 части), лист мяты перечной (2 части), семена фенхеля (2 части). Травы настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды. Принимать по ½ стакана 4 раза в день за 20 минут до еды.

При болезнях горла сделать настойку зверобоя обыкновенного (30 г травы на 100 г спирта или стакан водки) и 40 капель этого настоя развести в ½ стакана «серебряной» воды для полоскания горла.

При ангине помогут следующие средства.

- Сок свежих ягод черной смородины разбавить «серебряной» водой. Применять для полоскания горла.

- Натереть на терке свеклу (1 стакан), влить 1 ст. ложку уксуса, дать настояться. Сок с уксусом отжать, разбавить «серебряной» водой, прополоскать им рот, горло и немного проглотить (1–2 ст. ложки).

Для профилактики заболеваний перед и во время эпидемий гриппа, а также в периоды сильных стрессов

- Пить самый слабый раствор «серебряной» воды за 20–30 минут до еды.
- Заварить 1 ч. ложку корня девясила, 1 ч. ложку листьев мать-и-мачехи в 1 стакане «серебряной» воды и принимать внутрь 3 раза в день при кашле.

При бронхитах

- 3 ст. ложки свежих листьев подорожника смешать с 3 ст. ложками сахара или меда, поместить в закрытый сосуд и поставить на 4 часа на теплую плиту. Сироп принимать по 1 ч. ложке 4 раза в день, слегка разбавив «серебряной» водой, за 30 минут до еды.

- Принимать 4 раза в день по 2 ст. ложки сока свежей травы тысячелистника, слегка разбавленного «серебряной» водой.

- Натереть на терке черную редьку и выжать сок через марлю, слегка разбавить «серебряной» водой, смешать 250 мл сока редьки с 200 г жидкого меда. Принимать по 2 ст. ложки перед едой и перед сном.

- 2 головки чеснока и 5 лимонов натереть на терке, залить 1 л «серебряной» воды комнатной температуры. Настаивать 5 дней, процедить, отжать. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20 минут до еды.

- 1 ч. ложку травы багульника настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день.

- 15 г листьев мать-и-мачехи настоять в 1 стакане «серебряной» воды. Принимать по 1 ст. ложке через каждые 3 часа.

- 3 ст. ложки свежих листьев подорожника смешать с 3 ст. ложками сахара или меда, в закрытом сосуде поставить на 4 часа на теплую плиту. Сироп принимать, слегка разбавив «серебряной» водой, по 1 ч. ложке 4 раза в день за 30 минут до еды.

Снизить температуру помогает сок апельсина или клюквы, слегка разбавленный «серебряной» водой; хороший эффект дает прием растертых с «серебряной» водой плодов (ядер) лесного орешника.

При простудных заболеваниях

- 2 луковицы среднего размера очистить, мелко нарезать, добавить $\frac{1}{4}$ стакана сахара, $\frac{1}{2}$ стакана «серебряной» воды. Варить до густоты сиропа. Принимать по 1 ст. ложке через каждые 3 часа.

- Спиртовую настойку эвкалипта принимать по 20–30 капель, разбавив $\frac{1}{2}$ стакана «серебряной» воды, 3 раза в день.

- Нарезать очень тонкими ломтиками 6–8 штук редьки. Посыпать каждый ломтик сахаром. Через 12 часов появится сок. Сок отжать, слегка разбавить «серебряной» водой. Принимать по 1 ст. ложке каждый час. (Противопоказано при заболеваниях печени и сердца.)

При насморке сок свеженатертой свеклы смешать с равным количеством меда, слегка разбавить «серебряной» водой. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3–4 раза в день.

При хроническом насморке спринцевать нос настоем шалфея на «серебряной» воде.

При кашле сок клюквы с медом, разбавленный «серебряной» водой, принимать в теплом виде.

Для облегчения отделения мокроты полезно принимать внутрь сироп из брусничного сока с сахаром или медом, слегка разбавленный «серебряной» водой.

При склерозе сосудов головного мозга рекомендуется принимать 3 раза в день до еды по 20–30 г (2–3 десертные ложки) настоя коры рябины обыкновенной: 200 г коры настоять 2 часа в 500 мл «золотой» или «серебряной» воды.

При гипертонии

- Сок плодов грейпфрута, слегка разбавленный «серебряной» водой, принимать 3 раза в день за 30 минут до еды.

- Из свеженатертых корнеплодов свеклы отжать сок, слегка разбавить «серебряной» водой. Сок перед употреблением смешать с равным количеством меда. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3–4 раза в день.

- 1 ч. ложку травы багульника настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день.

- 3 ч. ложки травы пастушьей сумки настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды, процедить. Принимать по 1–2 ст. ложки 3–4 раза в день.

- 2 ч. ложки травы пустырника настаивать 6–8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

- 1 ч. ложку сухих корневищ с корнями девясила настаивать 8 часов в 1 стакане «серебряной» воды, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день за 20 минут до еды.

- Виноградный сок регулирует кровообращение: понижает высокое кровяное давление, повышает низкое, приближая в обоих случаях к норме. Его рекомендуется принимать слегка разбавленным «серебряной» водой 3 раза в день: утром – натощак, за час до еды перед обедом и ужином. Сок начинать пить с 1 стакана за прием и доводить разовую дозу до 2 стаканов. В этот период не рекомендуется употреблять жирное мясо, молоко и спиртные напитки.

- Очистить от кожуры 100 г грецких орехов, протереть на мелкой терке, смешать с небольшим количеством «серебряной» воды и с $\frac{1}{2}$ ст. ложки меда. Принимать по $\frac{1}{2}$ ст. ложки 3 раза в день.

- 1 ст. ложку цветочных корзинок пижмы обыкновенной настаивать 4 часа в 2 стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 2–3 раза в день за 20 минут до еды. Через 20 дней сделать перерыв на 10 дней, потом сеанс лечения можно повторить.

При стенокардии 1 ст. ложку пустырника, 2–3 ст. ложки крапивы настоять в 1 стакане «серебряной» воды. Выпить за 3 приема в течение дня.

При нервной слабости (в качестве тонизирующего, возбуждающего средства) 1 ч. ложку семян сельдерея настаивать в 2 стаканах «серебряной» воды, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.

При неврозах

- 1 ст. ложку корневищ и корней валерианы настаивать 12 часов в закрытой посуде в 1 стакане «серебряной» воды, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день до еды.
- Смешать по 1 ст. ложке крапивы (собранной во время цветения), цветов бузины и календулы. Настаивать в 3 стаканах «серебряной» воды. Выпить в течение дня.

При гастрите

- Чагу сразу после сбора высушить при температуре около 50 °С. Высушенный гриб для размягчения залить на 4 часа «серебряной» водой, затем пропустить через мясорубку или натереть на терке. Для приготовления водного настоя 1 стакан измельченного гриба залить 5 стаканами теплой «серебряной» воды и настаивать 2 суток. Настой слить, остаток отжать через марлю. Принимать по ½ стакана 6 раз в сутки.
- ½ ч. ложки истолченных семян петрушки настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде. Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день за 30 минут до еды.
- Пить морковный и картофельный соки, разбавленные «серебряной» водой. Соки готовить каждый день, чередуя овощи. Принимать по ½ стакана 2 раза в день перед едой.
- 3 ст. ложки свежих листьев подорожника смешать с 3 ст. ложками сахарного песка или меда, поместить в закрытый сосуд и поставить на теплую плиту на 4 часа. Сироп принимать, слегка разбавив «серебряной» водой, по 1 ч. ложке 4 раза в день за 30 минут до еды.

При геморрое сок свежей рябины пить продолжительное время 3 раза в день по 30–50 мл, добавляя сахар и запивая 1 стаканом «серебряной» воды.

Промывать геморроидальные места холодной «серебряной» водой, разбавленной настоем календулы.

При внутренних кровотечениях и кровоизлияниях (желудочных, кишечных, геморроидальных) приготовить кровоостанавливающий сбор: трава пастушьей сумки (1 часть), трава хвоща (1 часть). 2 ч. ложки смеси настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды, процедить, добавить 1 стакан кипятка. Принимать по ½ стакана через день.

При запорах

- Употреблять в пищу вареную свеклу, свекольный сок или сок шпината. Эти соки нужно смешивать с морковным и сельдерейным соками, разбавлять «серебряной» водой и пить много раз в день.
- 3 ст. ложки толлокна, 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложку поваренной соли хорошо перемешать. Разбавить «серебряной» водой и выпить за один раз.
- Летом принимать 6 раз в день по 1 ст. ложке свежего сока золототысячника или одуванчика (или обоих растений), разбавленного «серебряной» водой. Зимой рекомендуется прием настоя из этих растений не менее 5 раз в день. Обязательно настаивать нужно на «серебряной» воде.

При поносе сделать настоем дубовой коры. 1 ч. ложку молодой коры настаивать 6 часов в 2 стаканах «серебряной» воды, процедить. Принимать по ½ стакана 2–4 раза в день.

При язвенной болезни

- 1 ст. ложку цветочных корзинок пижмы настаивать 4 часа в 2 стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде, процедить. Принимать по ½ стакана 2–3 раза в день за 20 минут до еды.
- 1 ст. ложку свежих корней и листьев сельдерея настаивать в 2 стаканах «серебряной» воды, процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки настойку из 50 г березовых почек и 500 мл водки выдерживать 10 суток. Принимать по ½ ч. ложки, запивая 1 стаканом «серебряной» воды, 3 раза в день за 20 минут до еды.

При почечнокаменной болезни 1 ч. ложку льняного семени вскипятить в 1 стакане воды. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана каждые 2 часа в течение 2 недель. Перед приемом смесь разбавить «серебряной» водой, можно добавить лимонный сок.

Отеки при болезнях почек лечит настой: $\frac{1}{2}$ ч. ложки истолченных семян петрушки настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде. Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

При почечной колике

- $\frac{1}{2}$ ч. ложки истолченных семян петрушки настаивать 8 часов в 2 стаканах «серебряной» воды в закрытом сосуде. Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

- Ягоды черники настаивать на «серебряной» воде. Принимать 3 раза в день перед едой по $\frac{1}{2}$ стакана.

При воспалении суставов свежей травой череды или настоем (4 ст. ложки на 3 стакана «серебряной» воды) натирать воспалившиеся суставы. Можно делать компрессы.

Колокольная вода

В Древней Руси колокольная вода была общепризнанным лекарственным средством. Колокольной водой называлась она оттого, что ее получали во время отлива колоколов. Колокольную воду хранили дома и использовали как лекарство от многих болезней. Как и почему колокольная вода приобретала целебные свойства? Чтобы узнать ответ на этот вопрос, нужно обратиться к истории.

На Руси колокол был не только обязательной принадлежностью церковного храма, но также играл важную роль в жизни людей: колокол использовался как сигнальное средство при вражеских набегах, во время пожаров звонили в колокол, на вече созывали при помощи колокола, колокол использовали как звуковой маяк для путников в непогоду. Чем больше и звонче был колокол, тем больше почета и уважения князю, в чьем уделе находилась колокольная.

Колокола отливали из бронзы – сплава меди и олова. А для улучшения звучания в расплав добавляли серебро. Считалось, что чем больше серебра – тем звонче звук. Отсюда и пошло выражение «серебряный звон».

На самом деле добавки серебра могут улучшать звучание только очень больших колоколов – такова физика металлов. Русь издавна славилась самыми большими колоколами в мире. Нередко вес таких гигантов превышал 30 тонн.

До XVIII века не существовало надежных технологий очистки самородных металлов. В месторождениях меди изначально присутствует серебро, примерно 1–2 %. Проведенные анализы показали, что колокола, отлитые в период IX–XVII веков, содержат не менее 1 % серебра. Но иногда его в десятки раз больше, что объясняется традицией, которая сохранилась до наших дней – бросать в плавильную печь серебряные предметы.

В древности металлы были очень дороги. Чтобы сделать большой колокол, князю приходилось нести значительные расходы. Работу поручали только очень опытному мастеру литейного дела. Ошибка могла стоить ему жизни.

Профессия мастера колокольного дела считалась не столь редкой, но мастерства требовала незаурядного. Отливка колокола проходила в условиях, напоминающих пожар. Работники теряли сознание от жара и дыма, некоторые получали сильнейшие ожоги от брызг расплавленного металла или перегретого пара. Но мастера знали: если случилась беда, обжегся – не кричи от боли, лучше сразу же окунай руку в бочку с водой, где остужался колокол. Почему так следовало поступать, никто не задумывался. Но если на ожоги и травмы попадала колокольная вода, заживление проходило очень быстро и без нагноений.

Секрет целебного действия колокольной воды был известен во многих семьях металлургов. В небольших количествах употребляли внутрь эту колокольную воду и с целью профилактики кишечных инфекций. Неслучайно в старой медицинской статистике известен такой факт: во время холерных эпидемий страшный недуг словно «обходил» стороной рабочих меднолитейных заводов.

Обнаружив целебные свойства колокольной воды, ее стали собирать и использовать как лекарство. Это было первое средство для лечения ран, дружинники князя брали эту воду с собой в боевой поход. В дальнейшем было замечено, что колокольная вода хорошо помогает от «падучей болезни», детской золотухи, предохраняет от холеры, способствует сращению костей при переломах.

Откуда же появились такие целебные свойства колокольной воды? Комплексные исследования, проведенные в наши дни, дали ответ на этот вопрос. Все оказалось просто.

Омывая раскаленный металл, вода насыщалась оксидами меди и серебра. Ионы этих металлов и способствовали излечению. Их совместное действие превосходит силу «серебряной» воды, даже если в ней концентрация ионов в несколько раз выше.

Во времена царствования Алексея Михайловича колокольная вода начинает утрачивать свое значение как лекарство по двум причинам. Во-первых, для отливки колоколов все больше стали использовать чистую медь и олово и все меньше добавляли серебро. По этой причине целебная сила воды снижалась. Так как настоящих колоколов уже практически не существует, в наши дни о колокольной воде практически не вспоминают.

На севере России, в поселке Чупрово, сохранился древний колокол, который используют как набат при пожарах. Некоторые жители во время дождя подставляют миску под колокол, собирают стекающую с него воду, а потом этой водой лечатся. Объясняют целебную силу этой воды тем, что колокол намоленный. Примечательно то, что старый колокол покрылся бронзовой патиной, то есть окислами металлов. Следовательно, дождевая вода, стекая по колоколу, насыщается ионами металлов. В данном случае оздоровлению способствует сочетание веры и лечебных свойств медно-серебряного препарата.

Наши предки открыли для себя колокольную воду, но ее аналог мог быть известен человечеству уже за несколько тысячелетий до нашей эры – всем народам, прошедшим эпоху бронзового века. Бронзовые изделия, найденные на различных континентах и хранящиеся в музеях мира, нередко исполнены мастерами в технике литья по восковой модели. Это не только художественная бронза, но и орудия труда, войны и культовые предметы.

Сохранились письменные источники, из которых следует, что бронзовыми колоколами пользовались египетские жрецы за 3 тысячи лет до нашей эры.

Примерно к тому же периоду относятся первые упоминания о медно-серебряной воде, известной как лекарство царей Месопотамии. Правда, готовилась она не с помощью колоколов: секрет ее приготовления состоял в том, что воду настаивали в сосудах, изготовленных из меди и серебра.

Уже в наше время было установлено, что водный медно-серебряный раствор является не только лекарственным, но и профилактическим средством для предупреждения целого ряда заболеваний: простудные заболевания, дуоденит, дерматиты, гепатиты, анемия, ишемическая болезнь сердца, сахарный диабет, гастриты, гепатиты, аллергия, остеопороз, псориаз, эпилепсия, токсикоз при беременности, атеросклероз, витилиго и некоторые другие заболевания. Медь является незаменимым микроэлементом при приеме медно-серебряной воды, усиливает иммунитет, способствует быстрейшему выздоровлению. Серебро активизирует биохимические процессы в организме, усиливает действие меди.

Приготовление колокольной воды

Для приготовления колокольной воды в домашних условиях потребуется серебряное изделие, например ложка. Нужно обмотать ложку куском проволоки из красной меди. Далее зажать это нехитрое «устройство» в пассатижи и держать над огнем до тех пор, пока ложка не раскалится докрасна. Затем бросить ее в кастрюлю с водой объемом не менее одного литра – целебная колокольная вода готова!

Пить такую воду можно ежедневно, натошак, за 20–30 минут до еды, по 2–3 глотка. Через совсем непродолжительное время вы заметите, что ваши болезни стали отступать.

Если такой способ не совсем вас устраивает (может испортиться серебряное изделие), то можно использовать метод царей Месопотамии. Нужно взять сосуд, состоящий из двух разных металлов: медь и серебро или серебро и золото и т. п. Каждый металл имеет собственное значение электрохимического потенциала, всегда отличное от потенциалов других металлов. При соединении двух разных металлов, например меди и серебра, образуется тер-

модинамическая пара. Поместив эту пару в любой электролит (в нашем случае это вода), металл с более низким потенциалом (медь) будет выделять ионы. В данном случае серебро ионы не выделяет. Но на серебре образуется оксид, который имеет небольшую растворимость в воде. Таким образом, получаем медно-серебряный раствор, то есть колокольную воду.

Этот метод использовали еще лекари Древнего Шумера. Они делали сосуды, состоящие из двух разных металлов. С помощью этих сосудов получалась «серебряная» вода для дезинфекции ран и «медно-серебряная» вода, которая была универсальным лекарственным средством.

Святая вода

Святая, или освященная, вода – это вода, которую освящают в церкви на праздник Богоявления (Крещения). Освящают воду и в другие дни: в день Происхождения честных древ Животворящего Креста Господня и в праздник Преполовления. Кроме того, совершаются водосвятные молебны, когда христиане приносят из дома воду, а священник с молитвой ее освящает. Суеверные люди стараются «добыть» именно крещенской водички, считая, что только она и есть настоящая святая вода. А вода, освященная в другие дни, такой силой, как крещенская, не обладает. Но это не так. Любая освященная в церкви вода является настоящей святой водой, со всеми ее целебными и чудесными свойствами. Чтобы понимать, почему это так, надо знать, какова сущность святой воды.

Впервые человек соприкасается со святой водой в таинстве крещения. Многие воспринимают крещение как магический ритуал, который может защитить человека от бед. Но если бы дело обстояло так, то ни с одним крещеным человеком не случилось бы ничего плохого. И, видя это, все остальные тут же побежали бы креститься. И настал бы на земле рай. Но рай почему-то не настает. Значит, крещение – не магический защитный обряд, а что-то другое. Что же? Прежде чем ответить на этот вопрос, давайте вспомним, когда появилось крещение. В Священном Писании оно впервые встречается в связи с именем Иоанна Крестителя. Приходившие к нему иудеи погружались в воды реки Иордан в знак того, что отказываются от совершения зла, смывают с себя, «топят» грязь греха, дабы в чистоте души встретить Мессию, приход которого проповедовал Иоанн. Мессия, погрузившись в Иорданские воды, освятил их Своим Божественным светом. Тем самым очистив и освободив всех людей, которые крестились в Иордане до Него и после Него (вот почему святую воду называют еще иорданской). Очистил – от грехов, освободил – от плена смерти. Христос взял на Себя грехи мира, в том числе и первородный грех, из-за которого в мир вошла смерть. Вот почему, погружаясь в крещенские воды, человек крестится, по словам апостола Павла, «в смерть Господню», а значит – и в воскресение, и жизнь вечную. Но сначала – в смерть. Трехкратное погружение человека в воду с головой при крещении означает погребение Христово и трехдневное Его пребывание во гробе. В таинстве крещения человек умирает для греха и возрождается для новой жизни в Боге – бесконечной жизни. Крещение – не защитный обряд, не знак принадлежности человека к какой-то церкви. Крещение – это рождение нового, бессмертного человека. «Если кто не родится от воды и Духа, не может войти в Царствие Божие». И если обычная вода дала жизнь биологическую, смертную, то святая вода дает жизнь без смерти. Это – вода бессмертия, вода вечной жизни. Это сущность, которая уже живет в вечности. И для нее не важно, сколько времени прошло – день, год или век. Вот почему она не портится. Тот же, кто пьет освященную воду, пьет воду бессмертия.

Талая вода

Целебные свойства талой воды давно известны. По своей структуре она идентична воде, входящей в состав нашей крови и клеток. Поэтому ее применение освобождает организм от дополнительных энергетических затрат на структурирование. Для того чтобы вода, принятая в наш организм, начала «работать», ей необходимо придать особую структуру – матрицу, напоминающую форму льда, а также очистить от всевозможных примесей. Считается, что наш организм затрачивает на структуризацию 1 л воды 25 килокалорий собственной энергии.

Природная талая вода по своим характеристикам во многом приближена к таковой в организме. Она имеет упорядоченную жидкокристаллическую структуру, в которой сохраняется биологическая информация.

Учеными доказано, что структуризация обычной воды легко проходит при замораживании, а при таянии у части первоначального объема жидкости сохраняются эти структуры. Талую воду можно получать из льда природного или искусственного происхождения. В последние годы ученые обнаружили новые целебные свойства талой воды.

Талая вода отличается от обычной вязкостью, она более текуча, также у нее меньше поверхностное натяжение, а значит, талая вода обладает большей поверхностной активностью и у нее другие диэлектрические характеристики. В талой воде ускоряются процессы кристаллизации, растворения, адсорбции, переноса энергии, то есть процессы, которые протекают в живой клетке. Таким образом, талая вода более приближена к свойствам внутренней воды в человеческом организме.

Талая вода обладает внутренней энергией. Известно, что при переходе воды из жидкой фазы в твердую – ледяную, на придание льду структуры затрачивается энергия. При обратном превращении из льда в воду эта энергия освобождается и мощно стимулирует организм человека и животных. Это одно из объяснений того, почему гон у животных наблюдается весной и осенью; птицы из теплых стран, от богатых пищей водоемов, летят выводить потомство на Север, к талой воде, так как прибрежные арктические воды наиболее богаты планктоном благодаря большому содержанию талой воды. Свежие овощи и фрукты, парное молоко обладают сильными мочегонными свойствами именно потому, что структурированная вода быстро проходит через наш организм.

Вода долго сохраняет приобретенную структуру. Вот почему при таянии еще долго сохраняется структура льда. При температуре около 0 °С вода наиболее упорядочена и наиболее активно участвует в биохимических процессах организма. Отсюда важное замечание: чтобы правильно получить талую воду и правильно использовать, необходимо ее не только полностью заморозить, но после оттаивания до 4/5 (из замороженного литра воды оттаять 800 мл) хранить в холодильнике при такой температуре, чтобы в ней плавали кусочки (1/5 часть) льда. И принимать только в таком виде. Лишь в этом случае будет явный эффект.

Если пить талую воду, то примерно через 5–7 месяцев (время замены всей воды в организме на структурированную, не требующую энергии на переработку) значительно улучшится общее состояние здоровья, повысится работоспособность, сократится время на сон. Талая вода эффективна при лечении атеросклероза, очищает организм от шлаков, повышает его защитные силы, стимулирует механизмы размножения, способствует омоложению организма.

Особенно полезна талая вода в преклонном возрасте. Как известно, в старости происходит обезвоживание организма, а талая вода помогает организму бороться с этим явлением. Она также лучше утоляет жажду, снимает усталость.

Живая и мертвая вода

Живая и мертвая вода, о которой говорится в сказках, действительно существует.

Удивительным стало открытие этого явления в 60-х годах прошлого века. Оказалось, что вода, полученная в процессе электролиза, может лечить различные заболевания: от банального насморка до тяжелого недуга – сахарного диабета.

Струя воды была пропущена между разнополярными электродами, при этом образовалась вода двух видов – положительно и отрицательно заряженная. Выяснилось, что воздействуют они на органы и травмы по-разному: одна ускоряет заживление, а другая способствует развитию микроорганизмов, то есть гниению. В зависимости от ситуации живая вода вдруг становилась убийцей для подопытных растений, а мертвая вода воскрешала засохший цветок.

В начале 1981 года Л. И. Кротов сделал прибор для изготовления живой и мертвой воды в домашних условиях.

История изготовления этого прибора была такова: Л. И. Кротов заболел воспалением почек и аденомой предстательной железы, вследствие чего был направлен в урологическое отделение Ставропольского медицинского института. В этом отделении он находился более месяца. Когда ему предложили сделать операцию аденомы, он отказался и был выписан.

Еще в больнице он доделывал устройство для получения живой и мертвой воды, о котором были опубликованы материалы в журнале «Изобретатель и рационализатор».

Проведенная проба лечения превзошла всякие ожидания. Принимая по ½ стакана живой воды перед едой 3 раза в день, Кротов почувствовал бодрость. Аденома за неделю исчезла, так же, как радикулит и опухоль ног. После недели приема живой воды Л. И. Кротов прошел обследование в поликлинике со всеми анализами, при которых не обнаружилось ни одной болезни, нормализовалось давление.

Официальная наука признала, что вода, получившая в процессе электролиза отрицательный редокс-потенциал, то есть живая вода, обладает высоким иммуномодулирующим, регенерирующим и дезинфицирующим свойствами, то есть она с успехом может применяться для лечения множества заболеваний. Эти свойства были подтверждены и закреплены документально.

А как обстоят дела с мертвой водой? Характеристики мертвой воды не подвергались сомнению, так как раствор анолита благодаря своей антибактериальной активности уже спасал сотни людей от гниющих ран и пролежней.

Трудно определить, какой из растворов активированной воды (так называют живую и мертвую воду), важнее для человека. Ведь католит и анолит – это две половинки одного целого – лекарства, созданного самой природой. Уметь воспользоваться этими необычными лекарствами – задача каждого из нас.

Активированная вода быстро и эффективно лечит многие болезни. Ее применяют в хозяйстве, в быту, в саду и в огороде, в гигиенических целях, в животноводстве и птицеводстве и т. д.

Эффективность действия активированной воды увеличивается и потому, что в процессе электролиза мертвая вода приобретает положительный, а живая – отрицательный электрический потенциал. Она становится как бы слабым электролитом, который быстро взаимодействует с жидкостями организма (желудочным соком, кровью, лимфой, межклеточной жидкостью и др.).

Организм человека – это энергетическая система. Многолетняя практика применения активированной воды подтвердила выводы ученых о том, что именно положительные

и отрицательные заряды этой воды способствуют поддержанию энергетического баланса клеток.

Свойства активированной воды

Мертвая вода – (анолит, кислотная вода, бактерицид) – бесцветная жидкость с запахом кислоты, кислая, вязущая. Ее pH = 2,5–3,5. Свои свойства сохраняет в течение 1–2 недель при хранении в закрытых сосудах. Мертвая вода – прекрасное дезинфицирующее и бактерицидное средство. Ею можно полоскать нос, рот, горло при простудных заболеваниях, во время эпидемий гриппа, после посещения инфекционных больных, поликлиник, мест скопления людей. Мертвой водой можно дезинфицировать бинты, белье, различную тару, мебель, даже помещения и грунт. Она снижает кровяное давление, успокаивает нервы, улучшает сон, уменьшает боль в суставах рук и ног, уничтожает грибок, очень быстро лечит насморк и прочее. Ею полезно полоскать рот после еды – это предотвратит кровотечение десен и уменьшит отложение зубного камня.

Живая вода – (католит, щелочная вода, биостимулятор) – очень мягкая, бесцветная жидкость со щелочным вкусом, ее pH == 8,5–10,5. После реакции в ней выпадают осадки – все примеси воды, в том числе и радионуклиды, и вода очищается. Свои свойства сохраняет в течение недели при хранении в закрытом сосуде. Эта вода – отличный стимулятор, восстанавливает иммунную систему организма, обеспечивает антиоксидантную защиту организма, особенно в сочетании с применением витаминов, источник энергии. Не напрасно ее называли живой водой. Она активизирует биопроцессы организма, повышает кровяное давление, улучшает аппетит, обмен веществ, прохождение пищи, общее самочувствие. Эта вода быстро заживляет различные раны, в том числе язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, пролежни, трофические язвы, ожоги. Она смягчает кожу, постепенно разглаживает морщины, уничтожает перхоть, делает волосы шелковистыми и т. д. В живой воде быстро оживают увядшие цветы и зеленые овощи, а семена после замачивания в этой воде быстрее, дружнее прорастают, при поливе – лучше растут и дают больший урожай.

Правила хранения и применения активированной воды

Активированную воду нельзя хранить в холодильнике и охлаждать без надобности также не следует. Это связано с рядом причин, в частности с вибрацией холодильника, с его магнитным полем. Хотя это поле невелико, но его влияние заметно сказывается на качестве воды, ухудшая ее свойства.

Во многих рецептах перед применением активированную воду рекомендуется подогреть. Следует соблюдать осторожность и в этом случае. Воду необходимо подогревать на небольшом огне, желательно в эмалированной или керамической посуде (но не на электроплите!), до кипения не доводить, иначе вода практически полностью лишится своих полезных свойств.

При смешивании живой и мертвой воды происходит взаимная нейтрализация, полученная вода теряет свою активность. Поэтому при приеме внутрь живой, а затем мертвой воды нужно делать паузу между приемами не менее 1,5–2 часов.

При наружном применении, скажем после обработки раны мертвой водой, также необходима пауза в 8–10 минут, и только потом рану можно обрабатывать живой водой.

Еще раз следует подчеркнуть, что активированная вода – это не искусственный, а натуральный продукт. Она не вызывает аллергии, а, наоборот, с успехом ее лечит. В худшем случае вода лишь не окажет заметного эффекта при лечении конкретного недуга, но все равно благотворно скажется на общем самочувствии и тем более не причинит никакого вреда.

Действие активированной воды можно усилить, применяя ингаляции, особенно для лечения инфекционных простудных заболеваний (применяется мертвая вода). Можно применять и способ электрофореза, например при лечении насморка. Для этого необходимо обернуть марлей два тонких электрода (анода), предварительно смочив марлю мертвой водой, и вставить их в нос. Катод прижать к увлажненному затылку. Конечно, необходимо соблюдать осторожность, напряжение источника не должно превышать 3–4,5 вольт.

Обычно достаточно 1–2 процедур по 10–12 минут – и с насморком покончено.

Можно ли применять лекарства при лечении активированной водой? Да, конечно, но в этом случае должны выдерживаться паузы в 2–2,5 часа между приемом лекарств и приемом активированной воды. И все же лучше свести применение химических лекарств к минимуму или отказаться от них вообще.

При приеме внутрь активированной воды однократная средняя доза для взрослого человека составляет, как правило, $\frac{1}{2}$ стакана (если в рецепте не указано иное). Для детей в возрасте от 2 до 5 лет эта доза составляет $\frac{1}{4}$ стакана, от 5 до 12 лет – $\frac{1}{3}$ стакана, а для детей более старшего возраста можно применять дозировку, как для взрослого человека.

Для достижения стойкого выраженного эффекта в ряде процедур нужно проводить максимальный курс лечения. Например, стакан воды нужно выполоскать за 8–10 минут. Сколько раз в день полоскать горло? Рекомендуем не менее 6 раз в день.

В случае если в рецепте не указано иное, принимать внутрь активированную воду следует за полчаса до еды или через 2–2,5 часа после еды. Также желательно в период лечения не употреблять жирной и острой пищи и, разумеется, не употреблять алкогольные напитки.

Для лучшего эффекта при наружном применении (например, при обработке кожи лица) кожу сначала нужно обезжирить (помыть с мылом или протереть тампоном, смоченным в спиртовом растворе салициловой кислоты).

Кислая и щелочная вода

Уже говорилось о кислотности и щелочности живой и мертвой воды. Чем же полезны кислая и щелочная вода?

Дело в том, что кислотно-щелочной баланс (рН) в организме очень важен, процессы могут происходить при определенном значении рН и прекращаются при его изменении.

Кровь имеет рН = 7,35–7,45, слюна – 6,8–7,6, лимфа – 7,5. Таким образом, жидкая среда организма – щелочная. Нейтральный рН равен 7, если значения еще меньше, то это уже кислая среда.

Почти все поверхностные воды и природные лесные родники имеют нейтральный или слабощелочной рН. А вот газированные минеральная вода и лимонады, пастеризованные соки, пиво, черный чай, кофе и все наши напитки – кислые жидкости.

А ведь сдвиг в сторону повышения кислотности является одной из основных причин многих заболеваний. Когда кислотность крови или лимфы повышается длительное время, возникают различные нарушения в работе организма, потому что большинство вирусов и бактерий живут и интенсивно размножаются именно в кислой среде. В щелочной среде они, как правило, погибают. Именно поэтому так важно поддержание стабильного уровня рН крови и других жидкостей организма.

Уже говорилось, что живая вода имеет щелочные, заживляющие свойства, а мертвая вода – кислые, дезинфицирующие свойства.

Щелочная вода способствует усилению обмена веществ в тканях (она ускоряет рост растений, заживляет раны, улучшает самочувствие, снижает восприимчивость к воздействию неблагоприятных факторов). Кислая вода замедляет обменные процессы, губительно действует на микрофлору и микроорганизмы.

Щелочная вода является мощным стимулятором биологических процессов, иммуностимулятором, стимулирует процессы регенерации тканей, нормализует обмен, улучшает процессы кровообращения в тканях.

Эта вода быстро заживляет раны, усиливает обмен веществ в организме, повышает давление крови у гипотоников, улучшает аппетит и пищеварение. Если ее хранить в темном месте в закрытой стеклянной посуде, наполненной под крышку, то свои лечебные свойства она сохраняет в течение суток. Однако нужно помнить, что максимальный оздоравливающий эффект вода сохраняет в первые три часа после приготовления.

Употребление щелочной воды приводит к снижению восприимчивости к простудным и инфекционным заболеваниям, положительно влияет на репродуктивные функции.

При ее приеме человек ощущает бодрость, прилив сил, энергии, хорошее настроение, повышается работоспособность. Восстанавливается работа органов (печень, почки, сердце, железы, мышцы). Щелочная вода эффективна при хронических заболеваниях этих органов и дает хорошие результаты при хронических тонзиллитах, бронхитах, гепатитах, гастритах, нефритах, простатитах, вагинитах, бронхиальной астме и т. д.

Кислая вода обладает антисептическими, антиаллергическими, подсушивающими, противоглистными, противозудными и противовоспалительными свойствами. По обеззараживающему эффекту соответствует обработке йодом, зеленкой, перекисью водорода и др. Регулирует частоту стула (при заболеваниях желудочно-кишечного тракта). При внутреннем употреблении она понижает давление крови у гипертоников, замедляет обмен веществ, уменьшает боль в суставах и т. д. При наружном – обеззараживает бинты, убивает микробы в гноящихся ранах. Успешно предупреждает грипп, ликвидирует пищевые отравления.

Также она воздействует на вегетативную нервную систему, стимулирует лимфообмен, устраняет застои и щелочность крови; улучшает выведение вредных продуктов почками,

кишечником, легкими, кожей; устраняет отеки. Улучшает микроциркуляцию, восстанавливает функцию сальных, потовых, слюнных, слезных желез, а также желез внутренней секреции и желудочно-кишечного тракта. Способствует растворению камней в желчном пузыре и желчных проходах печени, почках, эффективна при ожогах и гнойных ранах как антисептик. Помогает при аллергических ринитах, бронхиальной астме, аллергических дерматитах.

При приеме кислой воды отмечается сонливость, утомляемость, слабость. Она имеет легкое успокаивающее и снотворное действие. При этом понижается тонус поперечно-полосатых скелетных мышц и снижается артериальное давление.

Нельзя хранить эти воды в холодильнике, также нельзя ставить банки с такой водой рядом (расстояние между банками должно быть не менее 40 см).

Приготовление щелочной воды

Талая вода, о которой было написано выше, является самым простым примером щелочной воды. У свежей талой воды, полученной из снега, $pH = 8,3$. У быстро охлажденной кипяченой воды $pH = 8,2$. Поэтому талая вода так полезна, особенно в наше время, когда мы пьем чай, кофе, газировки и прочие кислые (по pH) напитки.

Другой вариант приготовления щелочной воды – настоять обычную воду на золе. Золу насыпают в полотняный мешок и слегка промывают холодной водой. На оставшейся золе настаивается вода, потом тщательно процеживается, разбавляется до приятного вкуса и употребляется для лечения.

В народной медицине зольная вода используется для промывания ран, при потливости, болезнях нервов. Ее пьют при жаркой погоде, так же, как сейчас медики рекомендуют в жару пить минеральную воду без газа, чтобы восполнить потери солей. Особенно полезна зола березы, но чем больше растений включает смесь золы, тем лучше. Такая вода восстанавливает минеральный обмен в организме.

Стоять зольная вода долго не может, но если хранить ее в холоде, то 2–3 дня она сохраняет свои свойства.

Очень полезна зольная вода и для волос. Нужно нанести раствор зольной воды на мокрые волосы и массажными движениями втирать его, а потом сполоснуть волосы настоем ромашки.

И третий вариант приготовления щелочной воды – известковая вода. Нужно взять скорлупу от сырого яйца, очень хорошо ее вымыть и истолочь, залить водой и оставить на сутки.

Приготовление кислой воды

Проще всего делать кислую воду на основе уксуса.

Лучше брать яблочный уксус, нерафинированный. Если есть возможность, то его лучше приготовить самим. Потребуются перезрелые яблоки или падалица; их следует помыть, мелко нарезать, переложить в эмалированную кастрюлю с широким дном и залить горячей водой ($65\text{--}70\text{ }^{\circ}\text{C}$). Вода должна покрывать яблоки на 3–4 см. На 1 кг сладких яблок добавить 50 г сахара, для кислых – 100 г. Посуду с заготовкой поставить в теплое место и время от времени перемешивать яблоки, чтобы сверху не образовывалась сухая корочка.

Через 2 недели жидкость отцедить через марлю, сложенную в 2–3 слоя, и перелить в большие банки для брожения. Лучше не доливать до верха 5–7 см. Банки должны стоять еще 2 недели. Потом, не взбалтывая, готовый уксус перелить в бутылки, но не до верха. Осадок процедить через плотную ткань.

Яблочный уксус используют в народной медицине как противовоспалительное, противогрибковое и антисептическое средство. Он нормализует деятельность нервной системы, помогает при бессоннице, при простудных и кожных заболеваниях.

Из-за содержания калия он благотворно влияет на работу сердца, а из-за содержания кальция укрепляется костная ткань.

Пектины помогают снизить уровень холестерина, уменьшить риск возникновения инфаркта. Помогает он от проникновения инфекций, при простудных заболеваниях, при кожных высыпаниях, сопровождающихся болевыми ощущениями.

При наружном применении яблочный уксус оказывает заживляющее действие при ожогах, кожной сыпи, опоясывающем и стригущем лишае. Его используют при ночной потливости и для нормализации состояния вен при варикозном расширении.

Уксус нельзя принимать больным с нарушениями обмена солей мочевой кислоты. Также противопоказан уксус, если есть язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит с повышенной кислотностью, хронический или острый гепатит, хронический и острый нефрит, мочекаменная болезнь, нефроз.

Как и любая кислота, уксус может разъедать эмаль зубов и изменять среду желудка с щелочной на кислую при приеме его натощак.

Нельзя бесконтрольно увеличивать концентрацию яблочного уксуса при лечении. Это может причинить серьезный вред здоровью. Не следует проводить лечение с помощью этого средства в течение слишком долгого времени. Поэтому при приеме уксусной воды курсом нужно наблюдать за своим состоянием и после приема средства обязательно полоскать рот.

Второй способ окисления воды – ее серебрение. Как сделать «серебряную» воду, уже было описано выше, в соответствующем разделе. Там же были приведены и способы использования этой воды для оздоровления организма.

Вода, обогащенная кислородом

С водой в каждую клетку нашего организма поступает кислород, так необходимый для жизнедеятельности. Существует несколько приемов, помогающих обогатить воду, которую мы хотим выпить, кислородом.

Как это сделать? Да очень просто! Нужно взять два стакана. Один наполнить водой, а другой – пустой. Взять по стакану в каждую руку и переливать воду из одного стакана в другой.

Делать такие переливания до 14 раз. Не считайте это пустым занятием. Именно во время переливания воды из стакана в стакан и происходит ее обогащение кислородом.

Выпивая такую воду каждое утро натощак, вы обеспечиваете своему организму прекрасное кислородное питание. А если к этому добавится утренняя прогулка по свежему воздуху?! Это будет просто великолепно!

Активированная кремнием вода

Для активации воды используется кремнь опалово-халцедоновой разновидности. Это уникальное природное средство для освежения, консервации, кондиционирования воды. Настоянная на кремнии вода обладает многочисленными целебными свойствами, хорошими вкусовыми качествами, долго сохраняется.

Активированная кремнием вода становится прозрачной, приобретает вкус родниковой воды и оказывается нейтральной. Ее водородный показатель – 7, как у крови и межклеточной жидкости. При наружных воспалительных процессах такая вода рекомендуется в виде примочек, компрессов, смоченных тампонов. Рекомендуется она также для полоскания полости рта, слизистой носа, орошения гортани. Она снимает воспалительные процессы, укрепляет ткани и кровеносные сосуды.

Хочется отметить, что в природе существует свыше 700 видов кремня, но только кремни опалово-халцедоновой разновидности способны активировать воду, придавая ей целебные свойства. Даже кремни из одного и того же карьера, но с разных уровней залегания отличаются своей «работоспособностью», хотя внешне почти одинаковые.

Следует особо предупредить о кремнях, которые встречаются на полях, вдоль дорог, то есть на поверхности земли. Среди них могут быть «рабочие», но эти кремни покрыты рыхлыми оболочками, приобретенными пленками, которые из-за сложной экологической обстановки могут включать в себя ядохимикаты, тяжелые металлы, радионуклиды, поэтому следует приобретать кремни в аптеках или у организаций, гарантирующих их качество.

Далеко не все знают, что есть еще один способ превратить многострадальную водичку из-под крана в настоящую живую воду. Поможет нам в этом кремнь. Стоит он недорого, а поскольку ресурс его использования практически не ограничен, это выгодное приобретение.

Кусочек кремня опустить в стеклянную емкость, сосуд закрыть марлей от пыли, но не крышкой, чтобы не препятствовать воздухообмену, и поставить в светлое место (не под прямые солнечные лучи).

Стоять вода должна 5–7 дней. Если же вы собираетесь использовать ее в лечебно-профилактических целях, желательно настаивать ее 10 дней.

Прежде чем залить кремнь свежей водой, нужно его промыть.

Вода, активизированная кремнем, снижает уровень холестерина в крови, улучшает работу почек и обмен веществ, помогает отделению желчи. Ее применяют при заболеваниях желудка, кишечника, мочеполовой системы, желчно- и мочекаменной болезнях.

Как традиционная, так и народная медицина используют кремневую воду при лечении гипертонии, трофических язв, ожогов, воспалительных процессов мочеполовой и желудочно-кишечной систем, фурункулов, пищевых отравлений.

Мужчинам рекомендуется применять такую воду после бритья – она предотвращает образование морщин и заживляет раны.

Мытье головы кремневой водой укрепляет волосы, способствует их быстрому росту. Если поставить рядом с постелью больного емкость с водой, в которой лежит кремнь, воздух станет чище и здоровее.

Некоторые люди воду с кремнем кипятят. Делать это ни в коем случае нельзя. Талая вода, нагреваясь свыше 40 °С, меняет свою структуру и становится обычной кипяченой.

Вода, настоянная на кремне, полезна исключительно всем. Но особенно необходимо ее пить ослабленным после болезни людям, у которых активизируются защитные силы организма, появляются стимул и энергия бороться с болезнью.

При употреблении кремневой воды у человека снижается уровень холестерина в крови, что полезно при гипертонии, улучшается обмен веществ, работа почек и желчевыводящих путей.

Полезна такая вода при лечении желудочно-кишечных заболеваний и мочеполовой системы.

Даже в косметических целях рекомендуется кремневая вода. У женщин она предотвращает образование преждевременных морщинок.

А если в емкость с кремнем положить серебряную пластинку или ложку, то положительный эффект такой воды усилится. Только нужно проследить, чтобы изделие было из чистого серебра без примесей. Лучше всего для этого подойдет старинная серебряная посуда. Серебро – хороший антисептик, оно дезинфицирует воду, кремнь же дает воде целительную силу. Такая вода будет стоять долго.

Омагниченная вода

Омагниченная вода получается при пропускании через магнитотрон (магнит). От этого вода приобретает определенную внутреннюю структуру и заряд. Все вместе это стимулирует жизненные процессы в организме животных и растений. Например, деревья гораздо лучше плодоносят при поливе их омагниченной водой. Особенно рекомендуется применять ее в тех случаях, когда организму требуется повышенное количество энергии: во время голодания, тяжелых тренировок, болезней, тонизирующих ванн.

Галина Сергеевна Шаталова, автор оздоровительных методик, так рекомендует активировать и очищать воду. Налить в герметически закрытый сосуд 3 л обычной подслащенной воды (1 дес. ложка сахара на 1 л). Выпарить 2 л и собрать конденсированный дистиллят в стеклянную банку, попутно пропустив его через активированный уголь. На выводной трубке, откуда дистиллят капает в банку, поместить магнит и под банку также подложить плоский магнит. Северный полюс того и другого магнита должен быть повернут к воде.

Наполнившуюся дистиллятом двухлитровую банку охладить в течение 8 часов при температуре, близкой к 0 °С. В результате верхняя треть воды в банке будет структурированной. Аккуратно собрать ее катетером. Время на приготовление следующей порции структурированной воды можно сократить, если первую порцию вы зальете в формочки для приготовления кубиков льда и поставите в морозильную камеру. В дальнейшем достаточно бросить один кубик льда в трехлитровую банку дистиллята и воду можно употреблять для питья. Но известный целитель и писатель Юрий Андреевич Андреев не советует постоянно пить омагниченную воду во избежание побочных эффектов – чрезмерного ускорения жизненных процессов. Он подметил следующее: если растение многолетнее и живет три года, то применение омагниченной воды ускоряет его рост, и весь цикл жизни проходит в два года.

В праздник Крещения Господня происходит удивительное событие: в результате уникального взаимного расположения космических тел друг относительно друга вся вода на земном шаре становится структурированной. Набранная в этот день из естественных водоемов, она может стоять долго и обладает целебными качествами.

Протиевая вода

Она готовится так же, как и талая, но при этом имеются существенные отличия. Ввиду того что вода содержит несколько химических форм – изомеров, желательно избавиться от неблагоприятных и отобрать те, на которых наш организм лучше всего «работает».

Методика отбора основана на том, что изомеры тяжелой воды замерзают первыми при температуре 3,8 °С, а наиболее благоприятные для организма – при –1 °С. Поэтому первый ледок, образующийся при замораживании воды, содержит в основном тяжелые изомеры (дейтерий), и его необходимо выбрасывать. При дальнейшем замораживании вода, превращаясь в лед, вытесняет всю растворенную в ней грязь в незамерзшую часть. Там же собираются и легкие изомеры, которые замерзают при более низких температурах. Естественно, ни легкие изомеры воды, ни отжата в нее грязь не нужны организму. Их необходимо выбрасывать.

Таким образом, процесс получения протиевой воды в домашних условиях выглядит так: поставить родниковую воду (прокипяченную и отстоянную водопроводную) в холодильную камеру. Образовавшийся первый ледок – это тяжелая вода. Кастрюлю вынуть и воду перелить в другую, которую поставить обратно в холодильную камеру. Оставшийся лед выбросить. Теперь подождать, пока вода замерзнет до $\frac{1}{2}$ – $\frac{2}{3}$ объема.

Как только это произошло, кастрюлю вынуть и незамерзшую воду слить – это легкая вода с примесями. Оставшийся лед и есть протиевая вода, очищенная на 80 %, с отобранными изомерами, наиболее благоприятными для протекания биологических процессов в организме. Следует растопить ее и использовать для питья и приготовления пищи.

Еще одно достоинство протиевой воды заключается в том, что в ней содержится 16 мг кальция на 1 л жидкости. Как показали исследования одесского химика Николая Друзяка, оптимальное для жизнедеятельности человека количество кальция должно составлять 8–20 мг/л. Именно такую воду пьют долгожители.

Вода «белого ключа»

Вода «белого ключа» (94–96 °С) получается, когда бурной цепочкой всплывают пузырьки, но вода в целом не кипит. В этот момент ее быстро охлаждают, помещая емкость в проточную воду. В результате этого происходит интересный процесс «замораживания» внутренней структуры и энергии в воде. При переходе воды к точке кипения (переходе из одного фазового состояния – жидкого, в другое – газообразное) медленное (ламинарное) течение жидкости меняется на быстрое (турбулентное). В процессе такой смены происходит изменение внутренней структуры воды. Во время резкого охлаждения эта высокоэнергетическая структура «замораживается», сохраняя все свои великолепные свойства.

Человеческий организм – это своего рода высокоорганизованная система открытого типа. Подобные системы могут существовать за счет того, что для поддержания внутреннего порядка-структуры (то есть собственной массы организма) разрушают высокоструктурированные вещества до низкомолекулярных, пропуская их через себя. Энергия, образующаяся при таком расщеплении, используется организмом на стабилизацию собственных тканей. Например, пищевые продукты – высокоструктурированные белковые и углеводистые вещества – в нашем организме разрушаются до мочевины, углекислого газа и воды. Освобожденную при этом энергию организм использует для поддержания в стабильном состоянии собственных белков, углеводов, клеток, органов и т. д. В итоге мы думаем, что находимся в стабильном состоянии, а на самом деле эта стабильность осуществляется за счет деструктуризации (разрушения) пищи, воды, окружающего пространства и информации.

Если мы вернемся к дегазированной воде с «вмороженной» в нее высокой структурой и энергией, то окажется, что наш организм извлекает из нее энергию, разрушая структуру «кипятка» до обычной теплой воды. Извлеченная таким образом энергия идет на укрепление собственных тканей организма, повышение его защитных и регенеративных свойств. Использовать такую воду надо быстро, иначе она теряет свою структуру и энергию, быстро переходя из энергетически насыщенного состояния в другое – с пониженной энергетикой. Охлаждение должно проводиться до того момента, пока вода не станет чуть теплой.

Чтобы отвары и настои трав действовали сильнее, необходимо поступать следующим образом: сначала залить траву протиевой водой и оставить настаиваться всю ночь. Утром налить столько, сколько нужно употребить за один раз (вместе с травой), быстро довести до кипения, остудить и использовать. Если поступать так постоянно – эффект будет несомненным.

Шунгитовая вода

Шунгит – минерал, внешне похожий на каменный уголь. В природе он находится в очень древних пластах земной коры. Приверженцы лечения шунгитом убеждены, что он не только оздоравливает, но и лечит, очищает и восстанавливает организм человека. Контакт воды с шунгитом образует водно-минеральный раствор, обладающий целебными свойствами. Шунгит очищает воду, обеззараживает ее, убивает кишечные палочки, нейтрализует хлорорганические соединения, аммиак, нитраты и соли тяжелых металлов.

Шунгит – единственный в мире природный минерал, содержащий фуллерены, молекулы аллотропной модификации углерода. Именно ими объясняются свойства шунгита излечивать многие недуги. Механизм выделения фуллеренов из шунгита довольно прост: они покидают породу при взаимодействии ее с водой.

Чтобы приготовить целебную воду, следует прокипятить шунгит в чистой воде в течение 10–15 минут, а затем поместить минерал в стеклянную емкость и залить холодной или горячей кипяченой водой из расчета: на 1 л воды 50–100 г минерала (зависит от качества шунгита, начинать всегда надо с 50 г, а затем доходить до 100 г). Дать настояться сутки, не накрывая емкость. По мере расходования воду добавляйте.

Применяя воду, настоянную на шунгите, в качестве питья и для приготовления пищи, можно лечить болезни органов пищеварения, костно-мышечной системы, нервной и мочеполовой, болезни системы кровообращения.

Положительные результаты были получены при лечении хронических гастритов, язвы желудка, приступов желчнокаменной болезни, воспаления поджелудочной железы, камней в почках, холецистита, гипертонии, ишемической болезни сердца, аллергических заболеваний.

Шунгитовой водой лечат многие гинекологические заболевания, если применять ее в качестве ванночек и спринцеваний. Лечебный эффект достигается при заболеваниях верхних дыхательных путей, уха, носа, если шунгитовой водой делать полоскания и использовать ее для компрессов.

Дистиллированная вода

Известный американский врач-натуропат Поль С. Брэгг всю жизнь активно пропагандировал свою концепцию правильного питания и физического воспитания, целью которой являлось восстановление гармонии человека и природы. На своем примере Брэгг доказал, что здоровым можно быть до преклонных лет, сохранять физическую активность и легкость мышления.

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. Она прекрасно действует на волосы. Вымойте их в дистиллированной воде и убедитесь в этом.

Вода на Земле очищается перегонкой. Солнце испаряет воду, собирает в облака, они наполняются и разражаются дождем – чистой водой, одним из великих чудес природы.

Вода и пирамида

Геометрия форм очень сильно влияет на молекулы воды, изменяя ее структуру. Форма пирамиды обладает большим энергетическим полем и считается настолько идеальной для энергонасыщаемости воды, что вода, помещенная внутрь пирамиды большой формы, не замерзает и приобретает целительные свойства. Структура воды после пребывания в пирамиде более суток становится похожей на природную талую воду. Когда человек пьет такую воду, она постепенно начинает замещать жидкость внутри больных клеток жидкостью с природными живительными качествами и дает возможность этим обновленным клеткам восстановить природный баланс, тем самым укрепить иммунитет организма. Восстановительные процессы протекают немного быстрее, чем при обычном лечении болезни.

Известно о пользе и лечебных свойствах талой воды. Знают, как вкусна вода из родников, придающая силы. Как полезно ходить босиком по росе и впитывать ее кожей. Вода во всех этих случаях имеет структуру, близкую к идеальной, природной, изначальной.

Что происходит, когда мы пьем такую воду? Попадая в организм, она постепенно замещает собой ту межклеточную и внутриклеточную жидкость, которая находится в наших больных клетках, и дает возможность этим клеткам восстановить природный иммунитет и победить патологию.

Талая вода

А теперь вновь вернемся к талой воде и более подробно поговорим о том, как ее использовать для нашего здоровья.

С давних пор талая и ледниковая вода широко использовалась в народной медицине. Процесс ее получения не составлял большого труда: приносили со двора полное ведро или корыто снега и ждали, когда растает. Потом пили эту воду, готовили пищу, купались и заботливо ополаскивали этой водой волосы. Что и говорить, здоровье у наших предков было отменное, они даже и предположить не могли, что придет время, когда чистая вода станет редким явлением. В настоящее время не так-то просто найти снег, который превратится после таяния в чистую, полезную для здоровья воду (как показали исследования экологов, в городском снеге количество вредных соединений в десятки раз превышает все нормы предельно допустимой концентрации).

Позже ученые нашли объяснение феномену талой воды: в ней, в отличие от обычной, мы имеем воду с правильной «льдиистой» структурой, очищенной от вредоносной памяти, и резко сниженным содержанием тяжелой воды. В тяжелой воде атом водорода заменен его тяжелым изотопом – дейтерием. Такая вода в незначительном количестве содержится в любой воде, в том числе и водопроводной. На живой организм тяжелая вода действует угнетающе, постепенно отравляя его. Многие называют тяжелую воду мертвой водой.

Талая вода считается живой водой, хорошим народным средством для повышения физической активности организма, особенно после зимы. Существуют данные, что люди, постоянно употребляющие чистую талую воду, например жители гор, живут гораздо дольше. Сельские жители заметили, что животные, как только на полях начинают сходить снега, пьют из луж талую воду. На полях, где скапливаются талые воды, урожай богаче.

Одной из важных причин наступления старости является снижение количества связанной в организме воды. Регулярная упорядоченная структура льда идеально подходит к упорядоченной структуре клеточных мембран.

Талая вода отличается от обычной и тем, что в ней после замораживания и последующего оттаивания образуется много центров кристаллизации. Сторонники лечения талой водой считают, что если пить талую воду, то центры кристаллизации всасываются и, попав в нужную зону в организме, дают в ней начало цепной реакции «замораживания» воды организма, то есть восстанавливается необходимая для протекания жизни регулярная структурированная структура, а с нею и полноценные жизненные функции.

Издавна считалось, что употребление талой воды способствует омоложению организма. Структура талой воды сходна со структурой протоплазмы наших клеток.

Существует предположение о том, что талая вода обладает некоторой особой внутренней динамикой и особым «биологическим воздействием», которые могут сохраняться в течение длительного времени.

Сотрудниками Института гигиены труда и профзаболеваний были проведены многочисленные исследования по изучению биологической активности свежей талой воды. И вот что было установлено: нагревание свежей талой воды выше 37 °С ведет к утрате биологической активности, которая наиболее характерна для такой воды. Хранение талой воды при температуре 20–22 °С также сопровождается снижением ее биологической активности: через 8–10 часов она снижается на 50 %.

Свежая талая вода влияет на энергетический, информационный, ферментативный уровни живого организма. Она употребляется как в виде питья, так и для ингаляций. Кроме того, ингаляции свежей талой водой существенно снижают заболеваемость ОРВИ, бронхитами, пневмониями. Такая процедура улучшает внешнее дыхание, нормализует состоя-

ние и функции слизистой оболочки носа и гортани при компенсированных атрофических и гипертрофических ее повреждениях, улучшает общее самочувствие человека. Негативного действия талая вода не оказывает.

Свежая талая вода способствует ускорению восстановительных процессов, повышает сопротивляемость организма инфекциям, снижает чувствительность слизистой оболочки, нормализует тонус бронхиальной мускулатуры.

У детей при лечении воспаления легких ингаляциями свежей талой водой в восстановительный период на 2–5 дней раньше прекращается кашель, исчезают сухие и влажные хрипы, улучшаются показатели крови, нормализуется температура тела, то есть заметно ускоряется процесс выздоровления. При этом значительно снижается число осложнений и частота перехода острых форм заболеваний в хронические.

Кроме того, талая вода придает человеку много сил, бодрости, энергии. Неоднократно отмечалось, что люди, пьющие талую воду, обладают более крепким здоровьем, они становятся более работоспособными, повышается мозговая активность, производительность труда, способность легко добиваться успеха в любых делах. В связи с тем, что талая вода обладает высокой энергетикой, особенно рекомендуется ее употреблять людям, подверженным высоким физическим, эмоциональным нагрузкам. Эффективно применение талой воды во время голодания: она значительно снижает чувство голода.

Многочисленные эксперименты показывают, что талая вода позволяет избавиться от мигрени, гипертонии, аллергии, гастрита, остеохондроза, радикулита, колита, избыточного веса.

Включение свежей талой воды в общую терапию кожных заболеваний с выраженным аллергическим компонентом (хроническая экзема, псориаз, токсикодермия, нейродермит, эритродермия) уже на 3–5-й день приводит к значительному уменьшению, а то и к полному исчезновению зуда, снижению гипертермии и раздражений, патологический процесс значительно быстрее переходит в стационарную и регрессивную стадии.

Косметологи рекомендуют умываться талой водой и протирать кожу лица кусочками льда. Эта процедура активизирует циркуляцию крови, улучшает снабжение кожи кислородом, стимулирует регенеративные процессы.

Приготовление талой воды

Перед тем как приступить к приготовлению талой воды, рекомендуется водопроводную воду очистить через любой бытовой фильтр. Затем необходимо в течение 1–2 дней выдержать ее в сосуде с широким горлом. Это нужно для того, чтобы хлор, применяемый для обеззараживания воды от вредных микроорганизмов, улетучился в атмосферу.

Итак, можно приступить к приготовлению талой воды.

Первый способ

Нагреть воду до состояния «белого ключа», когда многочисленные мелкие пузырьки, выделяющиеся из воды газы и пары, окрашивают ее в белый цвет. В такой воде полностью разрушаются жидкие полимеры, из которых состоит обычная вода, и вместе с ними исчезает содержащаяся в ней вредная информация.

Кстати, любители чая и кофе могут использовать доведенную до «белого ключа» воду для заварки. Например, японцы, считающиеся истинными ценителями и знатоками чая, рекомендуют заваривать его только такой водой.

Затем воду нужно остудить, перелить в лоточки для приготовления льда и заморозить. Через некоторое время лоток вынуть из холодильника. Образовавшийся тонкий слой льда, в котором оказывается вся тяжелая вода, выбросить. Лоток с оставшейся водой снова поместить на заморозку, но вынуть из морозильной камеры раньше, чем вся вода превратится в лед. В небольшом количестве оставшейся воды оказываются все вредные примеси, имеющиеся в водопроводной воде. Эту воду вылить. После размораживания таких ледяных кубиков получаем целительную живую воду, сильнейший энергетический напиток.

Второй способ

Налить в банку объемом 1,5 л воду до «плечиков». Накрыть банку пластиковой крышкой и поставить в морозильную камеру на картонную прокладку (для теплоизоляции дна). Отметить время замерзания (половина объема банки). Нужно подобрать такой размер емкости, чтобы оно равнялось 10–12 часам. В этом случае придется повторять цикл заморозки всего два раза в сутки для обеспечения себя дневным запасом талой воды. В результате получается двухкомпонентная система, состоящая из льда и расположенного под ним водного незамерзающего рассола, содержащего соли и примеси, которые удаляются путем прокалывания корочки льда любым острым предметом. Весь водный рассол вылить в раковину, а лед разморозить и использовать для питья и приготовления пищи.

Главное – это экспериментальным путем найти время, которое потребуется для замерзания половины объема воды. Это может быть 8, 10 и 12 часов. Идея заключается в том, что сначала замерзает чистая вода, а в жидкости остаются все вредные примеси.

Какой метод получения воды удобен вам, решайте сами. Вот некоторые советы по приготовлению талой воды в домашних условиях.

- Для замораживания воды лучше использовать пластмассовые емкости, предназначенные для хранения питьевой воды (с маркировкой «для питьевой воды»). Стекланные емкости могут разорваться в морозильной камере, так как при замерзании вода расширяется и увеличивается в объеме.

- Не рекомендуется замораживать воду в металлической посуде – это значительно снижает эффективность ее действия.

- Замерзшие сосуды можно выставить из морозильной камеры перед сном и утром получить необходимое количество талой воды.

- Если вы хотите пить теплую талую воду, помните, что при нагревании выше 37 °С она потеряет свои целебные свойства.

- Лучше пить талую воду сразу после размораживания (ее температура будет составлять примерно 10 °С). Пить воду рекомендуется небольшими глотками, задерживая ее во рту.

- С лечебной целью свежую талую воду следует принимать за полчаса до еды каждый день по 4–5 раз в день на протяжении 30–40 дней. Дневная норма потребления такой воды – 1 % от массы тела.

- Если вес тела 50 кг, то каждый день следует выпивать 500 мл свежей талой воды. Постепенно эту норму снижают наполовину. И в дальнейшем с профилактической целью талую воду принимают в половинной дозе.

- Номинальная норма талой воды составляет $\frac{3}{4}$ стакана 2–3 раза в день из расчета 4–6 мл воды на 1 кг массы тела. Нестойкий, но заметный эффект может быть замечен даже от $\frac{3}{4}$ стакана 1 раз в сутки утром натощак (2 мл на 1 кг веса).

- Талая вода не имеет никаких противопоказаний и побочных действий. Это не дистиллят, полностью лишенный минеральных солей, а чистая вода, на 80–90 % очищенная от примесей, включая тяжелые изотопы.

Талая вода для укрепления здоровья и лечения недугов

Талую воду можно принимать длительно, а можно – краткосрочными курсами. Все зависит от того, в каком состоянии находится человек и какой цели он стремится достигнуть. Как правило, при хронических заболеваниях талая вода прописывается длительными курсами, но зато и результат получается надежный и стойкий. При рецидивах и острых воспалительных заболеваниях необходимо быстро снять симптомы болезни и ликвидировать очаг воспаления, поэтому талую воду надо принимать часто, буквально посвящая этому целые сутки, а то и двое, в течение которых все расписано по часам и минутам. Только так можно получить положительный результат. Для общего оздоровления организма талую воду пьют курсами по 1–1,5 месяца. Она помогает вернуть молодость, закалиться и поднять иммунитет.

Но, несмотря на уникальные возможности талой воды оздоравливать организм, не следует полагаться только на нее, отвергая лекарства, которые прописал доктор от той или иной болезни. Такая подстраховка обязательна, к тому же двойная помощь всегда лучше одиночной. Поэтому пейте талую воду и оздоравливайтесь!

Общее укрепление организма

Курс лечения длится 1,5 месяца. Воду лучше брать родниковую. Наговоры делать по стандартной схеме.

Свежую талую воду следует принимать за полчаса до еды каждый день по 3 раза в день. За день ее следует выпивать в количестве 1 % от веса тела.

Например, если вес тела 50 кг, то каждый день следует выпивать 500 мл свежей талой воды.

Лечение воспалительных заболеваний

Заготавливать воду нужно каждый день, но в небольших количествах – 1–1,5 стакана. Принимать ее необходимо дробно, несколько раз в день по нижеприведенной схеме.

- Утром, как только встали, – 9 глотков. Перед самым завтраком – 3 глотка. Через 2 часа – 7 глотков.
- За полчаса до обеда – 9 глотков. Через 2 часа после обеда – 7 глотков.
- За полчаса до ужина – 7 глотков. На ночь – 9 глотков.

Глотки делать небольшие и между ними соблюдать паузу длительностью в один выдох. То есть выпили глоток, выдохнули воздух и на вдохе выпили еще один глоток и т. д.

Простуды, ОРЗ и грипп

От простуд и гриппа полезно не только пить талую воду, но и делать ингаляции с ней. Поэтому заготавливать воду необходимо каждый день в количестве от 500 мл до 1 л в зависимости от серьезности заболевания. При легкой простуде без повышения температуры тела достаточно 500 мл талой воды, которую надо пить по 5 глотков через каждый час, а утром и перед сном по 10 глотков. Вечером, за 2 часа до сна, нужно сделать ингаляцию талой водой. Для чего нагреть ее до 80 °С, не дожидаясь закипания, и тут же использовать.

Если температура повышена и мучает сильный кашель или насморк, то необходимо принимать по 5 глотков талой воды каждые полчаса и делать ингаляцию дважды в день.

Кроме того, на ночь следует выпить $\frac{1}{2}$ стакана чуть подогретой на водяной бане талой воды – пить медленно, тщательно «прожевывая» каждый глоток.

Профилактика и лечение заболеваний сосудов

Для профилактики и лечения сосудистых расстройств применяют по 2–3 стакана холодной талой воды (можно с кусочками льда). Первый стакан выпивают рано утром за час до еды, остальные – в течение дня, за час до очередного приема пищи.

Если болезнь запущена, а также при ожирении и нарушении обмена веществ нужно увеличить дозу, то есть принимать по 4–5 стаканов талой воды по той же схеме (утром – 1,5–2 стакана воды, в течение дня – все остальные).

Гипертония

Для лечения гипертонии пьют очень холодную воду, температура которой не более 10 °С. Поэтому воду нужно размораживать в холодильнике, где она и должна находиться до самого употребления.

В день надо выпивать в день 2–4 стакана талой воды в зависимости от веса.

Первый стакан следует пить утром натощак, за час до приема пищи. Остальные – в течение дня, тоже за полчаса до еды. Ледяную талую воду надо пить маленькими глотками, как бы «жевать» ее во рту. Эффект от применения талой воды замечен уже через месяц.

Ангина

Для лечения потребуется 1 л талой воды ежедневно. Принимать ее по нижеприведенной схеме.

- Утром налить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды комнатной температуры. Сделать 5 маленьких глотков, осторожно «разжевывая» воду. Остальной водой прополоскать горло.

- Через 1,5 часа всю процедуру повторить, только пить уже по 3 глотка до и после полоскания.

- Еще через 1,5 часа сделать то же самое.

- Сделать перерыв на 3 часа и повторить две последние процедуры.

- Через 2 часа налить целый стакан талой воды. Сделать 12 медленных глотков, остальной водой прополоскать горло.

- Перед сном налить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды, сделать 9 глотков, остальной водой прополоскать горло.

Повторять 3 дня. После этого перейти на другую схему лечения: утром натощак налить 1 стакан талой воды. 7 глотков выпить, остальной водой полоскать горло. Делать так 3 раза в день в течение еще 3 дней.

Можно закрепить эффект, выполняя еще 3 дня то же самое, но делая уже по 3 глотка с полосканиями $\frac{1}{2}$ стакана талой воды. Ангина пройдет окончательно.

Запоры

При хронических запорах лечение должно продолжаться не менее 3 месяцев. Оно состоит из простых процедур. Утром натощак выпивать $\frac{1}{2}$ стакана талой воды комнатной температуры (не холодной!). Если запоры длительные, а вес человека большой, то дозу увеличить до 1 л натощак. Пить воду нужно мелкими глотками в течение 10–15 минут, «прожевывая» каждый глоток. Кроме того, настроение во время процедуры должно быть спокой-

ным, а чувства – добрые. Нельзя пить талую воду в состоянии раздражения или агрессии. Мысленно пожелайте себе здоровья и представьте, как ваш кишечник наполняется целебной влагой.

При кратковременных запорах нужно лечиться так: по $\frac{1}{2}$ стакана талой воды выпивать 5 раз в день медленными глотками, прием воды распределить по времени равномерно.

Задержка менструации

Приготовить талую воду и кусочек хлеба или четвертинку яблока. В 7 часов утра выпить 4 глотка талой воды из холодильника (вода должна быть очень холодной). Воду сразу не глотать, а подержать во рту, медленно рассасывая. Заесть хлебом или яблоком. После этого ничего не есть в течение часа. В 12 часов дня (после еды должно пройти не менее часа) выпить стакан талой воды комнатной температуры. Через час можно есть. Следующий прием талой воды – в 5 часов вечера, тоже не менее чем через час после еды. Выпить стакан талой воды, ничем не заедая. Через час – легкий ужин.

На ночь принять 4 глотка талой воды из холодильника (очень холодной), ничем не заедая. После ничего больше не есть и не пить.

Аллергические заболевания

Лечение аллергических заболеваний длительное, хотя первый результат наступает уже через неделю. Однако для окончательной победы над аллергией необходимо пройти курс лечения. Поэтому следует запастись терпением и пить талую воду по схеме в течение 3 месяцев. Через 3 месяца курс лечения повторить еще раз.

Схема лечения: в 8 часов утра натощак пить $\frac{1}{2}$ стакана очень холодной талой воды (с кусочками льда) через трубочку. Чтобы не простудить горло, нужно немного задерживать воду во рту. Затем каждые полчаса делать по 1 глотку и так продолжать до полудня. В 12 часов дня выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды комнатной температуры залпом. До 18 часов не пить никакой воды. А в 18 часов выпить 6 глотков очень холодной талой воды, запив их $\frac{1}{2}$ стакана талой воды комнатной температуры. На ночь воду не пить.

Песок в почках

Если у вас песок в почках, талая вода его поможет вывести. Потребуется пройти целый курс применения талой воды. А может, и не один.

В течение каждого курса нужно отказаться от употребления поваренной соли, которая задерживает воду в организме. С первого дня пить талую воду в больших количествах, поэтому готовить воду нужно заранее, чтобы к утру первого дня лечения она была уже на столе.

Итак, утром накануне дня лечения набрать воду и поставить ее для заморозки. Вечером вынуть воду и поставить для оттаивания на верхнюю полку холодильника на ночь. Утром начать принимать по нижеприведенной схеме.

- За 30 минут до завтрака выпить 5 глотков талой воды, затем сделать перерыв в 2 минуты и выпить еще 5 глотков талой воды, следующий перерыв – 4 минуты, затем еще 5 глотков талой воды.

- Через 1 час после завтрака выпить 1 стакан талой воды, делая это медленно, но без перерыва.

- Еще через 1 час выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды быстро.

- Через 1,5 часа выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды быстро.

- Через полчаса выпить 1 стакан талой воды медленными глотками.
- Затем пообедать.
- Через полчаса после обеда выпить 5 глотков талой воды, а через 2 минуты – еще 5 глотков, перерыв в 4 минуты и выпить еще 5 глотков талой воды.
- Через 1 час выпить 1 стакан талой воды очень медленно, но без перерыва.
- Через 1,5 часа выпить еще 1 стакан талой воды медленными глотками.
- Через полчаса выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды быстро.
- Еще через полчаса выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды быстро.
- Затем поужинать.
- Через полчаса после ужина выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды залпом.
- Через полчаса выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды медленно.
- Через 1 час выпить 1 стакан талой воды медленно, тщательно «пережевывая» каждый глоток.
- Непосредственно перед сном выпить 5 глотков талой воды, затем сделать перерыв на 2 минуты и выпить еще 3 глотка талой воды.
- Ложиться спать.

Всего нужно выпить 8,5 стакана талой воды в день, поэтому каждое утро придется заготавливать именно такое количество талой воды. Во время лечения нельзя пить никакую другую воду и вообще никакой жидкости. Нужно воздержаться от супов и компотов.

Стандартный курс – 10 дней.

Песок в желчном пузыре

С утра сосуд с водой вынуть из холодильника и оставить на столе. За 5 минут до еды отпить 10 больших глотков. Через 10 минут после еды выпить еще 10 больших глотков. В обед повторить то же самое.

За полчаса до ужина пить талую воду следующим образом: выпить 8 глотков, 5 минут подождать, выпить 6 глотков, еще 5 минут подождать. Затем выпить 4 глотка, 5 минут перерыв. И наконец, выпить 2 больших глотка. Через 15 минут поужинать. Через 5 минут после ужина выпить 10 больших глотков талой воды.

Лечение продолжать неделю. Затем сделать перерыв на 2 недели и курс лечения талой водой повторить сначала.

Песок в печени

Талую воду нужно принимать поочередно со свежесжатым грейпфрутовым соком.

• Утром натощак выпить 5 больших глотков воды, подождать 3 минуты, затем выпить 3 больших глотка сока.

- Через полчаса процедуру повторить.
- Затем позавтракать.
- Перед обедом выпить 7 больших глотков талой воды, через 3 минуты – 5 глотков сока.
- Перед ужином выпить 9 больших глотков талой воды, через 3 минуты – 7 глотков сока.
- На ночь выпить 11 глотков талой воды, не запивая соком.

Следующий день талую воду не пить, соблюдать диету: не есть жареного, печеного, жирного и соленого. Пить кефир и минеральную воду.

На третий день принимать талую воду с соком, как в первый день.

Сделать перерыв на 3 дня и провести еще один трехдневный курс лечения.

Эпилепсия

Талая вода должна быть очень холодной. Утром натощак выпить 3 глотка из чаши. Затем опустить в чашу пальцы и сбрызнуть лицо, а остальную часть воды вылить поочередно на руки: сначала на правую, а потом на левую ладонь вместе с запястьями. Повторять процедуру каждое утро в течение месяца.

Головная боль

Если головная боль мучает часто, то талая вода всегда должна быть наготове. Во время приступа нужно взять $\frac{1}{2}$ стакана талой воды и выпить ее мелкими глотками, но не до конца, так, чтобы на дне оставалось около столовой ложки воды. Этой водой обрызгать себе голову от лба к затылку и наоборот 3 раза. Через 3 часа вновь выпить воды в том же количестве и снова обрызгать себе голову. Боль должна уйти.

Чтобы приступы больше никогда не повторялись, желательно лечиться так ежедневно в течение 11 дней, совершая процедуры трижды в день: утром, днем и перед сном.

Снятие запоя

Воду для оттаивания надо держать в комнате, а не в холодильнике. В полдень открыть крышку, подуть на воду, чтобы пошли круги. Когда вода успокоится, отпить 3 больших глотка или дать отпить человеку, которого необходимо вывести из запоя. Через 10 минут дать ему выпить $\frac{1}{2}$ стакана воды одним залпом. Еще через 10 минут надо отпить еще 5 больших глотков талой воды. Есть можно только через 2 часа. После еды смочить талой водой лоскут ткани и приложить человеку на лоб – пусть посидит так несколько секунд. Вечером обрызгать его голову водой, после чего дать выпить 3 глотка талой воды, а через 15 минут – целый стакан, воду из которого надо пить медленно, смакуя каждый глоток.

Пьянство

Трудно заставить пьяницу лечиться от своего недуга, однако можно давать ему воду, ничего не говоря о ее целебном действии. Главное – убедить пьющего человека выпить эту воду. Для этого можно добавить в талую воду немного лимонного сока, который не нарушит ее состава и свойств, а только придаст кисловатый вкус. Это позволит объяснить человеку, что приготовленный для него вкусный тонизирующий напиток поможет ему быстро прийти в себя после вчерашнего.

Итак, во время лечения пьющего человека необходимо поднести ему первую порцию воды в 6 часов утра. Он должен выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды залпом. Через 6 часов вновь принести ему $\frac{1}{2}$ стакана талой воды, еще через 6 часов – новую порцию. Перед сном обрызгать постель талой водой, особенно много капель должно попасть на подушку. Утром повторить то же самое. Через 3 дня тяга к спиртному пропадет. Для закрепления эффекта повторить процедуру еще раз через месяц, причем можно сказать больному о ней и предложить ему самому следить за правильностью приема талой воды. К этому времени он поймет, что сам хочет избавиться от пьянства.

Заболевания желудка

Лечить желудок лучше в период новолуния. Можно сделать стандартный наговор на воду. Лечение начинать с вечера, но в этот день с утра соблюдать щадящий режим питания (ничего жирного, мучного и жареного).

После захода солнца выпить стакан талой наговоренной воды, затем набрать в рот большой глоток талой воды и подержать его в течение 30 секунд, после чего проглотить. Есть можно только через 2 часа, но только нежирную пищу.

На ночь выпить 12 глотков талой воды, тщательно «пережевывая» ее.

Повторять лечение 3 дня, затем сделать перерыв на день и лечиться еще 3 дня. После этого сделать перерыв на 2 дня и вновь лечиться 3 дня, затем перерыв на 3 дня и снова лечиться 3 дня.

Весь период соблюдать диету, исключив из рациона жирную, сладкую и соленую пищу.

Гастрит

Талую воду пить в течение всего дня по 1 глотку каждые полчаса. Через 11 дней талую воду пить по 3 глотка каждые 3 часа в течение дня. Еще через 11 дней талую воду пить по 5 глотков каждые 5 часов. Язва зарубцуется, а само заболевание пройдет навсегда.

Экзема и псориаз

Ранним утром умыться холодной талой водой от подбородка ко лбу, зачерпнув полную пригоршню воды. Повторить умывание 3 раза. Остальную воду сохранить до вечера, когда солнце только начнет садиться. До этого воду держать в закрытом сосуде в темном месте.

На второй день умываться 3 раза в день, а на третий – 4 раза, закончив последним умыванием на рассвете следующего дня.

Зубная боль

Каждые 15 минут пить по 7 глотков талой воды, после чего набирать в рот как можно больше талой воды и держать, считая до тридцати трех. Так делать 7 раз, затем 3 раза прополоскать рот талой водой и выпить 7 мелких глотков. Через 5 часов процедуру повторить.

Профилактика и лечение заболеваний суставов

Пить по 3 глотка талой воды каждые 3 часа, начиная с 7 часов утра и заканчивая в полночь. После этого оставшейся водой омыть коленные и локтевые суставы, щиколотки ног и запястья рук. Повторить лечение через день, а затем еще через 3 дня.

Болезни рук

Лечение нужно проводить во время полнолуния. Талую воду налить в широкую чашу, куда опустить руки, стараясь, чтобы вода коснулась запястий. При этом мысленно сосредоточиться на том, что ваша болезнь проходит, а руки ваши молодые и здоровые. Сосчитать до тридцати трех и вынуть руки. Не вытирая рук, взять чашу с водой и обрызгать из нее всю одежду, где есть рукава.

Заболевания ног

Лечение также проходит во время полнолуния. В чашу с очень холодной талой водой нужно опустить ноги и подержать их там, считая до девяноста девяти. При этом мысленно пожелать себе выздоровления и ощутить, как молоды и здоровы ваши ноги.

Затем ноги вынуть и, не вытирая, поставить на мягкую льняную ткань. После этого водой, что осталась в чаше, обрызгать все брюки, которые у вас есть.

Бессонница

В 6 часов вечера налить в стакан талой, можно наговоренной воды и отпить из него 6 больших глотков. Через полчаса – еще 6 глотков. И так продолжать отпивать по 6 глотков каждые полчаса до самого сна. Перед тем как лечь в постель, выпить 9 глотков воды, остальной водой обрызгать постель, особенно подушку.

Улучшение зрения

Принимать талую воду нужно в полном одиночестве, чтобы никто не мешал, не было слышно посторонних слов и музыки. Налить талую воду в мелкую чашку или блюдце и омыть ею глаза. Через 1 час выпить 3 глотка воды. Еще через 4 часа вновь умыться талой водой из блюдца. Затем еще через полчаса выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды.

Перед сном положить на глаза марлевые тампоны, смоченные в талой воде. Поддержать их полчаса, затем снять, веки не вытирать. Отпить 9 мелких глотков талой воды и постараться быстрее заснуть.

Боли в спине (при остеохондрозе, радикулите и др.)

Утром на рассвете выпить 4 глотка талой воды. Затем окунуть в чашку с талой водой пальцы и обрызгать водой свою спину. Перед обедом процедуру повторить. В 7 часов вечера выпить полчашки талой воды маленькими глотками. Еще через полчаса выпить 4 глотка талой воды и вновь обрызгать свою спину этой водой.

На ночь сбрызнуть водой ночную рубашку или пижаму со стороны спины и тут же прогладить ее горячим утюгом. Лежа в постели, выпить еще 4 глотка талой воды.

Такое лечение продолжать 4 дня. На пятый день пить талую воду по следующей схеме: утром натошак – 3 глотка, перед обедом – 5 глотков, перед сном – 7 глотков.

На шестой день делать то же самое, но количество глотков увеличить в каждый прием на 2 (то есть утром 5 глотков, в обед – 7, вечером – 9).

На седьмой день количество глотков увеличить еще на 2 в каждый прием, а на восьмой день – еще на 2.

В девятый день талую воду не пить.

В десятый день натошак выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды, перед обедом – еще $\frac{1}{2}$ стакана, перед сном выпить залпом стакан талой воды.

Боли в спине пройдут.

Изжога

Налить талую воду в широкий сосуд или миску. Отпивать ее большими глотками, чередуя их с глубоким вдохом и медленным выдохом. То есть глоток – выдох, глоток – вдох и т. д.

Глисты и другие паразиты

Талая вода прекрасно изгоняет глисты из организма. Нужно лишь запастись терпением, потому что эта процедура не одноразовая.

Курс лечения занимает 3 дня.

Лучше на это время взять отпуск, чтобы ничто не отвлекало вас от лечения.

Как обычно, следует заранее приготовить талую воду.

Первый день. Утром налить целый стакан холодной талой воды и натошак отпить 3 глотка. Сделать перерыв на 5 минут. Затем отпить 5 глотков, сделать перерыв на 7 минут. Затем отпить 7 глотков, сделать перерыв на 9 минут. После этого выпить залпом оставшуюся воду. Через 3 часа налить еще стакан холодной талой воды. Отпить 9 глотков, перерыв – 7 минут. Отпить 7 глотков. Перерыв – 5 минут. Отпить 5 глотков. Перерыв – 3 минуты. Отпить 3 глотка. Перерыв – 9 минут. После этого залпом выпить оставшуюся воду. Еще через 3 часа повторить утреннюю процедуру.

Второй день. Утром натошак выпить $\frac{1}{2}$ стакана талой воды комнатной температуры. Через час налить полный стакан талой воды и отпить 12 глотков. Сделать 3 глубоких вдоха и выдоха. Отпить еще 6 глотков талой воды. Сделать еще 3 глубоких вдоха и выдоха. Отпить 3 глотка талой воды. Остальной водой обрызгать углы комнаты и потолок.

Третий день. Утром натошак выпить стакан талой воды. Через 2 часа выпить еще $\frac{1}{2}$ стакана. Еще через 2 часа налить стакан талой воды и отпить 9 глотков. Затем через 3 минуты отпить еще 3 глотка. Остальную воду пить медленно в течение последующего получаса.

На четвертый день глисты должны полностью покинуть ваш кишечник.

Живая и мертвая вода

Издавна в народной медицине использовалась живая и мертвая вода. Что под этим понималось, мы уже говорили, но в наши дни ее можно приготовить с помощью электролиза в домашних условиях.

Для устройства потребуется литровая банка, два электрода, расстояние между ними 40 мм, они не достают до дна. Еще понадобится брезентовый мешочек длиной 160–200 мм и шириной 50–70 мм, в который опускается один из электродов. Внешне это выглядит так. В стеклянную банку опущены два стержня (электроды), один из них находится в плотном брезентовом чехле. Электроды прикреплены к крышке из электроизоляционного материала, от электродов идут провода к вилке. Если крышку приподнять, то электроды легко выходят из банки. В банку наливается по «плечики» вода. Электроды подключаются к сети напряжением 220 вольт. Процесс приготовления воды длится от 3 до 8 минут в зависимости от необходимой «крепости». После приготовления, отключив вилку от сети и вынув устройство, следует быстро вытащить брезентовый мешочек и вылить полученную жидкость в другую емкость.

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.