АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Авитаминоз 5
Аденома простаты 12
Алкоголизм 4
Артрит 7
Астма.....2

Болезни ног.....7
Болезни щитовидки 4
Болезнь Боткина 3
Боли в спине 7
Боль в коленях 2

Варикозное расширение вен 15
Воспаление суставов.....7

Гепатит.....3
Гипертония 5, 13
Гипотония.....13
Головная боль 11-12
Грибок 4

Дерматит.....4
Диабет.....6
Дискинезия желчевыводящих путей 3
Застой в венах 15

Избыточный вес 11
Инсульт 12

Климакс 11

Лимфома 15
Лишний вес 6
Люмбаго 7

Миомы 12
Мужское бессилие 12

Невралгия 7

Опухоли 11
Отеки 15

Пиелонефрит.....4
Подагра 1, 7
Порезы 16,1
Преждевременное старение 3
Простатит 12
Простуда 16,1
Прыщи 4

Рак.....4, 5, 6,15, 16
Ревматизм 7
Ревматоидный артрит.....11

Слабость.....11
Слабость в мышцах.....15

Тромбофлебит.....15

Упадок сил 5
Уретрит 12
Утомляемость 11

Холера 4
Холецистит 3

Шум в голове 12

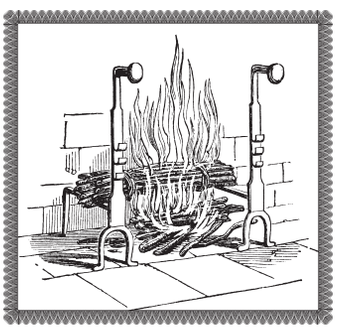
Экзема 4

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

ВНИМАНИЕ, КОНКУРС! 1
ПРОСТУДА 1
РЫБА ВАМ В ПОМОЩЬ 1
ТРАВА ЛЕЧИТ ПОРЕЗЫ 1
ОТВЕТЫ НА 2
«БОЛЬ ЛЮДСКУЮ» 2
ЕСЛИ БОЛЯТ КОЛЕНИ 2
ТРАВЫ ОТ АСТМЫ 2
ЧТОБЫ ОТСТУПИЛА СТАРОСТЬ.....3
КРАСИВАЯ ШЕЯ 3
ЛЕЧИМ ПЕЧЕНЬ 3
КАМНЕДРОБИЛКА 4
ЧАЙ ПЬЕШЬ – ОРЛОМ ЛЕТАЕШЬ!.....5
РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ 6
КОФЕ, ВИНО И КОРИЦА – НОВОЕ ОРУЖИЕ ПРОТИВ ДИАБЕТА 6
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ НОГ 7
КАК ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ 8
БЫСТРАЯ ЕДА ЗА 15 МИНУТ 10
ВЫЛЕЧИТЬ НЕЛЬЗЯ, НО БОРОТЬСЯ НЕОБХОДИМО.....11
ПРИРОДА-МАТУШКА ПОМОГАЕТ ПРИ ЖЕНСКИХ БОЛЕЗНЯХ 11
ЧЕТЫРЕ «К» В ЛЕЧЕНИИ МУЖСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ: КРАСНЫЙ КОРЕНЬ И КОНСКИЙ КАШТАН 12
НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА. КАК ВЫБРАТЬ ТОНОМЕТР? 13
СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ 14
ЛИМФОМА ПОСЛЕ ОНКОЛОГИИ 15
КАК ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ.....15

Читайте в газете «Чудесные исцеления и целительные чудеса».

«ОГОНЬ-ОРАКУЛ»



...Цвет, запах и направление – это те параметры, с помощью которых мы можем характеризовать дым. Если вы хотите знать, что ожидает вас, посмотрите на дым. Если он стелется по земле, ваша жизнь будет спокойной и размеренной, без особых изменений. Если дым стоит «столбом», ваша жизнь принесет вам приятные изменения, новые знакомства, вы будете с легкостью подниматься вверх по служебной лестнице, не будете оборачиваться назад и сожа-леть о прожитом или случившемся. Если дым совершает колебательные движения в разные стороны, вас все время будут сопровождать сомнения и одолевать душевные переживания.

...Если пламя имеет ярко-красный цвет, ваша личная жизнь будет бурной, наполненной приключениями. Но вам придется пережить измену вашего любимого человека.

...Желтовато-оранжевое пламя свидетельствует о вашей доброте и бескорыстии. У вас будет много друзей, которым вы будете оказывать поддержку и помощь в трудную для них минуту. Но в личной жизни вас ждет одиночество.

ЧИТАЙТЕ В № 21
ГАЗЕТЫ «ЧУДЕСНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ ЧУДЕСА»

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:
- ЯИЧНАЯ СКОРЛУПА – ЛЕКАРСТВО
- МИФЫ ОБ УГРЯХ
- МОНАСТЫРСКИЕ РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.
Редакция оставляет за собой право по своему усмотрению публиковать и редактировать письма и присылаемые в адрес газеты материалы (в частности, в отношении объема текста, лексики, грамматики, явных неточностей, а также личных персональных данных), если они не сопровождаются конкретными указаниями по их использованию.
Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с лечащим врачом! Доброго вам здоровья!
Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о здоровье!

Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца через каталог Роспечати (подписной индекс – 25577) или через каталог «Почта России» (подписной индекс – 24240).
ЗАО «МК–Периодика» оформляет подписку на наши газеты в странах СНГ, Ближнего и Дальнего зарубежья по индексам: «Бабушкины рецепты» – 25577, «Чудесные исцеления и целительные чудеса» – 24241.
Координаты для подписчиков: Тел.: +7 (495) 681-9137, +7 (495) 681-8747. Факс: +7 (495) 681-3798. E-mail: export@periodicals.ru. www.export@periodicals.ru
Поставщик в РБ – ООО «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261(-62).

ISSN 1811-9492
9 771811 949000 08044

Внимание! Газета «Бабушкины рецепты» ждет Ваших писем. Каждый материал должен быть основан на конкретных жизненных примерах и давать полное представление о том, как можно избавиться от недуга. Пишите нам: 121354, г. Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н.

Материалы, опубликованные в газете «Бабушкины рецепты», защищаются Законом РФ об авторском праве. Полное или частичное воспроизведение или размножение каким бы то ни было способом этих материалов допускается только с письменного разрешения издательства. Рукописи, письма и фотографии не рецензируются и не возвращаются.

Газета **«БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ»**.
Выпуск **№44(348)**. Тираж **140000** экз. Заказ
121108, г. Москва, ул. Пивченкова, д. 3, корп. 3.

Контакты с читателями только через а/я, 121354, г.Москва, а/я 299, Бондаревой Н.Н.
Тел.: (499) 940-2413, 144-2958, 146-2653
e-mail: babusya@list.ru
По поводу рекламы тел.: 8-903-200-3080.
Телефоны для связи с распространителями: **144-2958, 146-2653**.

Дизайн: А.Борисов. © 2002-2006,
e-mail: aart_bor@rambler.ru
Подписано в печать **26.10.2008**
Сдано в печать **26.10.2008**

Учредитель: ООО «НМ-Пресс».
Редакция: «ПРЕСС-Издатель». Гл. редактор Рудь П.Б.
Газета **перерегистрирована** в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия 15 сентября 2005 года.
Рег. ПИ № ФС 77-21889.

Отпечатано в ОАО «ЧПК», г. Чехов Московской обл.
ул. Полиграфистов д. 1.
Цена свободная

выпуск №44(348) ноябрь 2008

советы от всех болезней

выходит на 16 полосах

Бабушкины рецепты

еженедельная газета. издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!

Мы уверены, что у каждого из вас есть свой «фирменный» рецепт лечения какого-нибудь недуга. Высылайте его к нам в редакцию, и вы сможете принять участие в конкурсе на самый простой и дешевый рецепт. Наиболее интересные мы опубликуем. Авторы лучших рецептов получат книги по народному целительству. Удачи!

Итоги конкурса будут подведены в одном из мартовских номеров 2009 года.

Редакция газеты «Бабушкины рецепты».

ПРОСТУДА

Как известно болезнь лучше избежать, чем лечить. Поэтому, приходя с работы в сырую погоду, я сразу же делаю себе болтанку от простуды.

Беру сырое яйцо, разбиваю его в кастрюлю, добавляю 1 столовую ложку меда, одну ложку сливочного несоленого масла и заливаю полтора стакана молока. Всю эту смесь хорошо взбиваю, а затем подогреваю и слежу, чтобы не сварился белок.

Приготовленную массу выпиваю и ложусь в теплую постель. Это помогает мне избежать простуды.

Т.М., Москва.

РЫБА ВАМ В ПОМОЩЬ

Я много лет мучилась подагрой. Столько рецептов испробовала, но все они приносили лишь временное облегчение. Как-то в газете прочитала о лечении компрессами из сырой рыбы. Не очень поверила в эффективность, но решила попробовать. А вдруг?..

Купила 2 кг рыбы. Отделила мясо от хребта. Всю мякоть разделила на 10 частей, разложила в целлофановые пакеты и положила в морозилку. Вечером размораживала один пакет, надевала его на стопу, распределяя рыбу на самые больные места: на косточку и на подъем ноги. Сверху надевала носок, завязывала платком и так спала. Утром ноги мыла теплой водой. Мне хватило 10 процедур, чтобы боли прекратились. Сколько времени прошло, а они не возвращаются.

Л. Н. Хабибуллина, Казань.

ТРАВА ЛЕЧИТ ПОРЕЗЫ

Я несколько раз на даче порезалась: то ножом, то серпом, и даже косой умудрилась, когда траву на меже косила. Так что, думаете, мне было скорой помощью? А тысячелистник. Рану зажму, да и бегу к нему – он у меня возле забора растет. Мыть некогда: кровь хлещет – так и накладывала немытым на рану. И не только кровь останавливалась, но и боль утихала. А через 5-10 минут даже чистой становилась рана. Я ее через полчаса примерно промывала, снова накладывала траву и бинтовала. Через 2 дня и рубчика на том месте не могла найти. Во как!

Каменчук Л.И., г. Сергиев Посад.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- травы от астмы
- золотая колючка – камнедробилка
- рецепты похудения
- как выбрать тонометр

Уважаемые читатели, открыта подписка на 2009 год. Вы можете подписаться в любом почтовом отделении через любой из следующих каталогов:
«Объединенный каталог Пресса России. Газеты, журналы» – 19898 полугодовой и 19900 годовой.
Каталог «Газеты. Журналы» Агентство Роспечать – 19898 полугодовой и 19900 годовой.
«МАП» Каталог Российской прессы «ПОЧТА РОССИИ» – 24240 полугодовой и 60276 годовой.

ОТВЕТЫ НА «БОЛЬ ЛЮДСКУЮ»

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Я хочу помочь женщине **Татьяне Смирновой из Москвы («БР» №33(337) стр.15).**

Здравствуйте, Татьяна, не знаю вашего отчества. Мир вам. Не надо обращаться к экстрасенсам – пойдите в церковь, пригласите батюшку, он освятит вам квартиру, окурит ладаном, а если есть Троицкая зелень – ею тоже. Я сама живу в г. Баку, у нас на медовый Спас 14 августа о. Серафим всегда освящает мак, которым потом посыпают порог квартиры, все углы и щели, а я на кончике чайной ложки беру в рот и пережевываю мак и запиваю святой водой.

Татьяна, не думайте о плохом, знайте, что человек, что делает – делает для себя, посоветуйтесь с батюшкой, что вам еще делать. Обязательно почитайте псалтырь, возьмите благословение у батюшки. Читайте псалмы №26, 50, 34, 90, читайте молитву «Да воскреснет Бог и расточатся врази Его», – все это вы найдете в молитвослове. Только имейте веру. «Верою, Господи, помоги моему неверию». И пусть все зло, которое сделали, вам уйдет в преисподнее.

Молитесь святым мученику Трифону (от колдовства), святителю Николаю Чудотворцу, св. мученику и целителю Пантелеймону, батюшке Серафиму Саровскому, Сергию Радонежскому, просите помощи у Господа нашего Иисуса Христа, у Божьей Матери и всех святых. Все будет у вас хорошо, гоните от себя все черные негативные мысли. Просите настойчиво помощи с большой верой и обязательно через церковь. Без святой воли Господа ни один волос с головы не упадет, Вы просите помощи ради Христа и просите Его обо всем, Он всегда нас слышит. Пейте натощак святую воду (крещенскую, желательно), просфорочку кушайте, кропите ей комнаты (вам батюшка все расскажет).

Я первый раз пишу вам так письмо, и если я хоть чуточку вам помогу, я буду очень рада за вас. Храни вас Бог.

С уважением, **Тихомирова Тамара. 1116, Баку, 7 мкр, д. 1Б, кв. 26.**

ТРАВЫ ОТ АСТМЫ

Бронхиальной астмой я болею много лет. За эти годы перепробовала многие рецепты. Поделюсь своим опытом с читателями газеты!

Очень хорошее действие оказывают травы.

Я смешиваю 2 части измельченного корня алтея, 2 части травы фиалки трехцветной, 1 часть листьев вахты, 1 часть цветков шиповника, 1 часть плодов шиповника, 1 часть плодов тмина.

Две столовые ложки измельченного сбора заливаю 3/4 стакана кипятка в эмалированной кастрюле.

Кипячу в течение 3 минут на слабом огне.

Настаиваю в тепле в течение 3 часов и процеживаю.

Принимаю в теплом виде по 1/3 стакана настоя 5-6 раз в день спустя 15 минут после еды.

Шиповник
R. Cannamonea L.

Смешиваю 2 части плодов аниса, 2 части листьев березы белой, 2 части цветков калины, 2 части листьев подорожника большого, 1 часть травы зверобоя, 1 часть травы крапивы двудомной.

Две столовые ложки (с горкой) трав заливаю в термосе 2 стаканами кипятка и настаиваю в течение 8 часов.

Потом процеживаю и принимаю в теплом виде в течение дня.

Также в течение лета ежедневно выпиваю по 1 стакану смеси соков моркови, сельдерея и одуванчика. Готовлю сок, сразу смешиваю и пью.

Эта смесь соков полезна также при нарушении функций печени, желчного пузыря, а также при анемии.

В период лечения соками исключаю из рациона молоко и молочные продукты, крахмал и сахар.

Карлина О.Н., г. Чита

ЕСЛИ БОЛЯТ КОЛЕНИ

Я никогда не думал, что колено это такая нежная часть тела. А понял это тогда, когда после езды на велосипеде почувствовал резкий щелчок, а затем боль. Врачи выписали кучу лекарств, дали рекомендации, которые я, признаюсь честно, не выполнял. Не выполнял пока... Пока меня не настиг новый приступ болей, который был еще сильнее предыдущего. На следующий день колено опухло, ходить я мог только прихрамывая. Тогда я решил начать выполнять рекомендации врачей. Прежде всего, необходимо было сбросить лишние килограммы. Оказалось, каждый килограмм веса создает 6-кратную нагрузку на область колена. Если у вас 5 кг лишнего веса, это означает, что ваше колено должно выдерживать лишних 30 кг. Поэтому начал я соблюдать диету.

Наносил на больное колено обезболивающий гель, в состав которого входил ибупрофен, а внутрь принимал таблетки. Это значительно улучшило подвижность сустава и сняло боль. Укрепление мышц является решающим, потому что мышцы – это поддерживающие структуры. Если в них нет силы или выносливости, то колени будут беспокоить. Пришлось делать еще и зарядку для укрепления мышц и связок колена.

Сесть на пол, распрямить больное колено. Поместить под колено скрученное полотенце, затем напрягать мышцы ноги, не двигая коленом. Задержать мышцу в сокращенном состоянии, по меньшей мере, 30 секунд, затем расслабиться. Повторять чередование сокращения и расслабления до 25 раз.

Сесть, упираясь спиной в стену и положив подушку под поясницу. Упор в стену даст возможность мышцам поднять ноги без усиления боли в спине. Напрячь мышцы ноги, как описано выше, считая до пяти, затем приподнять ногу на несколько сантиметров и держать ее над полом до счета пять, затем опустить и расслабиться, считая до пяти. Сделать 3 серии из 10 подъемов каждая, используя для темпа счет до пяти.

Чтобы укрепить подколенные сухожилия, нужно лечь на живот, положить подбородок на пол. Положив на лодыжку груз (можно использовать мешок или носок, наполненный монетами) и сгибая колено, медленно приподнимать голень на 15-30 см от пола. Затем медленно опускать ее обратно вниз, задержаться. Снова повторить движение, работая каждый раз медленно и ровно.

Повторить это упражнение 3 раза. При некотором чувстве дискомфорта можно уменьшить вес используемого груза.

Через некоторое время я укрепил мышцы колена и меня перестали беспокоить постоянный хруст и боль.

Михаил М., г. Курган.

ЛЕЧИМ ПЕЧЕНЬ

Моя дочь дважды перенесла болезнь Боткина. Следствие – больная печень. Нам приходилось очень долго лечиться. Вот что мы делали.

Настой травы земляники лесной (земляничный чай). Траву земляники, собранную во время цветения с корнем, сушили в темной комнате. Два кустика заваривали в чайнике полчаса. Дочь пила как чай с сахаром и молоком утром и вечером. Лечит медленно, но верно.

Настой цветков бессмертника песчаного. Пить по 2-3 чашки в день. Бессмертник малотоксичен, но длительное время принимать нежелательно.

Настой спорыша (горца птичьего). Суточная норма – 2-3 ст. ложки травы на 2 стакана кипятка. Пить перед едой при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Отвар травы зверобоя продырявленного. 1 ст. ложку травы залить стаканом кипятка, варить 15 минут. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день как противовоспалительное.

Настой корня девясила высокого. 1 ч. ложку травы залить стаканом кипятка, настоять 10 часов, процедить. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды как желчегонное.

Настой соцветий пижмы применять в качестве желчегонного средства.

Сок плодов рябины сибирской пить по 1/4 стакана 2-3 раза в день за 30 минут до еды как желчегонное. Можно и плоды рябины по 100 г 3 раза в день.

Настой листьев мяты перечной. 20 г на 0,5 л кипятка, настаивать сутки. Выпить за 3 приема как болеутоляющее и успокаивающее средство.

Настой травы льнянки обыкновенной. 2 ст. ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настаивать 2-3 часа. Пить вечером по 3-4 ст. ложки при воспалении желчного пузыря.

Напар травы ромашки. 1 ч. ложка травы заварить стаканом кипятка, парить 1 час. Пить по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды при воспалении печени.

2 ч. ложки корней цикория залить стаканом кипятка, настаивать 30 минут, выпить за день для стимуляции выделения желчи.

1 ст. ложку смеси корней цикория и одуванчика, цветков бессмертника поровну, кипятить 5 минут в стакане воды. Выпить за день до усиленного оттока желчи.

До Ивана Купала сорвать 100 зеленых орехов, порезать, пересыпать сахаром, добавить немного кипяченой воды, закрыть банки капроновыми крышками, закопать на глубину 50-60 см и пусть стоит 5-6 месяцев. Достать, процедить, пить по 1 ч. ложке 2 раза в день.

Если хотите, чтобы эффект от трав был лучше, принимать их 2-4 недели, потом делайте перерыв на 1-2 недели. Потом травы надо менять.

Хронический гепатит, холецистит, дискинезию желчевыводящих путей лучше лечить так. Взять по 1 ст. ложке бессмертника, чистотела, по 1 ч. ложке тысячелистника, репешка, почек черного тополя, 2 ст. ложки спорыша и 700 мл воды. Кипятить 10 минут. Пить по 50 г 6 раз в день 28 дней. Одновременно употреблять по 1 таблетке спирулины 4 раза в день за 20 минут до еды, затем 7 дней перерыв. Повторить 2-3 курса.

Ольга В., г. Курск.

КРАСИВАЯ ШЕЯ

Чтобы шея была красивой, очень важно иметь правильную осанку. Неправильное положение тела создает дополнительную нагрузку на позвоночник, а это, в свою очередь, придает шее неправильный угол наклона, и мышцы становятся застывшими и напряженными.

Никогда не спите на высокой подушке: такая поза является главной причиной преждевременных морщин на шее. Чтобы избежать такой неприятности, полезны контрастные компрессы, которые следует менять 5-6 раз, начиная и заканчивая процедуру холодным компрессом. Горячий компресс рекомендуется держать 1-2 минуты, а холодный – 4-5 секунд.

Раз в неделю можно также делать следующую процедуру: небольшое (лучше махровое) полотенце намочите горячей (50-60°С) водой, слегка отожмите и оберните им шею на 2 минуты. На столько же времени оберните шею полотенцем, смоченным холодной водой. При этом хорошо добавить в воду поваренную (еще лучше морскую) соль из расчета 2 чайные ложки на 1 л воды. Можно добавить – в той же пропорции – отвар трав или молоко. Закончите холодным компрессом. После этого сразу же смажьте кожу питательным кремом.

Благоприятное воздействие на кожу шеи оказывают теплые масляные компрессы из миндального, прованского (можно и другого растительного) масла. Такой компресс сверху покрывают пергаментной бумагой, затем ватой, потом обматывают шею полотенцем или бинтом. Его необходимо держать на шее 15 минут, после чего нанести маску (фруктовую, специальную питательную или отбеливающую). Например, белковая (белок одного яйца соединить с 1 чайной ложкой прованского масла и соком половины небольшого лимона) или желтковая (1 желток смешать с 1 чайной ложкой меда).

Благоприятное воздействие на кожу шеи оказывает дрожжевое тесто. Возьмите кусочек теста и раскатайте его в жгут, оберните им шею на 15-20 минут, затем снимите, а кожу протрите ваткой, смоченной разбавленным (1:2) лимонным соком.

При уходе за кожей шеи очень важна чистота. Ежедневно очищайте кожу отварами из трав (ромашка, липовый цвет, мята, шалфей). Аккуратно смочив ватный тампон, протрите одним из этих отваров шею (движениями снизу вверх).

Наталья, г. Москва.

ЧТОБЫ ОТСТУПИЛА СТАРОСТЬ

Ешьте кукурузу (маис), пользуйтесь припарками из нее.

Для повышения свертываемости крови: экстракт рылец по 40-50 капель 2-3 раза в день до еды.

Для снижения холестерина в организме: по 20-25 г кукурузного масла в день в течение многих месяцев при атеросклерозе, гипертонической болезни, склерозе сосудов сердца и мозга. Отвар кукурузных рылец: 2-4 ст. ложки залить 1,5 стакана воды и кипятить в течение 30 минут на небольшом огне в эмалированной посуде с закрытой крышкой. После охлаждения принимать по 1-3 ст. ложки через каждые 3-4 часа.

КАМНЕДРОБИЛКА

Климова Ольга Викторовна

«Вдали я видел сквозь туман
В снегах, горящих как алмаз,
Седой, незыблемый Кавказ;
И было сердцу моему
Легко, не знаю почему».

М.Ю.Лермонтов.

Сколько легенд и сказаний хранит Мудрый Седой Кавказ! Так рассказывают наши предки о гордой красавице по имени Горный цветок. Маленький аул затерялся в долинке, спокойно дремали вековыми снами горные снежные вершины вокруг, играли дети, и пели песни девушки. Мужчины уехали на охоту. Далеко отсюда, в море, появились корабли. Беда свалилась, и правда, как снег на голову… Все стихло… Из-за гор к небу взвились черные «хвосты» дыма и это были не костры пастухов, это горели сакли и дома соседних аулов! Отважная Горный цветок решила не сдаваться, вместе с подругами, взяв отцовские шашки и луки, они сели на коней. А старики и дети закричали: «О, отцы наши Горы – защитите нас!» И дрогнули седые вершины, покатились на врагов снежные лавины, уже – на их головы, ручьи превратились в бурлящие потоки, травы поднялись выше головы, закрывая свет, а горные орлы полетели боевым кругом и нападали на всадников, сбивая их с коней, не давали подняться, раздирали когтями и клювами, били крыльями. Какая-то трава засверкала нестерпимым светом на солнце своими длинными золотыми колючками, превращая одежду, хвосты и гривы – в лохмотья, а кожу в шрамы. Но, выставив щиты – враги уже добрались до аула. Их встретили девушки. «Сдавайтесь, мы вас все равно возьмем всех в плен!» – предложили чужеземцы. «Никогда горные орлицы не станут пленниками стервятников!» – закричали горянки. Стрелы девушек ломались о прочные щиты, а шашки не доставали из-за выставленных длинных копий, и враг надвигался. Тогда Горный цветок бросила своего коня на копья, сломав строй врага и его защиту. И этого мгновения хватило, чтобы девушки ворвались в брешь и стали крушить врагов шашками. И в это время уже подоспели и мужчины, сразу бросившись в бой, вместе со своими грозными собаками-волкодавами. Враг был смят, его раненные остатки бежали.

Израненные враги убрались восвояси, заклявшись никогда не появляться в горах, где и птицы, и животные, и даже травы – защищаются и воюют, а девушки – так отважны. На месте, где погребли павших защитников и Горный цветок – тоже выросла та трава с золотыми колючками, никому не дается в руки гордая красавица Горный цветок.

Золотая колючка – действительно горный цветок. А еще: дурнишник колючий. В народе у дурнишника много названий: арепий, дурманник, буравник зобоватый, зобник, зоб-трава, колюка, ксантия, горный цветок, ладочник, нетреба-трава (многие ищут по этому названию!), репей колючий, репьях, свинка, турица и другие.

Золотая колючка
Selenicereus-grandiflorus L.

Дурнишник колючий, золотая колючка – вид дурнишников, семейство сложноцветных. За его необыкновенную силу его еще прозвали ***«Холерной травой»*** – ему под силу справиться и с холерой, раком, пиелонефритом, болезнями почек, растворить камни, с болезнями щитовидки. У каждой травы – есть самые сильные свойства – от определенных болезней (не от всех подряд!). У золотой колючки – это болезни почек, растворение камней и болезни щитовидки.

Если у дурнишника обыкновенного **листья** похожи на ладонь, а **колючки** – овальные и круглые (ими дети часто бросаются в волосы и трудно потом их выпутать), то дурнишник колючий отличается длинными острыми листьями и длинными тонкими колючками, при созревании они имеют желто-золотой цвет и расположены на стебле в 3 иглы. Растение усеяно такими иглами, руками его не сорвать. Растение содержит много йода.

Заготавливают его во время цветения, не моют, просто отряхивают от земли. Сушат в тени и хранят в картонных коробках. Срок хранения – 2 года. Для усиления свойств (любой) травы – травник должен иметь с собой плакун-траву, а так же класть ее при сушке (мать всем травам – плакун-трава, только с ней получит каждая трава свою силу – сказано в старинном травнике и в «Домострое»).

Лечебно полностью все растение. Во многих странах дурнишники применяют при раке различных органов. Так, при раке легких сухой дурнишник измельчают в крупку (лучше – круглые колючки дурнишника обыкновенного, но и делают из всего растения золотой колючки), набивают папиросы (табак высыпать) и курят 5-6 раз в день, вдыхая поглубже дым, дым – горьковатый. Или – сжигают горсточку травы в железном заварном чайнике и вдыхают (осторожно, не обжигаясь) дым из носика. Считается, что без этого – не достигнуть выздоровления. Курить же обычные сигареты – нельзя! Курильщика – не исцелить. Дурнишник необходим при болезнях щитовидки, при опухолях ее узлов.

Рецепт: 1 столовую ложку сухого измельченного дурнишника на 300 мл кипятка и прокипятить 5 минут на маленьком огне или водяной бане. Настоять 1 час. Принимать по 1/3 части стакана 2-3 раза до еды. Так этот рецепт – для растворения камней. Таким отваром – наружно смазывают кожу от прыщей, сыпи, грибка. При экземе и зудящих дерматитах – делают мазь: 1 часть измельченного дурнишника и 1 часть подсолнечного масла – настоять 1 месяц.

При раке различных органов: 1 чайная ложка дурнишника на стакан крутого кипятка, но не кипятить, а укутав – томить в тепле 30 минут. Принимать по 1 стакану в теплом виде после еды. Курс – 2 месяца, а 2 недели – перерыв.

Настои и отвары – хранят в холодильнике не более 2 дней. Не делайте сразу много, лучше пить – свежеприготовленные. Можно сделать водочную настойку: 1 часть травы на 10 частей водки, настоять и принимать с водой по 25 капелек 3 раза в день до еды. Курс – 1 месяц, а 2 недели перерыв.

Многие целители считают, что наиболее эффективен дурнишник при совмещении с копытнем европейским. Учтите, что копытень – сильное средство от алкоголизма и при лечении нельзя принимать обычный алкоголь

«Всю жизнь мы собираем камни, копим их, растим. Это – самые драгоценные камни! Но мы не пожалели бы стократ никаких драгоценностей, чтобы избавиться от них!».

Древняя Индия.

(будет реакция,как у алкоголика – рвота, давление, головные боли, и для алкоголиков – другая дозировка). Поэтому дурнишник совмещают с копытнем – только в случае онкологии. Пьют дурнишник и копытень – в разные часы. Рецепт копытня: 1/3 чайной ложечки корней копытня на 1 стакан кипятка и протомить на водяной бане полчаса, настоять 30 минут. Процедить. Принимать в теплом виде (это – обязательно!), не более 1 столовой ложки до еды 4 раза в день. Месяц пить, а месяц – перерыв. Пьют – 2-3 курса, повторяют через 5 месяцев.

Но, конечно, главные и самые сильные свойства золотой колючки (многие ищут по этому названию) – мягко растворять камни и от болезней щитовидки (не при избытке йода). Вот такой есть у природы хирург без скальпеля, золотая колючка, камнедробилка, горный цветок. Пришло время растворять камни!

Предлагаю приобрести правильно собранные и неизмельченные травушки: огонь-траву, золотую колючку, вербену, медуницу, манжетку, диоскорею, гинкго, калган, лапчатку белую, дрок, витекс, астрагал (в т.ч. редкий – желтый вождь), сон-траву (прострел), шикшу, панцерию (каменная трава), белозор (царские очи), шлемник байкальский, арнику, эдельвейс, кошачью лапку, карагану (верблюжий хвост), авран (рыбья трава), сагандайля, дудник, красный корень, боровая матка, красная щетка, мужик-корень, галега, шелковица (от диабета), норичник (от щитовидки), кашкара, розмарин и другие травы. Белое каменное масло (кусочки) со всеми рецептами. Трутовик лиственничный с японской методикой Ямакиро для похудения.

При обращении прошу указать диагноз и вкладывать подписанный конверт. **353440, город Анапа, Главпочтамт, до востребования. Климовой Ольге Викторовне.**

ЧАЙ ПЬЕШЬ – ОРЛОМ ЛЕТАЕШЬ!

С давних пор чай пользуется особой популярностью и любовью у людей. Он не только согревает и утоляет жажду, но и служит прекрасным лечебно-профилактическим средством. По данным многочисленных исследований, чай благоприятно действует на центральную нервную систему, повышает умственную активность, облегчает деятельность сердца, почек, улучшает пищеварение, устраняет вялость, сонливость, апатию. Предлагаем вам несколько рецептов этого лечебного напитка.

Тонизирующий чай

Взять по 1 части сухих трав мать-и-мачехи, зверобоя, душицы, мяты, кукурузных рыльцев, липового цвета, шиповника, 5 частей байхового чая, на кончике ножа – эвкалипта и корня валерианы. Все смешать. Взять 1 ч. л. смеси и залить 1 ст. кипятка. Дать настояться 10-15 мин. Эта смесь может служить заваркой для чая, который следует принимать утром до завтрака или при упадке сил.

Очищающий чай

Смешать по 1 ст. л. сухих листьев березы, сухой мяты перечной, свежих или сухих листьев малины, по 1 ч. л. сырой тертой моркови, сырой тертой свеклы и меда. Залить смесь горячей водой, довести до кипения и настаивать 15-20 мин. Перед употреблением добавить немного меда и лимонного сока. В течение дня желательно выпить около 3 л такого чая.

Чай для сердечников

1 ст. л. свежих ягод боярышника залить 1 ст. кипятка и настаивать под грелкой примерно час. Пить в течение дня. Регулярное (в течение месяца) применение такого чая (пока можно использовать свежие ягоды боярышника) весьма благотворно, так как боярышник снижает кровяное давление, укрепляет сердечную мышцу, нормализует нервную систему, оказывает антисклеротическое действие.

Витаминный чай

По 0,5 ст. л. измельченных плодов рябины и шиповника залить 2 ст. кипятка и настаивать в закрытом сосуде в течение суток. Полученный чай рекомендуется пить по 0,5 ст. несколько раз в день. Благодаря такому напитку вы надежно защитите свой организм от болезней, особенно, в периоды холодов и авитаминоза.

Печеночный чай

Сухие листья облепихи смешать с листьями смородины, вишни и зверобоя, взятых в равных количествах, залить эту смесь кипятком, настаивать 1-2 часа и использовать в качестве заварки для чая.

Яблочный чай

Нарезать 4-5 неочищенных свежих яблок, поместить их в закрытую посуду (желательно эмалированную) и кипятить 15 мин. в 1 л воды, а затем настаивать в течение 4 часов. Принимайте чай для профилактики заболеваний инфекционного характера в течение продолжительного времени несколько раз в день.

Чай, регулирующий обмен веществ

Возьмите в равных количествах листья черной смородины, листья лесной земляники, надземную часть душицы и горца птичьего и залейте смесь 2 ст. кипятка. Настаивать в течение 4 часов, после чего напиток можно употреблять отдельно по 2 ст. л. ежедневно или же добавлять его в обычный чай.

Оздоровительный чай

3 ч. л. сухой травы клевера настаивать в течение часа в 1 ст. кипятка и пить каждый день по 1/4 ст. Чай приятен на вкус, обладает седативным (успокаивающим) и противовоспалительным эффектом, благотворно влияет на работу органов пищеварения.

Против отложения солей

1 ст. л. череды или барбариса заварить в 1 ст. кипятка, настаивать в течение 15 мин., процедить и пить в горячем виде.

Чай от усталости

Чай, приготовленный из смешанных в равном количестве сухих листьев смородины, малины, земляники и травы чабреца. 3 ст. л. смеси нужно залить 1 л кипятка, настаивать 2 часа в закрытой посуде, после чего процедить и пить по 1 ст. 2-4 раза в день. Чай же из травы чабреца и тимьяна укрепляет нервную систему и улучшает память.

КОФЕ, ВИНО И КОРИЦА – НОВОЕ ОРУЖИЕ ПРОТИВ ДИАБЕТА

Сахарным диабетом страдают миллионы людей. Из них большинство болеет инсулиннезависимой формой заболевания. Осложнениями инсулиннезависимого диабета (так называемый диабет второго типа) являются почечная недостаточность, слепота и нарушения кровообращения, приводящие к ампутации конечностей.

Заболевание развивается, если утрачивается чувствительность к инсулину – гормону, обеспечивающему поступление глюкозы к тканям, нуждающимся в энергии. В связи с тем, что повышение уровня глюкозы опасно для системы кровообращения и других органов, состояние здоровья диабетиков зависит от уровня глюкозы в сыворотке крови. Контроль уровня глюкозы может быть достигнут снижением массы тела, физическими упражнениями и диетой. Их диета должна, прежде всего, содержать волокнистое целое зерно, которое выпускает глюкозу медленно в кровоток.

Американские ученые обнаружили, что часть пищевых продуктов – кофе, вино и корица – обладают свойством восстанавливать чувствительность тканей к инсулину и контролировать сахар в крови.

Корица
Cinnamomum verum

Эти изменения носят временный характер, но регулярное употребление этих пищевых продуктов в пищу может замедлить развитие заболевания и его разрушительные последствия. Так, пара чашечек крепкого кофе в день могут поддерживать уровень сахара в крови в течение нескольких часов, предотвращая повышение глюкозы в крови после еды. Содержащиеся в чае полифенолы также обладают антидиабетическими свойствами. Полезнее всего для диабетиков неферментированный зеленый чай.

Целебными свойствами обладают пряности. Употребление в пищу от 1 до 6 г корицы в течение 40 дней вызывает снижение уровня глюкозы, холестерина и триглицеридов на 18-29%.

Полезным эффектом при диабете второго типа обладает вино в дозе около трех фужеров в день (с учетом массы тела). Целебное действие вина также связывают с полифенолами. Диабетологи предупреждают, что, к сожалению, вино, чай и корица не заменяют физических упражнений, нормализации веса и ограничения глюкозы в рационе.

Юдина М.П., г. Уфа.

РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ

Прочитайте о различных диетах, которые применяются для похудения. Не все диеты имеют нужный эффект и далеко не все полезны. Эти рекомендации помогут разобраться: какие диеты можно применять, а какие только повредят вашему здоровью.

МЯСО В БОРЬБЕ С ЛИШНИМ ВЕСОМ

Салаты можно приправлять только лимоном и солью, добавлять жир запрещено, это же правило и для овощей и фруктов. Для снабжения организма протеином рекомендовано мясо, рыба, сыр, птица, соевые продукты, салат, овощи, фрукты, крупы. Можно выбирать различные виды этой диеты: вегетарианская, с мясными продуктами, смешанная.

Суточный рацион не превышает в среднем 1000 ккал. 43 % белки, 23 % жиры, 30-35 % углеводы.

Вывод: ***достаточное количество углеводов и жиров, но процент белка очень высок.***

ДИЕТА: «БУДЬ МОЛОДЫМ, ЖИВИ ДОЛГО!»

Наряду с девятью довольно нужными советами по формированию новых вкусовых привычек: «пищу пережевывайте медленно, в два раза медленнее чем раньше, рассматривайте то, что вы едите, пищу принимайте только из чувства голода»,-в этой диете сильно ограничено участие углеводов, оно практически сведено до минимума.

«Ценный протеин» – яйца (вареные и жареные) можно потреблять в неограниченном количестве, несколько раз в день. Разрешаются также нежирное мясо, рыба, твердые сыры, соевые продукты. В салат можно добавлять одну ложку майонеза или растительного масла. С каждым приемом пищи можно съедать небольшой кусочек хлеба, намазанный маргарином. Запивать пищу нельзя. Воду или несладкий чай можно пить только между приемами пищи.

Суточное количество энергии 800-1200 ккал., из них: 50 % белок, 35-30 % углеводы, 20-25 % жиры.

Вывод: ***участие углеводов достаточно, чтобы не было кетоза. Процент жиров достаточен, чтобы обеспечить потребность организма жирными кислотами и жирорастворимыми витаминами.***

ДИЕТА: «НАЕДАЙСЯ ДО СТРОЙНОСТИ»

Можно есть нежирное мясо, рыбу, яйца, салат, овощи, – сырыми или тушеными. Из напитков рекомендуется – минеральная вода, чай, кофе, фруктовый сок, обезжиренное молоко. Запрещено добавлять в пищу сахар и жиры.

Рекомендуется принимать дополнительно мультивитамины в виде капсул или таблеток.

Дневной рацион составляет около 750 ккал. 50-55 % белка, 30-35 % углеводов, 10-15 % жира.

Вывод: ***диета не приемлема. Очень высокий процент белка и недостаточное количество энергии. Совет автора принимать дополнительно витамины доказывает недостаточность его диеты.***

РИСОВАЯ ДИЕТА

Начинать надо с рисового дня (800 ккал), «если срочно надо сбросить лишний килограмм». Эта диета длится 3-4 дня (1000-1500 ккал), рис комбинируется с овощами, фруктами, рыбой или мясом.

Дополнительные рекомендации: физические упражнения, сауна, массаж.

Вывод: ***Обратите внимание, не следует применять очищенный рис, который в результате обработки теряет свои ценные свойства (витамин В, кальций, железо). Эта диета для длительного периода времени не подходит, так как она монотонна и в ней нет учебного эффекта (она не способствует приобретению новых вкусовых привычек).***

ДИЕТА С БАЛЛАСТНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ

Энергетическая ценность ее составляет 800-1500 ккал. в день, из которых: 80% углеводы, 15% белок и 5% жиры. Основные продукты: крупы, отруби, свежие овощи, фрукты. Запрещаются любые рафинированные продукты: белая мука, сахар, обработанный рис.

Вывод: ***эту диету можно рекомендовать только на короткий период времени. Высокое содержание балластных веществ может привести к расстройствам желудка и кишечника.***

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ НОГ

1 Береза (листья) – 15 г, крапива (листья) – 15 г, фиалка трехцветная (трава) – 15 г, петрушка (корень) – 15 г. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, кипятят 10 минут, настаивают 20 минут и процеживают. Пьют в теплом виде по 1/2-3/4 стакана 3-4 раза в день при ревматоидных артритах и подагре.

2 Вероника (трава) – 30 г, пырей (корневище) – 30 г, фиалка трехцветная (трава) – 45 г, лопух большой (корень) – 45 г. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 30 минут и процеживают. Пьют по 1/2 стакана 4-5 раз в день через 30-45 минут после еды при подагре.

3 Крапива (листья) – 45 г, бузина травянистая (цветы) – 45 г, петрушка (корень) – 45 г, верба (кора) – 15 г. Ст. ложку смеси заливают стаканом кипятка, кипятят 5 минут, настаивают 20 минут и процеживают. Пьют в теплом виде по 1/2-3/4 стакана 2-3 раза в день через 30 минут после еды при артритах и подагре.

4 Крушина (кора) – 15 г, береза (листья) – 60 г, верба (кора) – 75 г. Столовую ложку измельченной смеси заливают стаканом кипятка, кипятят 10 минут, настаивают 20 минут и процеживают. Пьют в теплом виде по 1/2-3/4 стакана 3 раза в день через 30 минут после еды при артритах и подагре.

5 Лавр благородный (листья) – 30 г, масло подсолнечное (льняное) – 200 г. Измельченные листья заливают маслом, настаивают 6 дней в теплом месте, процеживают и отжимают остаток. Настой используют для растирания.

6 Липа (цветы) – 30 г, верба (кора) – 30 г, вахта (листья) – 30 г, анис (плоды) – 15 г, полынь (листья) – 15 г. Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка, кипятят 5 минут, настаивают 20 минут и процеживают. Пьют в теплом виде по 1 стакану 2-3 раза в день через 30 минут после еды при артритах.

7 Ромашка (цветы), мята (листья), хвощ (трава), почечный чай (трава), зверобой (трава), девясил (корень), крапива (листья), береза (почки), брусника (листья), лен (семена), кукуруза (рыльца). Все компоненты берут по 1 десертной ложке, смешивают, заливают 1 литром кипятка, настаивают 2 часа и процеживают. Пьют по 1 стакану 4 раза в день при артритах.

8 Тимьян (трава) – 10 г, лаванда (цветы) – 10 г, розмарин (листья) – 10 г, верба (листья) – 70 г. Смесь в количестве 12 столовых ложек заливают 1/2 литра кипятка, настаивают 15 минут и процеживают. Настой используют для ванн при воспалении суставов.

9 Толокнянка обыкновенная (листья) – 15 г, грыжник (трава) – 15 г, горец птичий (трава) – 15 г, василек (цветы) – 15 г, кукуруза (рыльца) – 15 г, береза (почки) – 15 г, верба (кора) – 15 г, фасоль (стручки) – 15 г. Ст. ложку смеси заливают стаканом кипятка, кипятят 10 минут, настаивают 30 минут и процеживают. Пьют по 1/2-3/4 стакана 4-5 раз в день через 30-40 минут после еды при ревматоидных артритах и подагре.

10 50 г цветов коровяка настаивают 2 недели в 1/2 литра 70%-ного спирта. Полученную настойку используют для втирания как обезболивающее средство при ревматических и артрических болях в спине и в суставах.

11 Смешивают 5-10 стручков красного жгучего перца с 250 г подсолнечного масла и 250 г керосина. Перец перед смешиванием измельчают на мясорубке. Смесь настаивают в теплом месте 9 дней, ежедневно хорошо взбалтывая. Втирают в область боли на ночь, утром следует надевать теплое шерстяное нижнее белье и шерстяные носки (чулки). Смесь применяют при болях в пояснице, суставном ревматизме.

12 Лавр благородный (листья) – 6 частей, можжевельник (хвоя) – 1 часть, сливочное масло – 12 частей. Измельченную в порошок смесь лаврового листа и хвои можжевельника растирают со свежим сливочным маслом до получения мази. Используют для втирания как обезболивающее, успокоительное средство при болях в суставах, пояснице, ревматических и простудных заболеваниях.

13 1/4 стакана подсолнечного масла смешивают с 50 г керосина, 1/4 куска хозяйственного мыла и 1 ч. ложкой пищевой соды. Смесь растирают до кашицеобразного состояния и выдерживают 3 дня, время от времени перемешивая. Втирают мазь в больные места досуха, при болях в пояснице и суставах.

14 1 ст. ложку полыни цитварной (цветочные корзинки) заливают в термосе 1,5 стаканами кипятка и настаивают 2 часа. Процеживают и применяют как наружное обезболивающее средство при ревматизме, невралгии, люмбаго.

15 1,5 стакана сока редьки черной (корнеплод) смешивают с 1 стаканом чистого меда и 1/2 стакана 40%-ного спирта. Добавляют 1 ст. ложку поваренной соли и все хорошо перемешивают. Смесью натирают места боли при болях в пояснице и суставах.

16 1 ст. ложку порошка шишек хмеля растирают с 1 ст. ложкой несоленого свиного сала или свежего сливочного масла. Мазью смазывают места боли при ревматизме, подагре и болях в пояснице.

17 Смешать кашицу из 4 лимонов (без семян) и 3 головок чеснока, все залить 1 л кипятка, настоять сутки, процедить, остаток отжать. Принимать при ревматизме по 50 г 3 раза в день до еды.

18 При ревматизме полезно на ночь делать компрессы из кашицы черной редьки и чеснока.

19 100 г сухих измельченных корней шиповника залить 0,5 л водки, настоять в темном месте 3 недели, периодически встряхивая содержимое. Принимать по 25-30 г 3 раза в день до еды, запивая водой, при «шпорах», наростах, отложениях солей в любом месте, ревматизме, полиартрите. Одновременно втирать настойку в больные места, делать компрессы из настойки.

20 Цветы и траву василька мелко растирают и смешивают с соком терна. Принимают утром натощак по 1-2 столовых ложки в течение 8 дней.

21 Лук репчатый – 1 луковица, масло оливковое – 50 г, еловая смола (живица) – 20 г, медный купорос (порошок) – 15 г. Все компоненты тщательно растирают и расплавляют на огне, не доводя до кипения. Мазь накладывают на больное место.

22 Истолченный свежий корень окопника смешивают с несоленым свиным топленым салом и делают компрессы.

КАК ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ

Интервью с Жикаренцевым Владимиром Васильевичем, психологом, участником конференции «Без таблеток. Ру».

В жизни каждого человека возникают проблемы. Как разрешить сложные ситуации? Как изменить свою жизнь и свою судьбу? Как исправить свое здоровье?

Почему в отношениях современных мужчины и женщины много непонимания и как будет выглядеть семья будущего?

На эти и другие вопросы мы попросили ответить психолога, руководителя благотворительного фонда «Вахта Мира», участника конференции «Без Таблеток. Ру» Владимира Васильевича ЖИКАРЕНЦЕВА.

Начало в №43

– К вам обращается множество людей. Можно ли выделить наиболее частые «мужские» и «женские» вопросы?

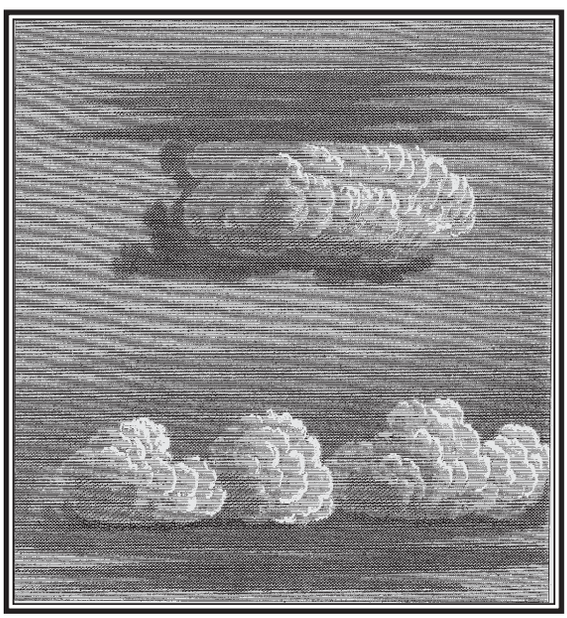
– Мужчина, как правило, интересуется силой и деньгами, а женщина – как стать женщиной, как найти гармоничные отношения с детьми и любимыми.

– Как же вы отвечаете на эти вопросы?

– Мужчин я все-таки привожу к мысли, что нужно учиться смотреть на свою слабость и начинать ее принимать. Мужчина становится по-настоящему сильным, когда видит свою слабость и ограничения. Женщине же, чтобы стать женщиной, нужно принять свой низ, позволить себе быть женщиной, т.е., фактически, получить одинаковые права с мужчиной на то, чтобы дарить любовь. На своих семинарах я обучаю и мужчин, и женщин, как найти себя. Очень часто приходится сталкиваться с вопросом, что вас предали. Не буду сейчас комментировать данную проблему, а просто приведу два случая из моей практики. Выводы сделайте сами.

Случай 1. *Одна женщина очень сильно заболела. Настолько сильно, что едва могла двигаться. В это время муж ее взял и уехал на дачу – он находился там все время, пока она болела. Как рассказывала эта женщина, ей было настолько плохо, что она много раз теряла сознание. Это продолжалось дней десять, но в конце концов она выздоровела. После этой болезни у нее появились необычные способности. Когда я встретился с ней, кожа ее была такой, что могла бы позавидовать любая двадцатилетняя девушка, а глаза сияли, как два бриллианта. Этой женщине было около пятидесяти. Она никогда не корила мужа за его поступок, она понимала, что все случилось не просто так. Ей нужно было пережить это событие в своей жизни.*

Случай 2. *Другая женщина до сих пор не может простить мужу предательства. Он не помог ей, не проявил сочувствия в трудную минуту, когда очень сильно заболел их сын. Эта женщина обладает огромной энергией, выдающимися качествами лидера, настолько выдающимися, что, когда она появляется в какой-нибудь компании, всем сразу становится ясно, кто здесь «хозяин». Естественно, муж у нее всегда был на вторых ролях. Она просто подавляла его. Он привык занимать пассивную позицию и во всем уступать инициативу ей. Точно также он поступил и в том случае. Она всерьез столкнулась с собой, но по-прежнему продолжает обвинять во всем мужа.*



Пусть читатели поразмыслят над этими случаями.

– Существует ли между современными мужчиной и женщиной какая-то глобальная проблема? Женщины стремятся к лидерству во всем. Это свойственно только нашему времени, или так было всегда?

– Основная проблема между мужчиной и женщиной в том, что они не видят друг друга. Между ними идет борьба насмерть. Борьба, кто овладеет кем. Проигравшему – смерть, победителю – пиррова победа. Прежде чем касаться этой глубинной проблемы, нужно иметь представление об уме. Думаю, что в следующий раз мы более подробно обсудим этот аспект. Мужской взгляд на мир абсолютно чужд женскому взгляду. В XVI веке на природу отношений полов наложился еще современный ум, лишенный понимания двойственного строения мира. Плюс христианский взгляд на мир. В патриархальной троице Бог-Отец, Бог-Сын, Бог-Святой Дух нет места женщине. Это значит, что женщину и женский ум заведомо поставили ниже мужчины. Получается, что по природе мужчина и женщина разные, а «правильный» взгляд на мир только один – мужской. Уже в XVII веке человека сориентировали на то, чтобы видеть только одну из противоположностей и отрицать вторую. В целом, среднестатистический мужчина интересуется властью. Ему кажется, что женщина – это то, что автоматически покупается при наличии власти и денег. Редко какой мужчина спрашивает, как стать мужчиной. Женщины мудрее.

– Многие соглашаются на такую сделку?

– Проблема вся в том, что женщина в обществе поставлена в такие условия, что ей приходится делать выбор. Сейчас на свободную женщину навешивается немало обидных ярлыков. Ее боятся, ей не позволяют быть свободной. Укладывать шпалы, управлять фирмой, пожалуйста, только не свободу дарить любовь кому захочет и сколько захочет.

Для мужчины такой проблемы чаще всего не существует. Постулат о первородном грехе выключил, обесточил женщину. Женщина стала рабыней, а не женщиной. А неженщина рожает и воспитывает немужчин. Женщине необходимо дать свободу, тогда она будет воспитывать сильных и свободных мужчин. Это все не так просто. Догма о мужчине-охотнике и женщине-хранительнице очага блокирует свободу женщины, отводит ей строго определенное место. Слишком сильно религиозное влияние на взаимоотношения между мужчиной и женщиной и потребуется немало столетий, чтобы вернуться к истокам Вселенной.

Религия должна объяснять, что Бог соединяет в себе мужское и женское начало. То есть, условно говоря, он состоит из Бога-Отца и Богини-Матери. Никто не выше и не ниже. Они равны.

Это очень тонкая и трудоемкая идеологическая работа, которой должно заниматься государство, если желает укрепить семью и не получать деградированное потомство. Но этим оно не занимается.

– Эта проблема стоит одинаково остро в России и на Западе?

– На Западе проблема мужчины и женщины острее. Наш язык все-таки очень мудрый, он еще как-то позволяет нам общаться друг с другом. Все эти движения на Западе – феминизм и т.д. – показывают, что там напряжение еще сильнее.

– Вы считаете, что такой способ стирания границ между мужчиной и женщиной, как, например, «политкорректность» – это не решение проблемы, а наоборот, ее усугубление?

– Это стирание границ делается для того, чтобы человек стал еще более механическим.

– Какое место женщины в семье будущего? Будут ли в дальнейшем семейные отношения развиваться гармонично, или…?

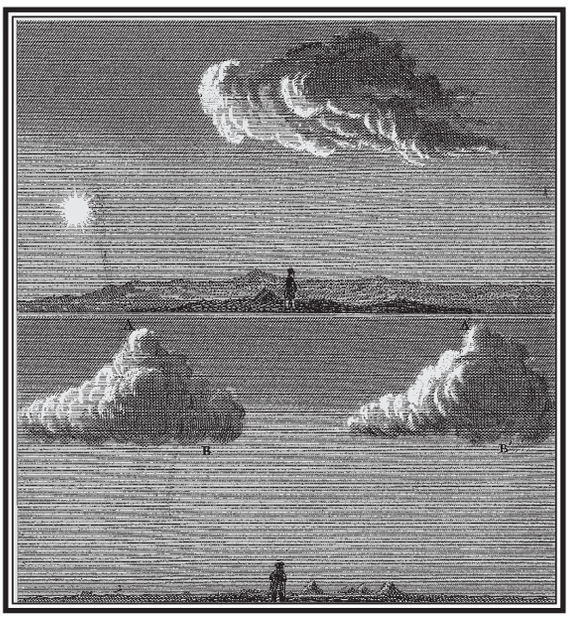
– Вот именно или… Пока у власти большинство мужчин, они всячески будут мешать ей быть свободной. Да Вы сами видите на примере наших российских женщин. Женщина просто закабалена, хотя и кажется свободной. Мужчина боится женщины, боится ее непредсказуемости. Потому и вопросы измен решаются однобоко. Женщинам изменять нельзя, а мужчинам – разрешено. Вот женщины и мстят за такое неравенство. Тут встает вопрос о культуре взаимоотношений, о духовном равенстве. Не надо понимать буквально, «раз им разрешено, то и нам можно». Это совершенно не так. Природа ничего не отрицает. Возможны различные формы отношений. Но к этому нужно быть готовым.

Лишая мужчину и женщину признаков, их помещают в машинный ум. Человек становится компьютером для выполнения заданных программ. Люди превращаются в безликие, бесполые существа, очень легко управляемые. Конечно, это не помогает им понимать друг друга.

– А как же институт брака?

– Все современные традиции заимствованы из древних. И принцип «внешнее равно внутреннему» работает до сих пор. То, что ты видишь перед собой – это и есть ты. Соответственно, чем дольше живешь с одним человеком, тем более глубокие пласты ума могут быть проработаны. Соединяясь с другим человеком – ты соединяешься внутри, появляется целое – любовь. От себя не убежишь. Ты уйдешь к другой женщине, но там тоже рано или поздно ты столкнешься с собой.

– В книгах вы приводите примеры, символы из народных сказок, похоже, что Вы – большой знаток сказочной реальности…



– В народных сказках – заключен код гармонии жизни, уроки правильного, «кармически грамотного» выбора пути. Помните, три развилки-указателя у камня на пути богатыря – что это по вашему? Почему некоторые из нас выбирают путь-указатель «убить себя» как правильное направление пути? Почему так запросто попадаемся в сети зависимости – это вторая, тоже «ложная» развилка! Одна из трех развилок только правильная – называемая в сказках «принести коня в жертву волку». И все равно, даже потеряв коня, герой сказки идет дальше, порой утирая слезы. Что такое «конь» в современной нашей жизни? И кто такой «волк»? Подумайте над этим!

Поняв тайный смысл сказок – мы сможем найти выход из любого положения. Например, как вернуть любовь? Ответ – в сказке «О царевиче и Сером волке», «О царевне– лягушке». Как добиться полной независимости от обстоятельств, полной свободы от негативной кармы? Прочитайте сказку «То, не знаю что».

В русских народных сказках очень много злых жен, мачех, которые вертят мужьями как хотят. А мужчин-тиранов и злых отчимов не встречается. Кто-нибудь из читателей задумывался – почему?

– Действительно, почему? Может расшифровка этих сказок – даст ключ к «душе» России, которую «умом не понять»?

– Дело в том, что этот мир – мир женщины: Природа-Мать, Мать-Земля, Вода тоже женского рода. Этот мир – мир Великой Матери. Для мужского ума он воспринимается как враждебный. Но мы, мужчины, должны научиться его любить. На этом пути женское начало устраивает нам много проверок, отражающих страхи перед ним. Так женщина учит мужчину любить безусловно (а не за фигуру и большую грудь). Но такое общение бывает очень напряженным. Ведь мать любит своего ребенка безусловно и этому она хочет научить отца.

– Как сказки помогают Вам в жизни?

– Я чувствую, что проживаю символически сказку за сказкой в своей жизни. Мои приключения аналогичны приключениям сказочных героев. Бывает, что чувствую себя в ролях и положительных, и отрицательных героев какой-либо сказки одновременно. И именно это еще раз напоминает мне о присутствии Света и Тьмы в нашей душе, это дает ключи к пониманию себя, к действию. Сейчас я проживаю варианты сказок о Змее Горыныче. Для меня – эта сказка о проблемах Ума, познания Истины. Ведь верно сказано: ***«Познайте Истину, и она вас освободит»***.

– Владимир Васильевич, в заключение скажите, какие события в Вашей жизни вывели Вас на Путь?

– Вы знаете, для меня не существует понятия Пути как чего-то особого, отдельного от жизни. Все события в жизни, буквально с первого вздоха – рождение, детский сад, школа и так далее – это и есть вехи Пути. Некоторые люди, интересующиеся духовностью, стремятся сделать что-то особенное, совершить какой-то поступок в отрыве от реальной жизни, якобы для того, чтобы «найти свой путь». А обычную повседневную жизнь воспринимают как нечто недостойное внимания. Таким образом, люди и попадают в ловушку своего ума.

Продолжение на стр.15.

БЫСТРАЯ ЕДА ЗА 15 МИНУТ

Мы живем в век суперскоростей, пытаемся везде успеть и постоянно спешим. Современная женщина утром спешит на работу, вечером поздно возвращается домой. И нет никакой возможности приготовить горячий полноценный завтрак, встретить вечером семью приготовленным шикарным ужином. Да, существуют быстрые сухие завтраки, и иногда они очень выручают. Но так ведь хочется накормить своих дорогих и любимых вкусным домашним завтраком, замечательным ужином, чаще побаловать необыкновенным десертом.

А ведь это так просто. Мы предлагаем вам множество очень вкусных, разнообразных рецептов, которые объединяет одно – все они готовятся не более 15 минут. Среди них вы сможете найти подходящие для завтрака, ужина, а иногда и обеда (или дополнения к обеду). Некоторые из рецептов особенно порадуют детей своим игрушечным видом и нежным вкусом. Но абсолютно всех сладкоежек приведут в восторг вкусная выпечка, на приготовление которой Вы потратите не более 20 минут, и другие замечательные сладости, которые готовятся еще быстрее.

Внезапно прибывшие гости уже не застанут вас врасплох, ведь наши рецепты помогут вам быстро накрыть красивый изысканный стол.

Все рецепты подобраны тщательно и с любовью, поэтому мы абсолютно уверены, что они помогут Вам чаще дарить радость себе и своим близким. Ведь вкусный и красивый завтрак повышает настроение на весь день. И что может быть лучше общения с родными и друзьями за праздничным или просто хорошим ужином.

Пользуясь нашими рецептами, вы всегда будете принимать абсолютно заслуженные комплименты Вашему кулинарному искусству и, что очень важно, тратить на приготовление еды совсем немного времени.

Начало в №30.

СЛАДКИЕ ФРУКТЫ

Салат из фруктов

30 г яблок, 30 г груш, 30 г абрикосов, 30 г слив, 30 г персиков, 40 г майонеза со сметаной, 3 г сахарной пудры, 1,25 шт. лимона (для сока). Яблоки и груши (без кожицы и семян) нарезать тонкими ломтиками, абрикосы, персики, сливы дольками (косточки удалить).

Заправить фрукты соусом майонез со сметаной, добавить соль, сахарную пудру и сок лимона.

Салат положить в салатник горкой и украсить фруктами, входящими в состав салата.

Яблоки в вине, фаршированные саго

100 г яблок, 20 г саго, 40 г сахара, 20 г вина, 20 г воды, 10 г лимонного сока, 1 г кислоты лимонной.

Яблоки промыть, колончатой выемкой удалить сердцевину, очистить, вторично промыть в подкисленной лимонной кислотой воде и сварить до готовности. Одновременно перебрать саго, промыть его в холодной кипяченой воде, сварить до готовности, откинуть на сито, положить в посуду, всыпать сахар, влить розовый мускат, разведенный пополам водой, добавить лимонный сок и кипятить 5-6 минут. В вазочки положить яблоки, середину их наполнить саго вместе с сиропом. Подавать холодными или горячими.

Флан

2 яйца, 500 г молока жирного, 50 г муки, тонко порезанные ломтиками яблоки или груши.

Взбить вместе 2 яйца и 50 грамм сахара. Добавить в эту массу 50 грамм молока и 50 грамм муки. Вымешать аккуратно. 500 грамм молока закипятить и осторожно струйкой, постоянно помешивая, влить в кипящее молоко выше упомянутую массу. Кипятить на медленном огне до загустения (как заварной крем). Добавить ванильный сахар. Вылить сваренный горячий флан в форму (разъемную).

Прогреть форму в духовке при температуре 160°С 10-15 минут и после этого оставить в прохладном месте, чтобы флан остыл. Сверху чуть-чуть вдавить ломтики фруктов (любых, на ваш вкус) или украсить шоколадной стружкой (как вариант: сиропом или джемом).

Поставить в холодильник на несколько часов.

Шарлотка по-питерски

Яйца 4 шт., мука 1 стакан, сахар I стакан, сода, гашенная уксусом, 1/4 чайной ложки, 4 яблока, панировочные сухари.

Дно сковороды смазать растительным маслом, посыпать панировочными сухарями, порезать яблоки на тонкие дольки. Яйца взбить с сахаром, добавить муку, соду и уксус, залить яблоки. Все поставить в теплую духовку на 20 минут.

Яблоки или груши со сливками и орехами

115 г яблок или 110 г груш, 40 г сливок или сметаны, 25 г сахарной пудры, 10 г орехов грецких (ядер).

Промытые, очищенные от кожицы яблоки или груши разрезать пополам, удалить семена и варить в подкисленной лимонной кислотой воде до готовности. Сливки или сметану взбить, заправить сахарной пудрой с добавлением мелко нарезанных и поджаренных орехов (половина нормы).

Охлажденные яблоки или груши положить в вазочки, залить подготовленными сливками или сметаной, сверху посыпать оставшимися орехами.

Яблоки печеные

140 г яблок, 20 г сахара. Для сиропа: 20 г сахара, 5 г клюквы, 15 г воды.

Яблоки вымыть в холодной воде и, не прорезая насквозь, удалить из них сердцевину и семена колончатой выемкой. Подготовленные яблоки уложить на противень. В отверстия яблок насыпать сахар, сбрызнуть водой и запекать в жарочном шкафу около 15 минут (в зависимости от сорта яблок).

Положить печеные яблоки в креманки, вазочки или на пирожковые тарелки, полить сиропом и посыпать сахарной пудрой.

Продолжение следует...

ВЫЛЕЧИТЬ НЕЛЬЗЯ, НО БОРОТЬСЯ НЕОБХОДИМО

Все началось с того, что пять лет назад у меня стало ломить кисть правой руки. Сначала я не придавал этому особого значение. Постепенно, ломота перешла и на всю руку, особенно ныло плечо. Я не большой охотник ходить по врачам, но тут уж, пришлось. Руку поднять было не возможно, пальцы не слушались, а самое страшное, это ноющая боль.

Врач поставил диагноз – ревматоидный артрит. Сказал, что это серьезное заболевание суставов, которое чаще всего возникает у людей в среднем и старшем возрасте. Сказал еще, что если ни чего не предпринимать, то человек становится инвалидом в течение 5-6 лет, но не один из существующих методов лечения, не может излечить от этой болезни. Прописал лекарства, но глядя на цены, мы с женой поняли, что вряд ли осилим, такое лечение. Уже не молодые, пенсия да небольшой приработок, подмога – дачный участок за городом, и все равно хватит только на несколько раз.

Стала жена расспрашивать знакомых, у кого есть какие-то сведения о борьбе с этой хворью. Стали пробовать. Постепенно определились, что помогает – снимает боль, возвращает возможность двигать рукой. Я думаю, что многим поможет мой опыт.

Очень хорошо снимает боль отвар лаврового листа. Приготовить его совсем не сложно: половину пачки лаврового листа кладем в эмалированную посуду и заливаем 300 мл воды. Кипятим 5 минут, снимаем с плиты, укутываем поплотнее и настаиваем 3 часа. После этого сливаем жидкость (около стакана -250 мл) и мелкими глотками выпиваем ее перед сном; на 2-й день – то же самое; на 3-й день – то же. Настой должен быть каждый день свежеприготовленным. Через неделю повторяем. Через год снова повторяем курс.

Жена готовила состав из почек сосны. Этот состав можно и внутрь принимать и больные суставы растирать. Взять литровую банку, уложить на дно почки сосны слоем примерно 2 см, сверху – слой сахара (по вкусу). Заполнить банку до краев, чередуя сахар и почки сосны. Банку закрыть и поставить в темное место на неделю. Для внутреннего применения (по 1 чайной ложке 2-3 раза в день)

Больные места на ночь хорошо обложить листьями лопуха или мать-и-мачехи (весной), капусты (зимой). Облегчает болезненное состояние сок репы с медом. Кашицу из корней хрена, или из редьки, очень хорошо применять для компрессов.

Пестров Г.В., Воронежская область.

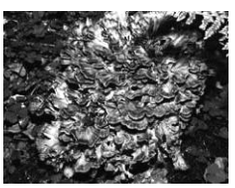
реклама

АПТЕКА
ГРИБНАЯ АПТЕКА

ПРИРОДА-МАТУШКА
ПОМОГАЕТ ПРИ ЖЕНСКИХ БОЛЕЗНЯХ

Много прекрасного у природы-матушки – дивной красоты горы, таинственные леса, бескрайние степи. А какой разнообразный растительный мир: от деревьев-великанов до травки-муравки! И ведь не просто так все на земле растет и зеленеет, во всем какая-то задумка заложена, будто специально все в природе устроено в помощь людям. За многие века и тысячелетия накопились огромный опыт и знания по применению целебных свойств растений.

Одно из удивительнейших созданий природы – это грибы. Конечно, большинство из нас до недавнего времени их воспринимали как еду. А, ведь, сколько целебных свойств таят в себе лисичка, веселка, мухомор, дождевик, сморчок, белый гриб и многие другие. С древних времен знахари прибегали к помощи грибов. Сегодня мы уже знаем и про русские и про японские целебные грибы (рейши, шиитаке, мейтаке) и, что в комплексе с основным лечением, грибы очень хорошо помогают избавиться от того или иного недуга.



К примеру, в помощь женщинам у природы-матушки есть специальные грибы, которые обладают способностью уменьшать климактерические явления, снижать частоту приливов крови, потливость, помогают снять раздражительность во время перестройки женского организма, и выводят холестерин, что немаловажно в этот период. Это речь идет о японском грибе – МЕЙТАКЕ, который кроме перечисленных свойств обладает и другими, не менее важными способностями. Этот гриб снижает и устраняет неприятные явления предменструального синдрома – раздражительность, тянущие боли, головные боли, слабость и утомляемость.

И это еще не все. Немаловажное свойство МЕЙТАКЕ – рассасывать доброкачественные опухоли в женском организме: миомы, фибромиомы, кисты любых локализаций, кроме этого к помощи этого удивительного грибочка прибегают при мастопатии.

К тому же мейтаке имеет способность нормализовать гормональный фон женщин.

Как много ценного и загадочного таят в себе эти грибы, как будто они созданы природой именно для женщин, чтобы они были не только здоровы, но красивы – гриб МЕЙТАКЕ способствует КОРРЕКЦИИ ВЕСА! Поэтому этот гриб входит в японскую систему снижения веса.

Но нужно знать, что грибы при тепловой обработке теряют свои целебные свойства, и сколько мы бы не съели жареных, вареных грибов, пользы от них уже не будет. В свежем виде грибы тоже нельзя употреблять.

В настоящее время разработаны и выпускаются препараты, изготовленные по современной технологии с сохранением всех биологически активных веществ целебных грибов.

Приобрести препараты и получить бесплатные рекомендации специалистов по применению целебных грибов можно в Центре фунготерапии Филипповой Ирины Александровны.

г. Москва, м.Полежаевская, Хорошевское шоссе, д.68, к.5, тел.(495) 940-2013, м.Свиблово, проезд Нансена, д.6, корп.3, тел.(495) 510-4970

www.fungomoscow.ru

БАД. Не является лекарством! Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.

Продукция сертифицирована.

ООО «Центр фунготерапии Филипповой Ирины Александровны», 119607, г.Москва, ул.Раменка, д.6, корп.2., ОГРН 1057746719051

ЧЕТЫРЕ «К» В ЛЕЧЕНИИ МУЖСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ: КРАСНЫЙ КОРЕНЬ И КОНСКИЙ КАШТАН

По горным хребтам Алтая хаживали за красным корнем староверы-кержаки. При помощи самодельных лебедок тянули из глуби земной 5-метровый корень, настаивали на водке и пили от «мужского бессилия». Бытовало поверье и у охотников, что ранней весной медведь выходит из берлоги и на «солнечной стороне» ищет этот корень и жует его, набираясь сил…

***Красный корень** – реликтовое растение экологически чистого альпийского пояса Алтая, в других регионах нашей страны и за рубежом не встречается, отличается размерами своих корней. До сих пор в народной медицине настойка красного корня, а точнее его подземной части, применяется при воспалениях предстательной железы и считается хранительницей мужицкой силы и мужских достоинств; рекомендуется для укрепления мужской потенции и силы, в комплексной терапии острого простатита, уретрита и аденомы простаты; для оздоровления как мужского, так и женского организма в целом. Красный корень содержит дубильные вещества, ксантон хедизарид, тритерпеновые сапонины, кумарины, флавоноиды (кверцетин, компферол, авкулярин, гиперозид, катехины, которые и окрашивают корень в красный цвет), свободные аминокислоты. Биологически активные вещества красного корня оказывают противовоспалительное, бактерицидное, спазмолитическое, сосудорасширяющее и мягкое диуретическое действие. При воспалении предстательной железы, уретрите и сдавливании протоков при аденоме простаты настойка красного корня нормализует деятельность мочевыделительной системы: улучшает мочеотделение при задержке, способствует более полному опорожнению мочевого пузыря, снижает частоту мочеиспускания, особенно в ночное время. Экспериментально установлена способность экстракта корней красного корня стимулировать центральную нервную систему, эффективно снимать усталость, повышать физическую выносливость.*

Красный корень (копеечник)

***А конский каштан,** точнее коричневые скорлупки его плодов, в последние годы стал очень популярным в практике урологов как средство для лечения простатита, а также при импотенции, обусловленной слабым кровоснабжением полового члена. Фармакологическое действие семян каштана конского связывают с наличием в них гликозидов, эскулина и эсцина. Они повышают тонус венозных сосудов, ускоряют кровоток в венах, а также уменьшают проницаемость капилляров, микроциркуляцию, препятствуют образованию стазов в капиллярах. Кроме того, эсцин понижает вязкость крови. Водочная настойка каждого из этих лекарственных растений обладает лечебным эффектом. Но в сочетании друг с другом (комплексная настойка – Четыре «К») лечебный спектр и действие усиливаются многократно.*

Надо иметь в виду, что не все спиртово-водные настойки различных растений могут однородно смешиваться, т.е. не выпадать в осадок. Этот состав смешивается по принципу – подобное растворяется в подобном. Такой бальзам чудесным иначе назвать нельзя, особенно очень полезен людям, перешагнувшим свою вторую половину возраста. Именно после сорока лет организм, как у мужчин, так и у женщин перестраивается, что зачастую приводит к доброкачественным образованиям (аденомы, миомы).

Для лечения острого и хронического простатита, уретрита, мужского бесплодия и бессилия, а также аденомы простаты я рекомендую своим пациентам целый лекарственный комплекс: анальные фитопрополисные свечи на основе масла какао с эфирными маслами пихты, можжевельника и дикой моркови, мазь болиголова с ионами серебра, тыквенное масло с маслом расторопши с экстрактом солодки и репейника, настойку красного корня с конским каштаном.

Также отличный результат в составе комплексного лечения дают настойки для улучшения кровообращения и очистки сосудов, в том числе головного мозга (шум в голове, головные боли, инсульты) составом диоскорея кавказская с красным клевером и софора японская с омелой белой.

Вот отзывы от пролечившихся:

***В.Я., г. Канск, пишет:** «Объем предстательной железы до лечения настойкой красного корня с конским каштаном в сочетании с фитопрополисными свечами составлял 36,5 куб.см. После курса лечения 1/IV/2002 УЗИ показало объем железы 28,6 куб.см. Проведя повторный курс лечения (1 месяц) 2/X/2002 объем на УЗИ уже определили в 24,3 куб.см. Не остановившись на достигнутом и продолжая лечение настойкой и свечами. 21/I/2003 УЗИ показало объем 22,4 куб.см., т.е. близкий к норме». Несмотря на хорошее самочувствие, после первого курса лечения больной В.Я. продолжал лечение и добился нормального состояния предстательной железы.*

Каштан конский

***В.Г., г. Бийск, пишет:** «По моей просьбе Вы уже высылали настойку красного корня с конским каштаном для поднятия потенции и фитопрополисные свечи для лечения аденомы предстательной железы. Общий отзыв о лечении – улучшилось мочеиспускание, стал реже бегать к унитазу, появилась струя мочи, почти прекратились боли в промежности, улучшилась эрекция».*

В домашних условиях дозировку комплексной настойки (соединение двух настоек в одну, смешивание) сложно соблюсти. Поэтому я публикую рецепты приготовления каждой из настоек в отдельности. Тогда лечение нужно проводить следующим образом: сначала пропить курс настойки красного корня, затем без перерыва лечения пропить курс настойки конского каштана.

Вот эти два волшебных рецепта:

***1. Настойка красного корня готовится так:** 50 г мелко наструганных сухих корней настоять на 500 мл 40 градусной водки в течение 2 недель в темном месте при комнатной температуре. Затем настойку процедить, и она готова к применению – по 0,5-1 ч.л. 2-3 раза в день за полчаса до еды, растворяя в стакане теплого травяного или зеленого чая, вечерний прием – за 3 часа до сна. Курс лечения от 1 до 3 месяцев, после перерыва в 1 месяц курс можно повторить. Для достижения максимального оздоровительного эффекта рекомендуется от 2 до 4 курсов в год.*

***2. Настойка скорлупок конского каштана готовится так:** С только что упавших плодов каштанов снять скорлупки (не зеленые внешние колючки, а коричневую кожуру (оболочки) плодов). Если этого сразу не сделать, то от подсохшего каштана отодрать оболочку уже, скорее всего, не удастся. Высушить скорлупки и размельчить в порошок. 25 г порошка скорлупок конского каштана залить 250 г чистого пшеничного спирта (96%). Настаивать в темном месте 2 недели, периодически встряхивая содержимое, затем процедить. Пить по 10 капель (капать в малое количество воды пипеткой) 2 раза в день до обеда и ужина за полчаса до еды в течение 20 дней. После месячного перерыва курс лечения можно повторить.*

Для обращений: 385019, респ. Адыгея, г.Майкоп, ул.Шоссейная, д.20, кв.80. Тел. дом.: 8(8772) 56-34-64, моб.: 8-909-470-70-26. www.AlexDoctor.ru

Действительный член Общероссийской профессиональной медицинской ассоциации специалистов традиционной народной медицины и целителей Александр Сергеевич Калиниченко

НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА

КАК ВЫБРАТЬ ТОНОМЕТР?

Самый точный тонометр – тот, что в руках у врача. Заметьте, медики до сих пор пользуются механическими измерителями давления – с «грушей» и фонендоскопом. Однако разнообразие тонометров на современном рынке ставит покупателя перед непростым выбором – что предпочесть: точность или удобство? И механические, и электронные тонометры действуют по одному и тому же принципу, основанному на звуковом (тоновом) методе: манжету, прилагаемую к любому аппарату, накачивают воздухом, чтобы сжать артерию (чаще всего плечевую) и остановить в ней ток крови. Затем, воздух постепенно выпускают, одновременно фиксируя (на слух в механических и с помощью электроники в тонометрах позднего поколения) первый удар пульса. В этот момент давление в манжете соответствует максимальному давлению крови в артерии (оно называется систолическим). Постепенно сигналы пульса стихают, и с последним слышимым ударом фиксируется минимальное давление (диастолическое).

Механический тонометр представляет собой сложную конструкцию из манжеты, груши с прикрепленным к ней с помощью вентиля манометром (на нем вы наблюдаете, как стрелка движется по шкале давления) и фонендоскопа.

Достоинства: *Врачи (и на «скорой», и в больницах) используют механические тонометры. Не потому что дешево и сердито: механические измерители давления (при грамотном обращении) точнее электронных.*

Недостатки: *Чтобы раскрыть весь «потенциал» тонометра, потребуется сноровка. Довольно сложно без подготовки одной рукой держать грушу и одновременно пальцами откручивать вентиль. Переживать из-за того, что не получается, нельзя: напряжение исказит результаты.*

В электронных тонометрах роль фонендоскопа исполняет специальный датчик, который фиксирует колебания давления в манжете. Самые экономичные модели – полуавтоматические тонометры, самые «умные» – автоматические, самые компактные – запястные.

Достоинства: *Качество измерения приближено к механическим тонометрам, при этом прибор удобнее использовать.*

В отличие от механических приборов полуавтоматические тонометры измеряют пульс.

Недостатки: *У пожилых людей могут возникнуть сложности с накачиванием манжеты. Кроме того, цифры на экране маленькие, людям с сильной близорукостью такой прибор противопоказан.*

Автоматические тонометры: Груши нет, фонендоскопа тоже. Есть коробочка-пульт с экраном и, как правило, единственной кнопкой, от пульта отходит трубка с манжетой. Все, что от вас требуется, – правильно затянуть манжету. Дальше вы нажимаете кнопку «пуск», манжета надувается, прибор фиксирует давление и пульс, при необходимости «докачивает» воздух, а затем плавно его спускает.

Достоинства: *Электронные тонометры созданы специально для домашнего использования. Они удобны, кнопки на пульте управления большие, иногда даже с подсветкой, на экран результаты выводятся в 2-3 строки, цифры крупные.*

Недостатки: *Автоматические тонометры регулярно «зависают». Дело в том, что чувствительная техника улавливает даже малейшие звуковые колебания к делу не относящиеся, поэтому частенько «грешит». Вы можете получить один результат, через две минуты повторить процедуру и увидеть на экране совсем другие данные. Некоторые модели довольно крупного размера и неудобны, например, в поездке. В некоторых тонометрах железная скоба на манжете расположена неудобно и больно впивается в кожу, когда манжета надувается.*

Запястные автоматические тонометры: Самые удобные в использовании тонометры. Манжету вы надеваете на запястье – она похожа на спортивный напульсник, – кладете руку на стол, нажимаете кнопку и отдаетесь во власть техники.

Достоинства: *Так просто, что многие готовы закрыть глаза на погрешности измерения. Прибор легкий и компактный.*

Недостатки: *В массе своей запястные тонометры грешат еще больше, чем обычные автоматические. Связано это с тем, что артерия на запястье тоньше, чем плечевая, кровяное давление в ней ниже, амплитуда пульсовой волны уменьшается, – даже сложносочиненному прибору нелегко адекватно проанализировать сигнал. Врачи до сих пор не пришли к единому мнению – рекомендовать ли запястные тонометры людям старше 40 лет?*

При выборе тонометра обратите внимание на размер манжеты. Если вы собираетесь измерять давление ребенку или у вас широкое плечо и стандартная манжета вас не обхватывает должным образом, приобретите дополнительную большего размера.

– на блок питания в комплекте. С адаптером прибор работает от сети, а вы экономите на батарейках. Тонометр с блоком питания обойдется в среднем на 150-250 руб. дороже аналогичного на батарейках.

– на срок гарантийного обслуживания. При покупке вы обязательно заполняете гарантийный талон. В среднем производители предоставляют гарантию на 3-5 лет.

– на расположение сервисного центра. Если у компании всего один сервисный центр глубоко за МКАДом и работает он в будни до шести, велика вероятность того, что вы скорее купите новый тонометр в ближайшем магазине электроники, чем довезете старый в ремонт.

И не забудьте простые правила перед измерением артериального давления: не пейте кофеиносодержащие напитки (чай, кофе, энергетики); не курите за 30 минут до начала процедуры; не занимайтесь спортом перед измерением и вообще ограничьте активность; не разговаривайте во время процедуры; измеряйте давление в теплом тихом помещении.

СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ

КАК ЛЕГКО СПРАВИТЬСЯ С РАБОТОЙ ПО ДОМУ?

Каждая ли женщина знает, как сделать так, чтобы ежедневная работа по дому не превращала нас в замученных домашними делами рабынь. Как переделать гору работы за максимально короткий срок так, чтобы после не мучила совесть из-за не добросовестно выполненных дел и осталось время для отдыха. А нам отдых необходим, мало кто знает, что суммарный вес всей посуды, перемываемой в течение года, – 5 тонн. Переходы от стола к мойке – 1500 километров (а вы расстраивались, что у Вас кухня маленькая). В семье из 4 человек ежегодно приходится мыть 18 тысяч ножей, ложек и вилок, 13 тысяч тарелок, 8 тысяч чашек и столько же блюдец. Стирка и глажка белья занимает в год 200 часов. Мытье пола – 70 часов. Чистка и сохранение одежды – 250 часов. Еще интересно, что стирка белья приравнивается к работе тракториста, глажение белья – к работе каменщика, мытье окон – к рабочему дню водителя грузовика. Один час заботы о собственных детях – к половине матча регбиста, усилия, затрачиваемые домохозяйкой на работу по дому в течение дня, забирают у нее энергию, равную энергии футболиста, сыгравшего два футбольных матча, или велосипедиста, в гонке на 80 километров. Приготовление пищи занимает в неделю у женщин 10-12 часов, у мужчин – 1-1,5.

Попробуем обратиться к опыту бывалых хозяек и возьмем на заметку некоторые приемы и полезные советы, как справиться со всеми хлопотами с наименьшими усилиями. Самый главный совет, это не доводите до такого состояния, что приход неожиданных гостей вгоняет вас в панику. Поддерживайте порядок в доме постоянно, не перенапрягаясь.

ПРАВИЛА ЕЖЕДНЕВНОЙ УБОРКИ

Не стоит экономить на средствах бытовой химии и инвентаре – их придумали лентяи, чтобы расправиться с неприятными обязанностями как можно скорее, затратив при этом минимум усилий.

Стоит хранить все средства уборки в одном месте, чтобы не искать долго.

Не стоит создавать дополнительные проблемы. Если брошенный вскользь взгляд остановился на слое пыли – стоит взять тряпку и вытереть ее сразу. Нет пыли – нет и проблемы.

Не стоит регулярно вытирать от пыли поверхности полок, находящихся под потолком (а так же и верхние поверхности шкафов). Лучше постелить на них газеты и время от времени выбрасывать их вместе с пылью. Газетная бумага хорошо впитывает пыль.

Стоит пользоваться в ванной жидким мылом во флаконе с дозатором – не будет вечной скользкой лужи на умывальнике под мыльницей.

Моющие средства для обработки больших поверхностей лучше приобретать с распылителем.

Стоит легко расставаться с ненужными вещами.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ СТИРКИ

Одежду к стирке нужно подготовить: вынуть все из карманов.

Распрямить манжеты на рукавах рубашек.

Брюки и юбки вывернуть наизнанку. Так они дольше сохраняют свой цвет.

Молнии, кнопки и крючки застегнуть.

Шнурки и тесемки связать.

Пуговицы расстегнуть.

Пятна обработать.

Чтобы одежде было где свободно отстираться, не надо загружать стиральную машину так, чтобы дверца барабана с трудом закрывалась. Чтобы одежда не была сильно скомкана, лучше ее вынуть сразу по окончании программы стирки и не забыть развесить для просушки, хорошо встряхнув.

Очень удобно, когда веревки прикреплены на роликах. За счет того, что они подвижны, белье можно развешивать не сдвигаясь с места, а только прокручивая веревку.

БОРЬБА С ПОДПАЛИНАМИ

Если при глажении белья образовались небольшие подпалины, можно использовать следующие советы: Подпаленные места смочить 2% раствором перекиси водорода и выставить вещь на яркий свет. (Можно добавить в раствор несколько капель нашатырного спирта). Через несколько минут – прополоскать в холодной воде.

Подпаленное место смочить холодной водой, посыпать солью и выставить вещь на солнце. Через некоторое время стряхнуть соль и прополоскать в холодной воде.

Подпалы можно протереть и разрезанной луковицей и промыть пятно раствором моющего средства.

Подпалины на шелковой или шерстяной ткани обработать кашицей из питьевой соды и воды. Когда она высохнет, соду счистить щеткой и вещь прополоскать в холодной воде. Осторожно: окрашенные ткани могут при этом поменять цвет. Как правило, его можно восстановить, если смочить пятно водным раствором уксуса.

Но необходимо помнить, что основательные подпалины, вызвавшие глубокое разрушение ткани, удалить невозможно.

ЛИМФОМА ПОСЛЕ ОНКОЛОГИИ

После онкологической операции на груди (мне 65 лет) прошло 7 лет (за это время принимала облучение, химиотерапию, после – несколько курсов лечения настойками аконита, болиголова). Опухоли и метастазов нет, но скачет давление, появились проблемы с сердцем, отеки и варикозное расширение вен.

Пошла на прием к травнику, специализирующемуся на лечении лимфомы. Т.к. ядовитые травы я уже пропила в большом количестве, он мне рекомендовал сбор от тромбофлебита и варикозной болезни, состоящий из неядовитых трав. Эти сборы я пила, чередуя их: через день, в течение 1,5 месяцев, и отеки мои заметно прекратились, вены пришли в норму. Хочу рассказать о моем лечении читателям «Баб. рецептов», может кому-то они еще помогут.

1) Сбор от отеков и застоя в венах, слабости в мышцах, которая появляется после облучения: в равных частях: конский каштан (плоды), донник лекарственный, девясил высокий, чага, шиповник коричный.

Каштан конский
Aesculum hippocastanum L.

2) Сбор для нормализации щитовидной железы, которая тоже страдает во время облучения лимфоузлов шеи и груди, щитовидка влияет на сердечные расстройства. Взять в равных частях: морскую капусту, дурнишник обыкновенный, девясил высокий, спорыш (горец птичий), ряску малую.

Порядок приготовления настоев из сборов 1 и 2 одинаков: Все компоненты перемешать, 1 ст.л. сбора заливается 250 мл холодной родниковой воды, доводится до кипения и настаивается в закрытой посуде 30 мин. Настой процедить, пить по 1/2 стакана утром и вечером за 30 мин. до еды. Чередовать через день со сбором 2, приготовленным также.

После этого курса еще месяц (с перерывом через 2 недели) пропила сбор от атеросклероза. В равных частях взять: лабазник вязолистный, ромашку аптечную, шиповник коричный, кипрей узколистый. Готовила настои так же, пила по 1/2 стакана натощак в течение 1 мес. Так за 3 мес. у меня восстановилась нормальная работа лимфатической системы.

Сухова А.П., г. Калуга.

КАК ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ

Начало на стр.8.

Ваша газета помогает людям найти себя, кому-то найти специалиста по какому-то вопросу и это уже ваш путь. Если каждый будет развивать самого себя, брать на себя ответственность за себя и свои поступки, тогда и жизнь человечества существенно изменится в лучшую сторону. Результатом моей работы над собой явились книги, которые я издал за последние три года. Первая моя книга «Путь к Свободе. Кармические причины возникновения проблем или как изменить свою жизнь» была издана в 1995 году. Далее были опубликованы книги: «Путь к Свободе. Игра в дуальность» – 1996, «Путь к Свободе. Взгляд в себя» – 1997, «Жизнь Без Границ. Строение и законы дуальной вселенной» – 1998, «Жизнь Без Границ. Нравственный закон» – 1999, «Жизнь Без Границ. Концентрация и медитация» – 1999, «Жизнелюбие» – 2000, «Возвращение в сердце. Мужчина и женщина» – 2000, «Движение Любви. Мужчина и женщина» – 2001.

Сейчас Школа Мира переживает свое второе рождение – ее филиалы начали создаваться в других городах России и СНГ. Спасибо всем, кто принимал и хочет принять участие в учебных программах Школы Мира. Мы также приглашаем всех к сотрудничеству в благотворительных программах Фонда «Вахта Мира». В одиночку невозможно радоваться собственному благополучию.

Тел. (945) 741-25-75, (945) 970-20-46. www.zhikarentsev.ru

Внимание, подписка на 2009 год.
Уважаемые читатели, Вы можете подписаться на газету в любом почтовом отделении через любой из следующих каталогов: «Объединенный каталог Пресса России. Газеты и журналы» – 19898 полугодовой и 19900 годовой. Каталог «Газеты. Журналы» Агентство Роспечать – 19898 полугодовой и 19900 годовой. «МАП» Каталог Российской прессы «ПОЧТА РОССИИ» – 24240 полугодовой и 60276 годовой.

Ф.СП-1

АБОНЕМЕНТ На Газету / ~~Журнал~~ (Индекс издания)

“Бабушкины рецепты”

(Наименование издания) | Количество комплектов

На 2009 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
X	X	X	X	X	X						

Куда (Почтовый индекс) (Адрес)

Кому (Фамилия, инициалы) Тел.

Доставочная карточка

ПВ | Место | Литер

На Газету / ~~Журнал~~ (Индекс издания)

“Бабушкины рецепты”

(Наименование издания)

Стоимость | Подписки | Переадресовки | Количество комплектов

На 2009 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
X	X	X	X	X	X						

Куда (Почтовый индекс) (Адрес)

Кому (Фамилия, инициалы) Тел.