# АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Аденома	Зубная боль 13	Перхоть
Ангина	Избыточный вес 2	дыхание1
Анемия 9, 13	Инсульт	Подагра 7, 13
7.110.117.1	Инфаркт9	Позвоночная
Бесплодие 2, 8	Ишемическая	грыжа 3
Боли в суставах 7	болезнь сердца 13	Полипоз
Бронхиальная	оолезнь сердци 13	Половые
астма 9, 13	Катаракта 8	инфекции 8
acına , 13	Киста яичников	Простатит9
Варикоз 9	Коксоартроз	
Воспаление	тазобедренных	Простуда 7, 9
геморроидальных узлов 7	и коленных суставов 15	Прыщи9
Воспалительные заболевания	Крапивница 13	
кишечника7	принивници	Рак 3, 8-9
Выпадение волос	Лямблии 8	Раны 7
рыпадение волос	717111071111111111111111111111111111111	
Faurnous 2	Мастит 7	Свищ 2
Гангрена	Микоз 1	Склероз 13
Гастрит 3, 7, 13 Гельминты 7, 8, 9		Слабость 5
	Миома 9	Спазмы
Геморрой 8	Мозоли 3	желудка 7
Гипотония 8		-
Головная боль 9	Нарушение	Тонзиллит 7
Грыжи 8	обмена веществ,2	Тромбофлебит
_	Нарушения	Туберкулез 3, 13
Депрессия 15	пищеварения 13	туберкулез
Дерматит 9, 13, 14	Нежелательные	Φυδηριμουρ
Диабет 9, 12	волосы 15	Фибромиома 9
Дизентерия 3	Нефрит 13	2
Доброкачественные		Экземы 7, 9
опухоли 8	Ожирение 2	Эпилепсия 9
	0жоги 7	
Запоры 7, 9	Открытые раны 4	Язвы 7
•	• •	

COMET MANUE NOMETA
ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!1
ТЫКВА ПРОТИВ МИКОЗА1
ПОВЕРХНОСТНОЕ
ДЫХАНИЕ1
5 НЕДЕЛЬ СТРОЙНОСТИ2
СПАСИБО ЗА ЗДОРОВЬЕ!2
КОРОТКИЕ РЕЦЕПТЫ2
КАК Я ИЗБАВИЛСЯ
ОТ ПОЗВОНОЧНОЙ ГРЫЖИ3
БОЛЕЗНЕННЫЕ МОЗОЛИ3
ПОДОРОЖНИК ПРОТИВ РАКА3
ОЧИЩЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ВАНН4
что такое «заговоры»?6
ЦИКОРИЙ РАЗГРУЗИТ ПЕЧЕНЬ6
КАК ВЫЛЕЧИТЬ ГАСТРИТ?7
ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА РАСТЕНИЙ7
ОТКУДА БЕРУТСЯ БОЛЕЗНИ?8
НУМЕРОЛОГИЯ В КУЛИНАРИИ!10
VI ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВЬЯ BezTabletok.Ru11
СТЕВИЯ – БОЖЕСТВЕННЫЙ РОСТОК12
НАРОДНАЯ ЭКСПЕРТИЗА. ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ13
ДЕРМАТИТ14
СОВЕТЫ НАШЕГО ВРЕМЕНИ.

ИНФОРМАЦИЯ НА ВСЯКИЙ СЛУЧАЙ ....14 ОЧИЩЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ВАНН......15

Реклама

Если у вас в доме пьяница, не отчаивайтесь! Есть особые тайные молитвы, мало кому известные, переданные мне по роду от староверов, которыми я наговариваю святую воду, но в определенный день и час, строго соблюдая фазу луны. Сила молитвы поистине творит чудеса. Употребление пьющим этой живой воды позволяет ему избавиться от пристрастия и давать ее можно без его ведома. Работая целителем много лет, я убеждалась в этом неоднократно. А родные пьющего меня благодарят, о чем говорит книга отзывов и их письма. И еще с пьющим надо обязательно работать по биоэнергетике, т.е. восстанавливать его энергетические центры. Они, как правило, у него не работают. Здесь может причина его агрессии, раздражительности и т.д.

У кого есть проблемы с подобным недугом обращайтесь. 644053, г. Омск, а/я 2591. Агаркиной Надежде Дмитриевне, тел.: 8 (3812) 64-36-25, 62-77-63.

#### Ждем интересных материалов. Поделитесь

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 матери-алы (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 екомендацией 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, на звания 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).

3AO «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 - 000 «Росчерк», г. Минск, ул. Авангардная, 48а. Тел.: (017) 299-9261(-62).





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 За-коном 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 ре-цензируются и не возвращаются.

Газета **«БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ»** Выпуск **№47 (351).** Тираж **180000** экз. Заказ 121108, г. Москва, ул. Пивченкова, д. 3, корп.

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 -mail: aart\_bor@rambler.ru Подписано в печать 16.11.2008 Сдано в печать 16.11.2008

Умредитель: 000 «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

болезней e c e xсоветы om

выходит на 16 полосах



#### бабушки умели» нас все же «лечить

# ВНИМАНИЕ.

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».

ТЫКВА ПРОТИВ МИКОЗА

собом лечения микоза, который помог не мне одному. Надо взять тыкву, разрезать ее, выбрать волокна и наложить их на больные, пораженные грибком ногти. Обмотать целлофаном, затем бинтом. Снять через 2 дня. Конечности промыть хозяйственным мылом и снова наложить тыквенные волокна.

Так делать на протяжении месяца или чуть более. Одновременно по утрам желательно пить по 50 мл тыквенной настойки натощак. Рецепт ее таков: пол-литровую банку мякоти тыквы залить вровень водкой и настоять в течение недели в затемненном месте.

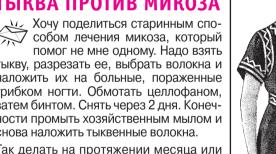
Круглов В.Е., Московская обл.

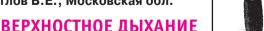
#### ПОВЕРХНОСТНОЕ ДЫХАНИЕ

👱 Я с 40 лет страдаю тем, что врачи называют поверхностным дыханием, т.е. легкие получают кислород не в полном объеме. Для покрытия дефицита кислорода применял насыщение организма кислородом при повышенном давлении (гиперболическая оксигенация).

Хочу рассказать о простом методе, усиливающем дренажную функцию бронхов, способствующую отхождению слизи из них. С этим методом я познакомился в санатории. Там его успешно применяли при заболевании эмфиземой легких, хронических болезнях верхних дыхательных путей, при бронхитах с астматическими наслоениями. Это - дыхание со сжатыми губами. Стоит сжать губы плотно и дышать только через нос. вы заметите, как мышцы шей сразу сокращаются и подключаются к акту дыхания. Воздух через нос проходит все свободнее и свободнее, дыхание становится полным. Я применял этот метод везде: при беге трусцой, при подъеме по лестнице, в транспорте, дома и на работе. Заметил, что стал меньше простужаться, особенно перестал кашлять зимой (раньше болел бронхитом или гриппом почти каждую зиму). Этот метод позволяет повысить уровень окисления организма, что повышает сопротивляемость простудным и вирусным болезням, в том числе и гриппу.

Рожков Андрей, г. Рязань.







### СЕГОДНЯ

#### **B HOMEPE:**

- 5 недель стройности
- очищение в ванне
- цикорий разгрузит печень
- откуда берутся болезни?
- стевия от всех болезней

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.



# СПАСИБО ЗА ЗДОРОВЬЕ!

🗻 Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Желаю вашей газете «долгие лета». А пишу я вам вот по какому поводу. Не секрет, что в наше время женщины не отличаются хорошим здоровьем, именно женским. Всевозможные воспаления и др. напасти не способствуют зачатию и дальнейшему хорошему, правильному, здоровому вынашиванию ребенка. Я сама лично наблюдала такую картину: на картах по беременности, уверяю вас - почти на каждой, красной пастой с тремя восклицательными знаками прямо на обложке сверху надписи «высокая степень риска», «средняя степень риска». И это в основном - молодые женщины, которые только впервые готовятся стать мамами. А что уж говорить о тех, кто решил родить за 30.

Перейдем к главному. Мне 34 года, и по показаниям или противопоказаниям врачей я никоим образом не дол-



жна была выносить ребенка. А я выносила ровно 38 недель и, поверьте, ни разу на сохранении не лежала. Конечно, берегли меня, но еще я пила 2 заветные травочки, ко-

торые прислала мне травница Климова Ольга Викторовна. Впервые о ней я узнала из статей о лекарственных травах в одной газете о здоровье.

Женщины, милые, попробуйте и вы. Господь милостив, он создал эти травочки в помощь людям. Желаю всем здоровья.

Адрес: **353440**, г. Анапа, Главпочтамт, до востребования. Климовой О.В.

Скоробогатова Т.М., г. Волгоград.

# 5 НЕДЕЛЬ СТРОЙНОСТИ



Здравствуйте, дорогая редакция моей любимой газеты «Бабушкины рецепты»!

Раньше я очень часто Вам писала, но в последнее время – времени катастрофически не хватает, оно, словно летит как мгновение. Спасибо еще раз за очень нужное Издание!

Вот и пролетело лето, как миг или... вечность, кому как. А пишу я для того, чтобы вновь порадовать полезными рецептами от лишнего веса, ведь эта проблема очень актуальна в наше время.

Многие люди страдают от лишнего веса и ожирения тела, а причина кроется в нарушении обмена веществ, а вот почему это случилось и нужно разбираться.

Предлагаю Вам с комфортом сбросить несколько лишних килограммов, используя систему питания известного диетолога Протасова. Это с успехом испытанное средство. Экспериментировать можно, главное – не отступать от сути.

#### Суть диеты:

Первую и вторую недели можно есть в любом объеме:

1. Свежие овощи – свекла, морковь, лук, морковь, сладкий перец.

2. Творог, кефир, йогурт, сыр. Кроме этого, каждый день съедайте 1 яйцо, яблоко, апельсин. На третьей, четвертой и пятой неделе доля творога, сыра уменьшается, но ежедневно добавляется 300 грамм мяса или рыбы. Результат Ваших усилий начнете замечать уже первые 2 недели!

#### 5 плюсов этой диеты:

- 1. Она не ограничивает количества еды.
- 2. Отказ от быстрых углеводов помогает за 5 недель отвыкнуть от мучного.

Поджелудочная железа и печень начинают функционировать нормально.

- 3. Кисломолочные продукты содержат кальций, белок + стимулируют окисление жиров в клетках, что ведет к снижению веса.
- 4. Диета ограничивает жиры, но не исключает их совсем, т.к. это делать опасно (кожа, органы).
- 5. Сырые овощи содержат витамины, минералы, клетчатку, что полезно и сытно. Большая польза Вашему кишечнику! После окончания диеты важно не только сбросить вес, но еще и закрепить результат! Поэтому не спешите предаваться гастрономическому буйству и постепенно меняйте свое меню!

Нормализуете обмен веществ – будет в норме и вес. Все это испытано на себе лично. Теперь я успешно помогаю полным людям обрести стройность и радость жизни несложными, но эффективными методиками.

семечками, фруктами, печеной картошкой, салатами. Но самое главное – не забывайте ежедневно употреблять чеснок, он очень полезен для обмена ветементы ветементы печенов поставлять ветементы поставлять ветементы печенов по

Балуйте себя орехами и

ществ, нормализует многие функции организма, что важно в борьбе с лишним

Ешьте кефирный суп – вкусно и полезно. Пейте специальные сборы от ожирения (желтушник+зверобой+ Иван-чай), если нет аллергии на травы. Полезен прием картофельной пыльцы.

Желаю Всем здоровья и счастья!

весом и целлюлитом.

На письма смогу ответить (по России), только при наличии конверта с обратным адресом!

Писать: 681029, п/о 29, г. Комсомольск-на-Амуре, до востребования, Марковой Е.А.

### КОРОТКИЕ РЕЦЕПТЫ

#### СВИЩ

Я вылечила свекровь, применяя мазь «Альгофин». Начинала с промывки свища перекисью водорода. Затем накладывала марлевые тампоны с мазью. Сверху накладывала кусок бинта, сложенный вчетверо, и заклеивала пластырем. Лечила в те-

чение месяца и 7 дней. Рана перестала сочиться, осталось только небольшое углубление.

#### ГАНГРЕНА

1500 Start

При большом нагноении, когда уже ничего не помогает, прикладывайте к ране живых опарышей, обматывая их бинтом так, чтобы они могли дышать. Проверенное средство.

Н.Н., Днепропетровская обл.

### ПОДОРОЖНИК ПРОТИВ РАКА

Все знают это растение. Оно произрастает и в городе, и в деревне, по обочинам просе-

лочных дорог и лесных тропинок. Все виды растения, особенно, ланцетовидный, оказывают человеку щедро свои услуги. На Руси его называют семижильником и порезником.

Издавна им лечили порезы, нарывы, туберкулез, гастриты, дизентерию. По данным известного целителя В. Тищенко подорожник широко использовался и используется при раке легких, гортани, желудка и кишечника. Наблюдения в онкологии указывают на хороший противометастатический эффект.

В древнем трактате «Одо из Мена» написано, что подорожник *«черные пятна нормального делает цвета»* на коже, т.е. благотворно влияет на черные родинки и меланому кожи. В

наше время это доказано: подорожник нормализует или уменьшает выработку меланина печенью. Травники России использовали подорожник при раке мочевого пузыря и особенно при папилломах.

Чаще подорожник используется в виде настоя листьев: 2 столовые ложки на 1 стакан кипятка, настаивать 2 часа, пить по 200 мл 3 раза до еды. Можно измельчить листья, смешать с медом 1:1. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза за 10 минут до еды. Используется и отвар семян: 1 столовая ложка на 1 стакан воды, кипятить 15 минут, пить по 50 мл 3 раза в день. При раке полости рта полоскать этим раствором. При наружных опухолях:

компрессы из отвара листьев. При раке шейки матки утром и вечером надо делать спринцевания из настоя листьев подорожника.

Однако, опираясь на традиции народной медицины, надо отметить, что для успешного лечения рака лучше использовать одновременно несколько противоопухолевых трав (болиголов. аконит и др.), с учетом этой концепции мы разработали и успешно используем противоопухолевый восточно-тибетский ЭЛИКСИР (36 компонентов), куда кроме указанных компонен-

тов включены травы, повышающие иммунитет и др.

Доцент Кубгосмедуниверситета ИО-НОВ Юрий Васильевич, 350062, Краснодар, ул. Гагарина, 79, кв.93 (для писем).



Подорожник

# болезненные **МОЗОЛИ**

Долгое время мне не давали спокойно жить очень болезненные мозоли, конечно, пришлось забыть и о ка-

блуках, и изящных туфельках. Что я только не предпринимала и какими только мазями не мазала, облегчение носило только временный характер, пока случайно не прочла о похожем случае.

Женщина рассказывала, как она избавилась от мозолей. Решила и я попробовать, сделала все, как было написано. Уже через две недели регулярного лечения, почувствовала легкость в ногах, и кожа стала мягче, а главное прошли болезненные ощущения.

# Вот этот совсем простой и недорогой рецепт.

Тщательно вымыть, почистить, натереть на мелкой терке сырой картофель. К 1/2 стакана кашицы добавить чайную ложку меда и перемешать. Смесь накладывать на ку-

сок бинта или марлевую салфетку слоем в 1 см и прикладывать к пораженному участку кожи. Затем салфетку с кашицей фиксируют бинтом и держат не менее 2-х часов.

Такие повязки в течение дня можно делать несколько раз. На ночь, на пораженную поверхность можно наложить

повязку с прополисной мазью (пропоцеум), а днем вновь повторить аппликации из картофеля и меда.

Проследить, не вызывает ли мазь с прополисом аллергии.

Лидина Н.М., г. Уфа.

# КАК Я ИЗБАВИЛСЯ ОТ ПОЗВОНОЧНОЙ ГРЫЖИ

Хочу рассказать всем, как я избавился от грыжи. От позвоночной грыжи лекарства нет, но я исцелился.

Есть метод ее победить – специальная зарядка. Я поверил в это и начал лечение. Хотя до начала лечения у меня отнимались ноги и немела спина. Через месяц я ожил и стал полноправным членом в среде дачников – трудился наравне с другими, а иногда и больше.

#### А вот моя методика:

1 Утром встаю с постели, разбрасываю на полу кучку мелко нарезанной бумаги. Собираю по одной штуке, стоя ровно и наклоняясь к каждой. Кладу бумажки на уровне глаз

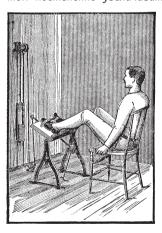
2.Стелю на пол коврик. Ложусь на спину, делаю ногами велосипед, руки на животе.

3.На спине: делаю ножницы, руки на животе.

4.Ложусь на спину, ноги сгибаю и обхватываю руками. Спина выгнута полуколесом, перекатываюсь на спине вперед-назад.

# **Все эти упражнения разминочные. А теперь основное.**

Лежу на спине. Ступни ног зафиксированы чем-либо. Подъемы туловища, руки за головой. Наклоняться как можно ближе к коленям. Начинать лечение надо с малых доз упражнений, но не менее 4-5 раз в день. Потом постепенно увеличивать их количетом.



ство, coкращая число заня-тий – 2-3 раза в день. А уж потом вам хватит и 1 раза, но ежедневно. с большим количеством повторов, не ленясь. Очень полезно делать убор-

ку в доме, мыть полы с тряпкой в руках. Нельзя долго сидеть и долго стоять. Когда почувствуете себя комфортно, а это обязательно произойдет, можно будет «взяться» за приседания. Не советую делать упражнения на скручивание позвоночника. Полезно кушать холодец с желатином, костный бульон. Я по себе понял — победить позвоночную грыжу можно, но нужно постоянно держать себя в форме. Если расслабитесь — она вас победит.

Кауров С.И.

# ОЧИЩЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ВАНН

Омовение используется не только для психического или духовного очищения. В христианстве во время крещения омовение символизирует смывание Адамова греха. Акт омовения мусульман перед молитвой демонстрирует желание верующих прийти к Богу чистыми. Духовное омовение предполагает, что вода очищает от всего нежелательного, будь то физическая грязь или духовное влияние.

Н. С. Козымаева.

Ванны могут сыграть положительную роль и в целях духовного очищения. Мы принимаем очищающие ванны и молимся об устранении какого-либо духовного (или невидимого) влияния, которое может быть нежелательной частью ауры. Ритуал этот сам по себе указывает на то, что мы (независимо от возраста) все еще готовы просить Вселенную (или Бога) помочь нам изменить то, что необходимо изменить. Это подразумевает желание прислушаться к внутрен-

нему голосу духовного развития, и тогда мы начинаем верить во что-то, находящееся за пределами нашего разума.

Ванна, принятая для очищения или духовной защиты человека, или в каких-либо религиозных целях, отличается от ванн, принимаемых для удаления грязи физической. Вот почему, принимая ванну с религиозными или духовными целями, следует придерживаться особых правил.

Принимая духовную ванну, не пользуйтесь мылом и другими моющими средствами. Принимая такую ванну, вы переживаете духовное очищение, и ритуал требует, чтобы вы мысленно отделили обычные ванны от ванн очищения разума или духа.

Каждая ванна генерирует определенное количество энергии.

Духовные ванны, однако, не изле-

чивают физических недугов. Не прибегайте к ним для избавления от так называемых физических болезней. Если вы незадужили физически, обратитесь к врачу.

При наличии открытых ран любого типа, включая послед-

ствия хирургического вмешательства, принимать ванны

запрещается. Если вам сделали хирургическую операцию,

следуйте указаниям врача. Ваннами нельзя исцелить бо-

лезнь, требующую хирургического вмешательства.

# ВАННА ДЛЯ СНЯТИЯ ДУШЕВНОГО НАПРЯЖЕНИЯ Эта ванна также считается целебной. Она пригота

Эта ванна также считается целебной. Она приготавливается на основе английской или горькой соли.

Смешайте:1/4 чашки английской соли, 1 чашку питьевой соды, 1 ст. л. соли – либо морской, либо столовой. Эту ванну следует принимать без мыла. Просто поотмокайте в ней

20 минут. Она поможет избавиться как от физического, так и от духовного напряжения и дает общий целебный эффект.

#### ДУХОВНАЯ ОЧИ-ЩАЮЩАЯ ВАННА

Существует множество ванн для устранения негативных влияний, характер которых определяется видом негативного воздействия. С помощью этой ванны можно избежать многих незначительных духовных неприятностей.

Эта ванна связана с физическим очищением. Она преследует цели духовного очищения, и в то же время ее используют для поддержания чистоты физической.

Добавьте 1/4 стакана питьевой соды в наполненную ванну. Это не только облегчит вам процесс принятия ван-

ны, но при регулярном использовании поможет избавиться от неприятного запаха, улучшить ауру и общее состояние.



#### ТРАВЯНЫЕ ВАННЫ

Травяные ванны готовятся на основе травяных настоев. Как правило, берется 1 чайная ложка травы и заливается стаканом кипяченой воды. Пусть эта заварка остынет до комнатной температуры. Затем процедите траву. Стакана настоя на половину ванны будет достаточно.

#### Базилик

Для приготовления ванны можно использовать обычный пищевой базилик в свежем и

сушеном виде. Такая ванна обладает защитными и очищающими свойствами, она снимает негативность и препятствует накоплению дальнейших негативных влияний. Она оказывает сильное воздействие, когда вы чувствуете, что вас кто-то обманывает, что вам кто-то угрожает, что вследствие контакта с чрезмерно агрессивными людьми на вас накапливается грязь. Принимая эту ванну, молитесь о духовной чистоте и защите. Оставайтесь в ванне 6 минут и полностью окунитесь 4 раза.

#### Корица

Обычная пищевая корица в форме разломанных веточек может применяться для решения духовных проблем. По-

# ВАННА СО СВЯТОЙ ВОДОЙ

Ванну со святой водой могут принимать истинно верующие христиане, стремящиеся к духовному совершенству. Святую воду можно достать в церкви. Налейте в ванну около 1,5 л святой воды. Принимая ванну, молитесь о духовном очищении. Несколько раз целиком погрузитесь в воду. Оставайтесь в ванне 6-8 минут, в конце омовения, не выходя из ванны, прочтите «Отче наш»

После омовения некоторое время рекомендуется провести в одиночестве. Даже если у вас нет возможности уединиться, ванна все равно поможет. Тем не менее, молитва и размышления усилят воздействие ванны.

ложите одну или две веточки в чашку горячей воды и дайте ей настояться, как и другому лекарственному растению. Эта ванна помогает остановить ссоры и разногласия. Также она может быть использована, если вы хотите увеличить свой доход. Оставайтесь в ванне 5 минут и погрузитесь 4 раза. Молитесь о защите и покое, об улучшении финансовых дел.

#### Коричная ванна для улучшения финансового положения

Смешайте 1 чашку настоя корицы с 4 чашками настоя из петрушки. Разделите смесь на 5 равных порций. Прини-

майте 5 дней подряд. Молитесь о финансовом благополучии. Не конкретизируйте своих финансовых просьб, пусть Вселенная сама даст ответ. Оставайтесь в ванне 6-8 минут и погружайтесь в нее 5 раз.

### Коричная ванна для повышения вероятности зачатия

Ванна из корицы помогает супружеским парам зачать ребенка. Принимать такую ванну должен каждый из супругов. Чтобы приготовить ванну, просто налейте в нее чашку настоя корицы. Супруги должны принимать ванну по отдельности, но один за другим, и каждый из них должен пользоваться отдельной чашкой с настоем.

Оставайтесь в ванне от 6 до 8 минут и окунитесь с головой 7 раз. Как только супруги примут ванну, должен состояться половой акт. Молитва, произнесенная в ванне, способствует здоровой беременности и снастимому от

ствует здоровой беременности и счастливому от нее разрешению.



Кофе способствует возвращению жизненных сил человеку, выздоравливающему после физического заболевания. Его можно использовать, когда человек еще слаб, но уже поправляется. Вылейте в ванну от 3 до 6 чашек крепкого кофе и полежите в ней не менее 15 мин. Ни в коем случае не используйте растворимый кофе.

#### Кофейная ванна после тяжелой работы

Кофейная ванна, приготовленная из 3-6 чашек крепкого кофе, также используется для снятия напряжения после тяжелой трудовой недели. Она способствует восстановлению жизненных сил. Эту ванну следует принимать только утром по субботам от 8 до 10 минут.

#### ИССОП

Налейте 1 чашку настоя иссопа в наполовину заполненную ванну. Пробудьте в воде 6-8 мин. и окунитесь 5 раз. Молитесь о духовном очищении и духовном просветлении.

#### ПЕТРУШКА

Эта ванна способствует экономическому процветанию. Петрушка в сочетании с корицей является сильнодействующим средством. Взять пучок петрушки, кипятить 20 мин. на медленном огне с 1 литром воды. Сушеную петрушку лучше использовать в смеси с корицей.

#### Петрушка и мед

Эту ванну можно принимать женщинам, которые больше не находят радости в жизни. Мужчинам эти ванны помогут побороть чрезмерное недовольство собой. Ее готовят, добавляя столовую ложку меда на чашку настоя петрушки. Эта смесь заливается в ванну. Продолжительность 8 мин., число погружений – 5.

#### РУТА ДУШИСТАЯ

Как и иссоп, рута душистая не относится к пищевым травам, но она достаточно важна. Рута в христианской религии – это «трава благодати». Ванна из руты используется для устранения путаницы во взглядах и помогает наставить человека на путь истинный в христианстве.

Одна чашка настоя выливается в заполненную наполовину ванну. Принимайте 8 мин., окунитесь 5 раз. Молитесь о ясности в выборе духовного пути, духовном очищении.

#### ШАЛФЕЙ

Ванны из обычного пищевого шалфея обладают уникальным свойством — они помогают стать по-настоящему мудрым. Те, кто хочет достичь такого состояния, должны принимать эту ванну каждый четверг на рассвете, анализируя события прошедшей недели. Обычно рекомендуется 9 погружений за 9 мин. принятия ванны. Считается, что эти ванны помогают человеку покончить с иллюзиями. А ведь в этом заключается высшая мудрость!

#### ДОМАШНИЕ ВАННЫ

Существует множество ванн, которые можно приготовить в домашних условиях, используя то, что имеется в доме, эти ванны могут способствовать изменению определенных условий вашего быта.

#### ВАННА С ПИТЬЕВОЙ СОДОЙ

Ванны, предназначенные для восстановления здоровья, устраняют причину трудностей, существующих на духовном уровне. Поэтому любая духовная ванна может способствовать физическому выздоровлению

### ВАННА С СИНЬКОЙ

Синька, используемая для стирки, может способствовать восстановлению жизненных сил. А еще она является эффективным средством в борьбе с последствиями солнечных ожогов. 1 ч. л. жидкой синьки вылейте в ванну и пробудь-

те в ней 15 минут. Эту ванну следует принимать два дня подряд, если вы сильно устали или находитесь в состоянии апатии, перележав на солнце. Ее также полезно принять через день-два после пивной ванны, если вас не покидает ощущение упадка жизненных сил.



Иссоп лекарственный

Hissopus officinalis L.

Шалфей S. Sclarea L.

Гвоздика

#### ГВОЗДИЧНАЯ ВАННА

Одна из лучших очищающих ванн приготовляется из цветов гвоздики. Цветки семи белых гвоздик опустите в наполовину заполненную ванну. Войдя в ванну, натритесь цветами. Лепестки начнут опадать. Эта ванна основательно очистит вашу ауру. Она поглощает отрицательные влияния.

#### ЛЮБОВНЫЕ ВАННЫ

Любовная ванна относится к числу самых популярных. Нужно помнить, что любовь – самое важное чувство в мире. Она настолько важна,

что нам с трудом удается ее выразить, и любую помеху, мешающую нам любить и быть любимым, следует устранить. В результате такого устранения человек становится счастливее и лучше. Когда с нами все в порядке, наш духовный рост происходит на более здоровой основе.

Продолжение на стр. 15.

# ЦИКОРИЙ РАЗ-ГРУЗИТ ПЕЧЕНЬ

Поделюсь совершенно безобидным и очень полезным рецептом, о котором сам узнал слу-

том, о котором сам узнал случайно, став однажды невольным слушателем чужого разговора. Я сидел на автобусной остановке, ждал своего автобуса, а рядом беседовали две пожилые женщины, жаловались одна другой на свои болячки. И меня заинтересовал совет одной из них, как можно без лекарств помочь своей печени справляться с нагрузкой. Особенно зимой, потому что питание в это время года, естественно, тяжелое, мало овощей и фруктов, все блины, картошка, мясо. Больше всего меня поразила замечательная фраза одной из собеседниц, что мы даже не подозреваем, что наша печень с возрастом, даже если и не болит, постепенно превращается в кирпич, поскольку засоряется разными продукта-

ми обмена веществ, а мы часто об этом просто не догадываемся. Услышал я и рецепт.

Домой пришел просто ошело-

мленный открытием. А у меня, как на грех, постоянно покалывало в правом боку. Я тут же пристал к супруге с расспросами, слышала ли она, как можно самостоятельно разгрузить печень. К моему удивлению, она мне тоже посоветовала пить отвар цикория, это был тот самый рецепт, о котором я услышал на остановке. Две чайные ложки измельченного корня цикория залить стаканом кипятка, дать настояться 30 минут, процедить, отжать оставшееся сырье, долить кипяченой водой до первоначального объема и принимать по полстакана два раза в день после еды, желательно в теплом виде. Купил я в аптеке корень цикория и стал ежедневно пить отвар.

Через две недели почувствовал легкость в правом боку, такое впечатление, что печень стала меньше в размерах. Еще через две недели обнаружил, что весь мой пищеварительный тракт как бы отсутствует, я его не чувствую, а сам я как будто энергичнее становлюсь. Вот с тех пор я покупаю в магазине растворимый напиток из чистого цикория, а вместо привычного кофе покупаю только специальный кофейный напиток, в котором есть цикорий и ячмень. Про правый бок больше не вспоминаю.

Никитин Р.Э., г. Екатеринбург.

# ЧТО ТАКОЕ «ЗАГОВОРЫ»?



**Здравствуйте, все читатели «Бабушкиных рецептов»!** Хочу ответить на вопросы читателей,

какое действие имеет мертвая земля и как ею пользоваться живому или больному человеку. Люди порою творят такое, что в голову не может прийти даже глупому. Берут обряды с мертвой землей из книг, которых сейчас в продаже полным полно под названием «заговоры». Люди! Ведь кто не знает, как обращаться с такой землей, а особенно от безымянной могилы, то вы не знаете, какие последствия ожидают вас и вашу родовую впереди. Например: женщина убитая горем в 43 года, но похожая на старуху Изергиль, принесла мне фото своего больного сына, я выливаю фото на воск, а там «стеки» жизненные идут в землю. Он мертв, но еще лежит в постели. В его болезни помогли «советчики» набрать земли с могилы и сыпать по горстке в ванную с горячей водой и держать сына 13 мин. Вроде это все забирает с человека болезнь или порчу. Понимаете, что вышло? Земля впиталась во весь жизненный организм и стала медленно его губить, мама его делала такие процедуры 7 раз. Вот сама почему туда не залезла... Разумеется помощи в выздоровлении ждать бесполезно от таких советов, да и врачи в этом случае ничем не помогут.

По книжным советам кидают деньги покойнику в гроб со слезами – щепотками. Это чтоб деньги водились. И

что? Кто разбогател? Вы же сами свой достаток по-хоронили. Если бы все то, что пишут в книгах срабатывало бы, то не было б ни больных, ни алкоголиков, мужья все были бы в семьях и все люди от таких обрядов были бы богатыми. Не обольщайтесь, люди, и к советам таким советчиков прислушивайтесь с осторожностью. Не

играйте с обрядами, не зная их входа и выхода, а тем более с мертвой землей.

Как-то читала, что один видный человек при жизни положил свое фото в гроб своему отцу...?

Все, процесс пошел. Фото со временем стало гнить и стал в связке с этим обрядом живой человек. Дух живого стал переходить к упокоенному, а земля медленно стала губить весь живой организм. В первую очередь стала гнить кровяная сфера, т.е. легкие – они пошли в процесс. Фото гниет и человек при жизни пошел на задыхание и

умирание. Ему не помогут никакие обряды шаманские, ни свет – враги. Я лично сразу увидела конец, т.к. опыт по работе заговорами имею немалый. Но это полбеды, но если от такого человека рождены были дети, т.е. от порченного семени, то со временем и над рожденными нависнет злой рок по 7-е колено. В таком случае нужно делать разрыв живого от мертвого по обряду и выводить рожденных на вознесение купола жизни с передачей родовой только через поминальный стол.

Много чего еще можно написать, но времени нет, всего из моей работы заговорами не опишешь. Я хорошо знаю силу заговоров, как пользоваться обрядами и какое дать лечение человеку от того или иного недуга. Слиток воска читаю, как книгу. И пользуюсь старинными обрядами, которым меня научил мой дед-колдун, а чтобы лечить людей, нужны не книги, а передача от того, кто занимался в роду лечением. И опыт, который приходит с годами, как опыт работы с зеркалом. В его «коридоре» все может увидеть: и кто наслал и кто сделал. Кто был и есть v меня на лечении и в работе, тот полностью будет со мной согласен, многие изменяли свою жизнь к лучшему, убрав немочь, и обрели достаток. И еще просьба к людям. Не переделывайте заговоры на свой лад. не делайте отсебятину нуждающимся. Зачем советовать ерунду, чтобы на себя же накликать беду.



Много работы – много писем из Италии, Израиля, Украины. Помощь идет, но то, что получено от меня для вашего лечения, но не стоит это в дальнейшем применять на своих знакомых и родных. Хорошего из этого не получится. Лучше вышлите свое фото, и я всем поясню, что нужно в избавлении вашего вопроса.

Вот вкратце все, что хотела написать к читателям. Не судите никого, да не судимы будете. Лучше в церкви заказывайте молитвы о здравии и акафисты святым угодникам, и Господь увидит доброту ваших деяний. Самовольно ко мне не приезжать, лучше нужно списаться, или созвониться.

Всем здоровья, мира и Божией благодати.

Ко всем читателям целительница – Валентина Васильевна, 404143 Волгоградская обл., р.п.Средняя Ахтуба, ул.Завоеванская, 11.

# ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА РАСТЕНИЙ

Начало в № 46.

#### ЛИПА СЕРДЦЕВИДНАЯ

#### Используют цветки.

Цветки липы обладают противовоспалительным, жаропонижающим дей-

ствием, стимулируют заживление ран, способствуют снижению уровня сахара в крови, повышают работоспособность.

Спиртовая настойка липы обладает противосудорожным действием, а отвар цветков с медом. принятый перед сном, успокаивает нервную систему, подобно корню валерианы.

Наружно - для мытья головы при выпадении волос, полоскания носо-

глотки, ароматических ванн, мягчительных припарок при болях в суста-

вах, язвах, ожогах, воспалении геморроидальных узлов, при мастите.

Липовый чай употребляют как потогонное, отхаркивающее, болеутоляющее при спазмах желудка, подагре.

Способ приготовления: 10 г (3 столовые ложки) сырья помещают в эмалированную посуду, заливают 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, зак-

рывают крышкой и нагревают в кипящей воде (на водяной бане) 15 ми-

нут, охлаждают при комнатной температуре 45 процеживают. минут. оставшееся отжимают. Объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 200 мл.

Приготовленный настой хранят в прохладном месте не более 2 суток.

Принимают в горячем виде по 1-2 стакана 2-3 раза в день после еды как потогонное, мочегонное и противомикробное сред-

ство при простудных заболеваниях.

Цветки липы ..... 2 части, Цветки ромашки ..... 3 части. 1 столовую ложку смеси заварить ста-

каном кипятка, настоять, процедить, Полоскать при ангинах, тонзиллитах.

#### ТЫКВА ОБЫКНОВЕННАЯ

Используют мякоть, семена, сок. Назначается при воспалительных заболе-

> ваниях кишечника, особенно при лечении запоров. Мякоть усиливает желчеотделение, поэтому ее применяют при болезнях печени и желчного пvзыря. Семена рекомендуются для изгнания глистов детям, беременным, лицам пожилого возраста: в течение часа принимают в виде эмульсии или толчеными в смеси с сахаром или медом (3:1) натощак 300 г очищенных семян. Через 3 часа дают слабительное (касторо-

вое масло), через полчаса ставят клизму. Детям дают из расчета 15 г



Липа T. Cordata Mill.

Тыква

Cucurbita pepo L.

Рекомендуется тыква при ожирении, сердечно-сосудистых заболеваниях, атеросклерозе, холециститах, колитах, гипертонической болезни (мякоть и сок усиливают выделение из организма хлоридов). Показана при малокровии, тошноте беременных 0,5-1 стакан сока в день), при морской болезни, подагре, вареная – при водянке, как мочегонное. В печеном виде употребляют ее при язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Сырая и вареная мякоть назначается после болезни Боткина (ускоряет восстановление антитоксической функции печени), в качестве противоопухолевого средства.

> семян на год жизни или в зависимости от возраста: 3-4 года - 75 г, 5-6

лет – 100 г. в 10 лет и старше 150-200 г на прием. В дни лечения необходима диета.

Сок выпить на ночь (50-100 г), успокаивает нервную систему, стабилизирует сон. Наружно - при экземах, ожогах как противовоспалительное.

Способ приготовления: 500 г измельченных неочищенных семян заливают 1 литром воды, выдерживают на водяной бане 2 ча-

са (не доводя до кипения), отвару дают отстояться 10 минут, процеживают и выпивают порциями в течение часа. Через 2 часа дают слабительное (солевое) для изгнания глистов.

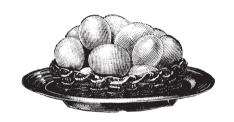
# КАК ВЫЛЕЧИТЬ



Наверно, от того, что когда еще учился в институте и жил далеко от родительского дома, питался крайне неправильно.

Часто целый день некогда было даже покушать, о том, чтобы есть первое регулярно, даже думать не приходилось. Зато вечером наедался, как говорится - от пуза... Вообщем, заработал себе гастрит. У меня была нулевая кислотность желудка (анацидный гастрит) в течение 10 лет. Два раза в году, весной и осенью, я лежал в больнице, но толку было мало, только желудок болел от приема разных кислот и лекарств.

Однажды, возвращаясь домой после пребывания в больнице, встретил отца своего друга по институту. Увидел он мой измученный вид и поинтересовался, почему я такой невеселый. Мы с ним разговорились, и он мне дал рецепт от моей болезни, который я, приехав домой, тут же стал «воплошать в жизнь».



Итак, нужно было 3 свежих куриных яйца положить в кастрюлю (в скорлупе), залить тремя стаканами свежего молока (из-под коровы), с размешанными в нем тремя стаканами сахарного песка. Поставить кастрюлю в теплое место (при комнатной температуре), накрыв чистой салфеткой.

На 13-14-й день скорлупа яиц растворится в посудине, и белок с яйцом в пленке нужно осторожно вынуть из кастрюли (чтобы не лопнуло) и выбросить. На 17-й день нужно процедить содержимое кастрюли и процеженную сыворотку принимать по 50 граммов за 15 минут до еды утром и в обед, а вечером - после еды, спустя 20 минут (она вкусная, как бражка). Заранее нужно поставить настаивать следующую порцию сыворотки.

Я принял тогда три таких «дозы», и вот уже больше 20 лет не знаю проблем с желудком. Буду рад, если кому-нибудь поможет этот рецепт.

Нарицын О.С., г. Одинцово.

# ОТКУДА БЕРУТСЯ БОЛЕЗНИ?

Уважаемые читатели! Я, Корепанова Алевтина Михайловна, травник-целитель, мед. работник, сейчас на пенсии, состою в Алтайской Ассоциации народных целителей 10 лет. Занимаюсь сбором трав, пишу о них статьи, и многие газеты печатают. Сборы трав высылаю больным людям по диагнозу и возрасту. Мне поддаются такие болезни: алкоголизм, бесплодие, половые инфекции, костно-суставные болезни, доброкачественные опухоли, а иногда злокачественные. Но 2 года назад меня круто подвернуло в сторону, и я поняла, что не очистив человека от паразитов и половых инфекций, невозможно его вылечить. И с тех пор я занимаюсь очищением, т.е. удаляю причину болезни, а это всевозможные паразиты, которые населяют наше тело, и если с ними не бороться, то конечный исход: рак, инсульт, инфаркт. Очищение длится 1,5 месяца и чистит человека с макушки до пяток. После очищения лечение травами по основному диагнозу.

Я вам представляю самые интересные случаи очищения. Больные со мной дружат и разрешают печатать их результаты.



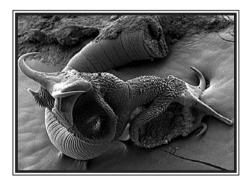
此 Добрый день и добрый час, уважаемая Алевтина Михайловна, наша целительница и спасительница. Мне

73 года. Мои диагнозы:

- 1. Полипоз кишечника.
- 2. Лямблии в крови.
- 3. Геморрой.
- **4.** Грыжи.
- 5. Заболевание бедренной кости.
- 6. Опухоль головного мозга.
- а) В 80-х годах перенесла операцию фибромиома матки и фолликулярная киста яичника.
- б) Оперировали геморрой.
- в) Тромбофлебит удалена вена правой
- г) Операция обоих глаз катаракта.
- д) 2005-2007 годы повторно оперировали геморрой и 2 паховые грыжи.
- е) Постоянно пониженное давление

За 3 года моего лечения по больницам я совсем потеряла здоровье. Только теперь в процессе лечения по вашей методике и рекомендациям стало ясно, что это не грыжа и не геморрой, а всевозможные паразиты так долго терзали меня. В итоге я совсем потеряла силы.

Врачи нацелили меня идти на операцию третьей грыжи, которая была на лобке, но я не согласилась. Очищение начала на убывающей луне и делаю точно по вашим рекомендациям. По 1 схеме на 3-4 день появились полипы в прямой кишке и облепили внутри все влагалище с болями. А потом через 10 дней рассосались в кишечнике, боли прошли, а вот во влагалище к полипам добавились «языки и шишки» - припухлости с фасолину в большом количестве, так вот из них из всех наростов идет червяк белый, в то время как из прямой кишки выходит разнообразная смесь: белые длинные черви, красные как дождевые и черные с рисовое зернышко. Над кистями рук и на ногах, от бедра до ступни появились узелки – шишечки с рисовое зерно и фасолину. Мазала мазью болиголова, они стали уменьшаться и исчезли. На 5 день очищения выплеснули из прямой кишки прямо враз в чистом виде одинаковые с фасолину, плоские в количестве с полулитровую банку полипы. Сразу улучшилось мое состояние и самочувствие, вся тяжесть исчезла с моего тела, все рассасывается, опадают опухоли, т.е. припухали глаза, болела голова, ноги освободились от отеков. Сразу поясню! Как я узнала, что из меня выходит? Полипы, глисты, вся нечисть из прямой кишки выходит в ведро (я на нем сижу) пластмассовое, белое, широкое. А в нем все видно как на экране. И вот, когда я плесну воды в ведро на эти нечистоты, паразиты – клубочки



черные, языки черные, круглые, слизистые как холодец величиной 3х3 как бы в слизистой оболочке, то все они расходятся, рассыпаются и это оказывается червяк – разновидность паразитов, а вот полипы не рассыпаются, а остаются целые как фасолины, да и когда выплескиваются в ведро, то стукают о дно, подобно орехам. Ежедневно выходят черные клубки и длинные черви. По 2 схеме, которая длится 14 дней, с клизмами выходят постоянно, прямо сразу выплескиваются кучей паразиты разных размеров и форм с рисовые зернышки, и как горох и как крупный белый песок в огромном количестве. Я совсем обессилела и лежу в постели между этими выбросами.

По 3 схеме: доочищение печени травами, стали выходить крупные, черные языки 5 см длиной, черные, круглые клубки 2х3 см, а так же длинные, тонкие как дождевые черви до половины черные, а далее белые, слизистые, с хвостом длиной до 7 см. Все это удивительно, я в шоке! Да еще идет белая круглая оболочка 2х2, слизистая, внутри, этой оболочки червяк белый, маленький как острица. Начиная 3 схему лечения, я поголодала сутки и далее питалась предельно постным и 2 раза в сутки и вот результат: стали выходить разные крупные паразиты. Перерывов между схемами я не делаю, т.к. вынуждена постоянно бороться с этой нечистью, поскольку они идут без пауз целой «бандой» прямо «косяками», но особенно меня донимает белая крошка. После нее, как после погрома, она опустошает все силы, именно подтачивает здоровье следующим образом: выпрыскивается из прямой кишки, из влагалища как из душа кучкой и долго по 2-3 часа с перерывами в 20-30 мин., снова и снова и вызывает такую похоть на судно, что нет терпения, и вот так она изматывает силы весь день и по 3 часа ночью. Появляется эта белая крошка после того как пройдут все крупные паразиты, особенно черные. И вот v меня сложилось такое впечатление, что это белая крошка и есть личинки от крупных червей. А крупный червяк их из себя выбрасывает, как бы родит для размножения червя вновь. Страшно становится от такого! Если они без конца в человеке размножаются, то где спасенье? После такого наваждения белой крошки чешется все тело. А вот по позвоночнику вдоль крестца выступают высыпания разные и тоже чешутся. Но если почесать по коже и голове массажной щеткой или руками, то сыплются из кожи черные, как мак мелкие заключения, незаметные простым глазом. Они сквозь все тело просачиваются наружу. Эти микробы идут через рот, да так обильно, что мне приходится отплевываться, вот получается от всего этого болит голова, глохнут уши, троится в глазах, выросли полипы в горле, которые очень беспокоят меня, голос стал хриповатый. Вообще в данное время у меня паразиты во всем теле, даже в голове, ушах, глазах, во рту, на коже и под кожей, кишечнике, половых органах и все это зудит и чешется, но спасает меня от этого болиголов, бедренец и ваша универсальная чудомазь из болиголова. Мазью смазываю все тело и голову. Она уничтожает все микробные нечистоты и наступает покой через 15-20 мин. За такую чудесную мазь приношу вам свою благодарность и всем ее рекомендую держать под рукой. А так же я пью настойку болиголова по вашей рекомендации, она очень хорошо помогает, дает просто спасение. Во время очищения я в посту вот уже 3 месяца и в постоянной молитве, на молитву еще больше выходит паразитов. Лечусь иконой «Всецарица» по благословению Господнему. Очень мне трудно-плохо, т.к. истощение организма предельное. Как только начинаю кушать досыта (все постное), то паразиты еще сильнее меня одолевают, да и так они очень обильно и без перерыва идут, и я

уже не могу оторваться от дома. Очень прошу! Не дайте погибнуть! Спасите! Мне срочно нужны средства для лечения.

#### С уважением Татьяна Ивановна.

Вот вам и паразитарная теория рака, а у нее рак головного мозга, но она от меня это скрыла, и поэтому я согласилась ее почистить.

#### І ЧАСТЬ. ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ!

С момента публикации моей статьи о паразитах мне ежедневно поступают по 20-30 звонков. Спасибо, что мои статьи вам нравятся, и радует ваше волнение за собственное здоровье. Я всегда готова помогать вам в том, чтобы осваивали азбуку здоровья. Больше всего мне нравится противопаразитарная работа, когда виден результат очищения. За 3 года очистительных процедур я накопила много хороших результатов, и люди разрешают мне их печатать в лечебных газетах

У меня есть несколько видеокассет, где люди снимали своих паразитов, их страшно смотреть. Все виды бронхиальной астмы, прыщей и дерматитов, сухая кожа тела, экземы, псориаз, женская молочница, простатит, аденома, киста яичников, миома, фибромиома, жировики, висячие родинки,

коричневые родинки, простая перхоть, выпадение волос, любая онкология, доброкачественные опухоли, заболевания костно-суставных и мочеполовых систем, плохой сон детей и взрослых, разговор во сне, скрежет зубами во сне – заражение паразитами.

Если после сна голова тяжелая, часто чешутся и закисают глаза, чешется внутри уха, зуд анального отверстия и половых органов, у женщин болезненные месячные, сбой месячные, гнилостный капустный запах изо рта, нейродермит, частые нервные раздражения без повода, плаксивость, близорукость, депрессия, шизофрения, раздражения дневным или ярким светом, тромбофлебит, варикоз, диабет (в т.ч. сахар-

ный), частые ангины и простудные за-

Паразитами заражено огромное количество населения, но ни один врач не скажет причину вашего заболевания, а назначит лечение по конкретному заболеванию.

болевания, инсульт, инфаркт, все болезни сердечно-сосудистой и мочеполовой системы, эпилепсия, упорные запоры, голод перед сном или ночью, малокровие (анемия) – все это говорит о присутствии в вашем теле гельминтов.



Если в семье хоть у одного человека есть глисты, то очищение надо провести всем его членам и неоднократно, а в первую очередь навести порядок в доме. Обработать все доступные места санитарным средством «Белизна», она уничтожает 95% всякой дряни, но только не импортные средства – они почти ничего не уничтожают. А самое лучшее мыло «Дягтярное». Уничтожает всю вредную м/флору, пользуйтесь им в бане 1 раз в неделю.

Профилактику от гельминтов надо делать 1 раз в квартал, а не 1 раз в год при соблюдении санитарных навыков и обязательно всей семьей одновременно, а также чистить всех домашних животных, они поддаются чистке лучше самих людей.

При правильно проведенном очищении пропадает до 80 % общих заболеваний, организм обновляется и восстанавливается, омолаживается, пропадают возрастные болезни и изменения. У большинства больных появляется тяга к жизни и удваиваются силы, люди избавляются от хронических болезней, которыми болели мно-

го лет, перестают быть агрессивными, нервозными, злыми, дети начинают учиться лучше.

Все, кто хочет улучшить свое здоровье, проведите очищение от гельминтов, но особенно те, кому не помогает никакое лечение.

Надо не только очистить организм, но и убить яйца паразитов, ведь паразиты тоже размножаются и в огромном количестве.

Если вы хотите стать на тропу здоровья, то в первую очередь: уберите хлеб и хлебобулочные изделия на современных дрожжах, сахар, шоколад, конфеты и все продукты, в которые входит сахар, и вы постепенно избавитесь от своих болезней. А если еще вместо таблеток будете пить травяные сборы, да регулярно проводить очищение, то ваша старость не будет обузой для ваших детей. Здоровье и красоту люди не только в наследство получают, но и регулярно его поддерживают.

Я предлагаю вам регулярно проводить 1 раз в месяц 3-дневное очищение, которое освободит организм от шлаков и даже сбросите немного вес.

#### ОЧИЩЕНИЕ

Начинают на убывающую Луну.

На завтрак выпейте чашку очищающего кровь чая.

Тысячелистник							10	г
Смородины							10	г
Мать-и-мачехи							10	г
Березовых листьев							10	г

**1 день:** 1 ч.л. смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 10 мин. Выпить большими глотками.

Три раза в день пить по стакану сока. Утром – апельсиновый, в обед –

морковный, вечером – томатный.

**2 день:** на завтрак – 1 чашку очищающего кровь чая.

Пить соки по 1 стакану: утром – яблочный, в обед – морковный, вечером – свекольный (разведенный водой 1:1)

**3 день:** завтрак – 1 чашку очищающего кровь чая.

Пить соки по 1 стакану: утром – грейпфрут, в обед – морковный, вечером – клюквенный или красносмородиновый.

В течение 3 дней будете чувствовать боль в разных частях тела. Это шлаки покидают «насиженные места». Если регулярно будете пользоваться этим рецептом, то многие проблемы покинут вас. А если болезни одолели, то обращайтесь, я вышлю вам очищение «от макушки до пяток», а так же комплексное лечение по вашему основному диагнозу.

По вопросам об очищении обращайтесь по адресу: **427430**, **Удмуртия**, **г. Воткинск**, а/я **68**. **Корепановой Алевтине Михайловне**.

Продолжение следует...

# НУМЕРОЛОГИЯ... В КУЛИНАРИИ!

На свете много разных продуктов питания, полезных для организма человека, а можем ли мы разобраться в этом многообразии и выбрать действительно полезное именно для своего организма. Если обратиться к нумерологии, можно узнать число, свойственное каждому человеку, и сообразуясь с ним, мы не только испытываем наслаждение и хорошее настроение от любимых блюд, но и сможем улучшить здоровье. Итак, чтобы узнать наше число, необходимо сложить числа дня, месяца и года рождения. Например, вы родились 19 октября 1963 года: 1+9+1+0+1+9+6+3=30=3+0=3. В этом случае число сущности — 3. Ему соответствует число Марса. По вышеприведенному примеру вычислите свое число сущности и узнайте, какая планета вам покровительствует, и что следует есть.

Начало в № 46.

#### 4 - МЕРКУРИЙ

Подопечным Меркурия и четверки необходима разнообразная, очень

легкая, но энергетическая пища. «Меркурианцы» одни из немногих, кто может себе позволить перекусывать «на лету».

Главная составляющая этих гастрономических забав – слегка подсушенные орехи. Сладкие предпочтительнее соленых. Второй составляющей могут быть салаты из моркови, пастернака, морской капусты, заправленные петрушкой, укропом, кинзой, мятой, тархуном.

«Меркурианцам» совершенно необходимы зерна, семечки и хлеб. Но не соблазняйтесь свежим хлебом из белой муки высшего сорта! Вам нужен зерновой, овсяные лепешки, хлеб из разных хлопьев и зерен с добавлением тмина и семечек. Если таковой трудно достать, но-

сите с собой галеты из отрубей. Не пренебрегайте сырыми перепелиными яйцами, овсяной кашей (из цельной крупы) и оливками. Еще одной важной деталью вашего меню являются грибы – соленые, вареные, жа-

реные. В качестве энергетической зарядки незаменимы пророщенные зерна. Для нормализации нервной системы, которая у «меркурианцев» всегда немного расшатана, подойдут отвары мяты, тмина, тархуна, сушеной или мороженой морской капусты.

#### 5 - ЮПИТЕР

Подшефные пятерки и Юпитера среди фруктов и овощей в первую

очередь должны выбрать те, что окрашены в малиновый, сиреневый, фиолетовый и черный цвета.

«Юпитерианцам» противопоказаны пере-

кусы, им нужна сытая многооб-(Tes разная трапеза. Прежде всего, это ягоды, которым следует уделить внимание перед едой, ежевика, черная смородина, черника, малина, вишня, барбарис, красные сорта сладкого крыжовника, голубика, черный виноград «изабелла», «лидия». «молдова», «кардинал». Полезны свежий инжир, чернослив (сушеный и све-

жий), красные перси-

ки, красные грейпфруты.

В очереди овощей первое место занимают баклажаны. Их надо есть в большом количестве и в любом виде: маринованном, соленом, жареном, тушеном, сушеном (положив

в суп). Баклажаны хороши в закусках, горячих блюдах и промолотые – в виде специи.

Вторым основным блюдом «юпитерианцев» является свекла. Попробуйте сырую в салатах; для поднятия тонуса пейте свекольный сок. Вареная, тушеная, маринованная, она всегда сохраняет

свои свойства. Черные оливки - третья составляющая вашего стола.

Четвертая – спаржа. Она хороша в супе, салате, гарнире, маринованная со специями. В горячих блюдах используйте черную и фиолетовую фасоль.

Для бодрости пейте сок черной смородины, черники, красного винограда, сухое красное виноградное вино. Лучше употреблять эти соки без сахара. Кстати, «юпитерианцам» больше подойдет коричневый тростниковый сахар, нежели белый из сахарной свеклы.

Обязательно заготовьте с лета чернику, ежевику, голубику, черную смородину в собственном соку. Можно сварить варенье или протереть ягоды с сахаром, не помешает заморозить их в холодильнике.

Если у вас нет возможности вовремя поесть, носите с собой несколько сушеных ягод барбариса, миндальные орехи, чернослив и инжир, пакетик сока из крас-

ного винограда. Потеря энергии для вас недопустима.

В качестве приправы используйте гвоздику, шафран, мускатный орех, мяту, базилик. А лучшая трава для «юпитерианца» – шалфей.

#### 6 – BEHEPA

Всем, кому соответствует число шесть, покровительствует голубая Венера, а значит, и самые полезные продукты будут голубого и синего цветов. В первую очередь это инжир и голубика.

Эти ягоды уберегут вас от болезней, помогут зарядиться нужной энергией. Ими, увы, список синих и голубых продуктов ограничивается. Можно использовать отвары фиалки, добавляя их в чай. Люди Венеры никогда не должны наедаться, они могут ограничиться закусками – из свежих помидоров и огурцов, кабачков цуккини, зеленых яблок, фиников, бобовых, пастернака, зеленых листьев салата, заправленных

яблочным или винным уксусом, оливковым маслом. Люди Венеры любят сладкое и мучное, и оно им действительно необходимо. Но торты, пирожные и конфеты следует заменить финиками, сушеными бананами, арбузами, дынями, абрикосами, грушами и айвой.

Продолжение следует...

# VI ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВЬЯ BezTabletok.Ru

Российская Государственная Библиотека (им.Ленина), г.Москва. (03.12.2008 – 14.12.2008)







#### Партнеры фестиваля

#### Расписание Фестиваля:

#### Творческие встречи:

#### 3 декабря (среда), 18:30. Владимир ЛЕВИ.

Доктор медицинских и психологических наук, произведения которого переведены на 25 языков! Автор популярнейших книг «Искусство быть собой», «Охота за мыслью» и др.

#### 4 декабря (четверг), 18:30. Анатолий НЕКРАСОВ.

Создатель центра «Школа мудрости» и программы «Счастливая семья». Помог десяткам тысяч людей избавиться от сложнейших проблем со здоровьем, решить вопросы взаимоотношений детей и родителей, одиночества, алкоголизма и др. Среди его книг «Живые мысли», «Материнская любовь» и др.

#### 5 декабря (пятница), 18:30. Георгий СЫТИН.

Доктор медицинских, психологических, педагогических и философских наук; профессор, академик международной академии наук, автор более 70-и книг, в т. ч. «Всегда здоровое сердце», «Исцеляющие настрои» и др.

#### 9 декабря (вторник), 18:30. Андрей ЛЕВШИНОВ.

Создатель уникальной комплексной системы оздоровления, доктор философии и психологии, мастер йоги, цигун и рэйки. Автор более 50 книг, которые помогают сделать здоровье – крепким, жизнь – счастливой, а дом – полной чашей!

#### 10 декабря (среда), 18:30. Александр СВИЯШ.

Создатель уникальной методики взаимодействия человека с миром и бесконфликтного достижения целей, автор более десяти бестселлеров, тираж которых превысил 8 000 000 экземпляров, среди них «Улыбнись, пока не поздно!», «Хочешь быть здоровым? Будь им!» и др.

#### 11 декабря (четверг), 18:30. Владимир ЖИКАРЕНЦЕВ.

Автор популярных книг по самопознанию, его работы издаются уже более пятнадцати лет, автор книг «Путь К Свободе», «Жизнь Без Границ», «Обретение Силы» и др.

#### 12 декабря (пятница), 18:30. Валерий СИНЕЛЬНИКОВ.

Психолог, гомеопат, автор уникальных по эффективности целительных методик, помогающих людям вернуть здоровье, повысить благосостояние, управлять своими эмоциями и стать удачливым. Автор книг «Возлюби болезнь свою», «Сила Намерения», «Тайны подсознания», «Прививка от стресса» и др.

#### Авторские семинары:

6 декабря (суббота), 11:00 - 18:00.

### **Людмила ПУЧКО: Многомерная медицина в вопросах** и ответах.

Многомерная медицина – уникальная, не имеющая аналогов в мире высокоэффективная методика самодиагностики и самоисцеления человека. Позволяет самостоятельно ликвидировать многие болезни, считающиеся неизлечимыми. Автор популярнейших книг «Биолокация для всех», «Многомерная медицина» (в 2008 г. вышло 20-е(!) издание этой книги) и др.

#### 7 декабря (воскресенье), 11:00 – 18:00.

Лисси МУССА: Сделаем из Тушки Фигурку.

Автор знаменитой игровой психотренинговой системы «ОК`сЮМОРон», позволяющей устроить жизнь по своему желанию, хотению и велению, известная московская художница, журналист, психолог. Автор книг «Сделаем из Тушки Фигурку», «Полное руководство по Выделке Собственной Шкурки», «3000 способов не препятствовать удаче» и др.

#### 13 декабря (суббота), 11:00 - 18:00.

# **Юрий ВИЛУНАС:** Практический курс «рыдающего» дыхания.

Создатель уникальной дыхательной методики. Сердечнососудистые заболевания, бронхиальная астма, язвенная болезнь, онкология и многие другие «неизлечимые» болезни отступают перед природными механизмами оздоровления. Автор книг «Дыхание, несущее здоровье», «Рыдающее дыхание против диабета» и др.

#### 14 декабря (воскресенье), 11:00 – 18:00.

#### **Иван НЕУМЫВАКИН: Резервные возможности орга**низма.

Доктор медицинских наук, профессор, расскажет о том, как победить многие болезни, и в этом не помеха ни ваш собственный возраст, ни «возраст» вашей болезни. Автор книг «Перекись водорода», «Эндоэкология здоровья» и др.

#### Каждому пришедшему ПОДАРОК – биотренажер АНТИСТРЕСС-РЕДОКС!

Творческие встречи и семинары состоятся в КОНФЕ-РЕНЦ-ЗАЛЕ Российской Государственной Библиотеки (м. «Библиотека им. Ленина», ул. Воздвиженка, 3/5, 3-й подъезд).

АБОНЕМЕНТЫ и БИЛЕТЫ можно приобрести в театральных кассах метро и города, а также в ресторане «Джаганнат» (т.628-3580), магазине «Помоги себе сам» (т.179-1020) и в магазине «Белые облака» (т.621-6125). Информация по тел: 964-1354 и 748-3033 (круглосуточно).

Уже сейчас Вы можете забронировать билеты на Фестиваль, написав по e-mail: info@beztabletok.ru

# СТЕВИЯ – БОЖЕСТВЕННЫЙ РОСТОК

Время стевии пришло, о ней должны знать все. Вот уже более 60 лет стевия, как совершенно безвредный, натуральный заменитель сахара, выращивается во всех странах Латинской Америки, а также в странах Азии, Европы, Китае, Японии, в России, Молдавии, Украине, Грузии, Азербайджане, Абхазии, Южной Осетии.

В диком виде стевия растет в субтропических влажных горных районах Бразилии, Парагвая, Боливии. Местным жителям – индейцам, стевия была известна более 2000 лет назад. Это доказывают археологические раскопки. Местные племена ревностно хранили секрет медовой травы, и только в начале прошлого столетия она стала известна в Западной Европе немногим ботаникам, и получила научное название Стевия Ребаудиана.

Индейцы использовали листья стевии для подслащивания чая. Достаточно нескольких листочков, чтобы чай был сладким. Сухие перетертые листья употребляли с любой пищей, посыпая ее порошком, особенно при какихлибо недомоганиях.

Стевия – многолетнее растение, претендует на роль универсального средства против самых различных недугов, с которыми так или иначе приходится сталкиваться каждый день.

Стевия - это спасение для тех, кто любит сладкое, но боится за свою фигуру и вес. Это растение - мед, но, в отличие от привычного меда, сахара, его нельзя назвать «белой смертью». Стевия -многолетнее травянистое растение семейства сложноцветных, на родине ее стебли каждый год отмирают и снова возрождаются из корневых почек, в еще большем количестве до 10-15 штук. Растут высотой от 80 до 130 см. Самой первой страной, признавшей зеленую целительницу, была Япония. В 1945 году после атомной бомбардировки городов Хиросимы и Нагасаки японцы искали растение, которое смогло бы выводить радионуклиды и тяжелые металлы из организма. Нашли это растение в 1946 году в Парагвае и Боливии, а с 1949 года его начали выращивать в теплицах.

Изучением свойств и безвредности, нетоксичности стевии занялось более 120 лабораторий и институтов. В 1950 году, сознавая огромное лечебное и профилактическое значение стевии и ее совершенную безвредность, правительство Японии занесло стевию в

программу «спасения нации», запретили вывозить из страны. Наряду с ис-

пользованием непосредственно сырых и сушеных листьев был получен из растения продукт (белый порошок), который оказался в 350 раз слаще сахара, но в отличие от сахара не имеет калорий и при употреблении уровень глюкозы в крови не повышается.

Стевия стала идеальным натуральным нетоксичным заменителем сахара. Вполне естественно, что полезная «диковинка», как только открыла себя миру, так сразу стала популярной и на территории бывшего СССР. За последнее десятилетие продукты питания и лечебные средства на основе стевии появились и в Рос-

сии. В XXI веке очень модным стало увлечение очищением организма. Очень много методик разработано в ККОО «Академия развития родовых усадьб — Озарение», под руководством Грачева А. В.

Американские медики называют более 100 причин, по ко-

торым избыток сахара очень вреден для здоровья. В 2002 году эксперты из 30 стран определили предельную норму потребления сахара в сутки – не более 50 граммов. Сладкое нужно организму человека для регуляции скорости протекания биологических процессов в организме, выработки особых биологических веществ – эндорфинов, которые способствуют наличию хорошего настроения, чувства счастья.



Стевия в переводе с языка народа Майя означает «Медовая трава». В народном фольклоре парагвайских индейцев, так звали девушку, для которой судьба ее народа оказалась дороже собственной жизни. За преданность, мудрость, чистоту и любовь к людям боги подарили стевии бессмертие, а в придачу эту золотую тра-



ву на счастье, здоровье, силу и вечную красоту. Индейцы из племени Гуарани еще две тысячи лет назад, когда люди не знали сахара, листьями стевии медовой подслашивали напиток матэ. В XVIII веке португальские колонизаторы заметили, что местные племена индейцев при любом недомогании часто используют чай матэ со стевией медовой. В Европе эту траву засекретили и использовали при царских дворах Лиссабона и Мадрида. Знали о медовой стевии только царские врачи, королевские семьи и приближенные особы, узкий круг. В конце XIX века бразильский ботаник Антонио Мойсес Бертони «открыл» стевию уже для всех, давший ей научное название как стевия ребаудиана (stevia rebaudiana). В тридцатых годах XX века два французских химика Бридел и Ловель вновь начали разгадывать тайну полезных свойств стевии медовой. Из выделенного экстракта им удалось получить чистое белое кристаллическое вещество, которое было названо «стевиозид» (слаще сахара более чем в 350 раз!).

Всем желающим бесплатно вышлю подробную информацию о целебных свойствах стевии. От вас конверт с о/а. Контактные телефоны: 8 (918) 477 24 48; 8 (86145) 7-18-84. E-mail: harchuk2002@mail.ru.

Почтовый адрес: 353743, Краснодарский край, станица Ленинградская, улица Красная, дом 118. Харчук Юрий Иванович.

# народная экспертиз

# полезные продукты

Молоко - равно как и кисломолочные продукты очень полезны для организма. В молоке содержится столь необходимый организму кальций, укрепляющий кости. Беременным женщинам рекомендуется в день обязательно выпивать стакан молока для поддержания уровня кальция. Кисломолочные продукты, вернее бактерии, в них содержащиеся, нормализуют работу желудочно-кишечного тракта. Обезжиренное молоко содержит рибофлавин (витамин В), который нужен для хорошего зрения и вместе с витамином А. может помочь предотвратить экзему и аллергию. Плюс к этому кальций и витамин D. Одна порция содержит 86 калорий, 0 жиров и 0 клетчатки.

Петрушка огородная - имеет выражен-

ное мочегонное действие, оказывает положительный эффект при нарушениях менструального цикла, используют при цистите, мочекаменной болезни, воспалении предстательной железы, маточных кровотечениях, болезнях печени, неврозах различного происхождения. Важный поставшик витамина С в организм.

Перец стручковый - способствует укреплению кровеносных сосудов, выведению холестерина, имеет выраженное антисклеротическое действие, предупреждает повышение артериального давления. Сок сладкого перца издавна известен как противоцинготное средство, способствует укреплению волос и ногтей, улучшению работы сальных желез и слезных протоков

Ревень - использовали в медицине прошлого как нежное слабительное, для лечения гипоацндного гастрита, заболеваний печени и мочевого пузыря, туберкулезе, малокровии, склерозе.

Репа огородная - широко использовали в медицине прошлого как противокашлевое при остром ларингите и бронхиальной астме, наружно использовали корнеплоды при подагре и для полосканий при зубной боли.

Огурец – соотношение минеральных солей в его соке столь удачно, что он способствует растворению молочной кислоты и оказывает регулируюшее разгрузочное действие на работу сердца, печени, почек. Является сильным стимулятором выделения желудочного сока.

Орехи - богаты как витаминами, так и минералами. Они повышают потенцию у мужчин и либидо у женщин - эдакая природная виагра. Орехи также полезны для работы сердца, для зрения, на 25-30 процентов снижают риск заболевания сахарным диабетом. Орехи могут служить как дополнительным ингредиентом блюда, придающим ему пикантность, так же и самостоятельной закуской, позволяющей «заморить червячка».

Оливки - как черные, так и зеленые оливки обладают массой полезных для организма питательных веществ, витаминов и микроэлементов. Так. например, оливки особо щедры на витамин Е, а также на железо. Оливки можно есть как самостоятельное блюдо (черные оливки. сбрызнутые лимонным соком и посыпанные красным перцем крупного помола особенно хороши к завтраку, например), так и в блюдах (несколько оливок придадут пикантности рассольнику, добавят тонкого вкуса салату). Полезно употреблять также в пищу и оливковое ма-

> сло. Старайтесь все салаты делать на его основе. Кроме полезных свойств оливки, как продукты питания, обладают и эстетическими способностями - ими можно очень красиво украсить любые блюда.

Свекла столовая - стимулирует работу лимфатической системы, способствует росту, образованию крови, укреплению капилляров, снижению кровяного давления и количества холестерина в крови, улучшению работы печени и почек.

Сельдерей пахучий - поднимает общий тонус организма, повышает работоспособность, сильное средство при заболеваниях почек - нефрите и мочекаменной болезни, при воспалении предстательной железы, болезненных менструациях, крапивнице, дерматитах, нарушениях пищеварения.

Сливы – помогают при анемии, богаты витамином С.

Совет: употребляйте свежие сливы в качестве десерта или пеките сливовый пирог -

слива не теряет своих полезных свойств при тепловой обработке. Свежую сливу можно заменить черносливом.

Тыква обыкновенная - стимулирует и очищает печень и почки, улучшает функцию желчного пузыря, улучшает моторную функцию кишечника, способствует выведению из организма холестерина. Помогает при заболеваниях простаты.

Зеленый чай - это не просто дань моде, это очень полезно для здоровья. Зеленый чай снижает риск инсультов, улучшает иммунную систему. Конечно, речь идет не о чае в пакетиках. Чтобы пить действительно полезный и ценный для здоровья напиток, покупайте только рассыпной чай и желательно произведенный в тех странах, где запрещено

использование химических добавок.

Цветная капуста - эта представительница семейства крестоцветных, помогает работе печени. И полезна для больных артритом.

Совет: употреблять несколько соцветий в сыром виде каждый день. Если вас беспокоит специфический вкус, можно заменить цветную капусту ее ближайшей родственницей - брокколи.

Рыба – этот продукт полезен уже тем, что уменьшает вероятность возникновения ишемической болезни сердца. Кроме того, присутствующие в жирной рыбе в большом количестве ненасыщенные жирные кислоты являются хорошей преградой для оседания холестерина, поступающего в организм вместе с другой пищей. Старайтесь, если не полностью заменить мясо рыбой, то уж хотя бы чаще включать в свой рацион рыбные блюда.

# COBET 61 HAWEED BPEMEHN

### ИНФОРМАЦИЯ НА ВСЯКИИ СЛУЧАИ

#### Что пить?

Кофеин – это стимулятор, который воздействует на сердце и центральную нервную систему человека, а также увеличивает кровяное давление на короткий

срок. Эффект воздействия кофеина на кровяное давление особенно заметен, если кофе употребляется в больших количествах или очень чувствительными людьми: потребителям с постоянно повышенным кровяным давлением, гипертоникам и беременным женщинам. Им вообще не рекомендуется употреблять напитки, содержащие кофеин.

#### Кофе

В Великобритании 80% взрослых пьют кофе.

Кофе увеличивает риск появления ишемической болезни сердца, включая повышение кровяного давления и повышение уровня холестерина в крови.

Но у кофе есть и свои плюсы. Исследования ученых определили, что кофе способен умень-

шить риск развития желчных и почечных камней и колоректального рака.

Определение безопасного количества потребления кофеина зависит от типа кофе и чувствительности человека к препарату.

Кофеин имеет очень слабый мочегонный эффект, поэтому после чашечки кофе рекомендуется выпить стакан воды.



#### Чай

В Великобритании выпивается примерно 196 000 000 чашек чая в день. То есть, в среднем, англичанин выпивает 80 000 чашек чая за всю свою жизнь.

Чай помогает нам восстанавливать потерянную организмом жидкость и понижает риск заболевания ишемической болезнью.

Чай содержит антиокислительные вещества, которые называются флавонидами. Это означает, что чай помогает замедлить или предотвратить химические реакции, приводящие

к ишемической болезни сердца.

Но не стоит забывать, что вода все еще является лучшим способом регидратировать (восстановить) наши потери воды в организме.

#### Зеленый чай

Зеленый чай полезен для здоровья, он уменьшает уровень холестерина в крови. Но мнения по поводу эффективности зеленого чая разделяются. Согласно одним исследованиям: зеленый чай не оказывает никакого эффекта на здоровье. А согласно другим опытам: у лю-

дей, часто потребляющих зеленый чай, уровень содержания холестерина в крови низкий.

Но в действительности, нет никаких официальных научных подтверждений полезности зеленого чая.

# ПЕРМАТИТ

В детстве у меня был сильный диатез, одежда прилипала к мокрому телу, руки – в волдырях, которые я расчесывала.

Мои родители бегали по врачам, искали целителей, даже к одной деревенской знахарке приезжали. Что они только не перепробовали – ванночки с чередой, картофельным крахмалом. чистотелом, крапивой, дома убрали все, что могло вызывать аллергию ковры, синтетические подушки. Врачи даже поставили диагноз, что это не диатез, а экзема. Облегчения не приносило даже гомеопатическое лечение. Мазь с серой, питание одной только гречкой и яблоками, и молоко парное от деревенской коровы, -это единственное немного облегчало зуд и снимало красноту кожи, но эти меры, к сожалению, оказывались тоже временными. Я и мои родители мучились так до моих 4 лет, к этому времени у меня даже отекли лимфатические узлы, начал цепляться постоянный насморк. Помощь пришла от деревенского фельдшера.

Однажды родители сняли дачу, т.к. и врачи, и бабки советовали, что меня надо ежегодно поить парным козьим молоком и вывозить на чистый воздух. Хозяйка дома, где мы жили, посоветовала нам обратиться к местному фельдшеру: «Пусть посмотрит ребенка. Этот врач от многих болезней деревенских наших вылечил, ведь его мать была известной в наших краях травни-

Врач сразу понял, что надо делать. По его совету мои родители быстро приготовили мазь и смазывали все мои красные и зудящие и отечные места: ноги, голову, щеки.

Облегчение пришло не сразу, мы лечились так года полтора, но все мокнущие раны одна за одной подсыхали, одутловатость рук и зуд исчезли навсегда. С тех пор у меня чистая и гладкая кожа. Рецепт этой мази пригодился и моей знакомой по работе: у них мальчик годовалый страдал диатезом. При помощи этой мази диатез этого малыша был преодолен за 6 мес.

Я привожу этот рецепт в точности, как записали его мои родители: 5 свежих яиц разбить в глиняную или фарфоровую посуду, добавить 3 ч.л. нашатыря (хлористого аммония), еще добавить 1/4 стакана стерилизованного подсолнечного масла, хорошо все перемешать. Пропитать этой мазью марлю или бинт, наложить на пораженные места и сверху закрепить х/б тряпкой. Повязки менять 2-3 раза в день. Хранить свежую мазь в холодильнике не более 3-х дней, затем готовить новую.

**Щербакова С.М., г. Старая Купавна Московской обл.** 

# БОЛЬ ЛЮДСКАЯ

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Прошу откликнуться тех людей, которые смогли справиться с проблемой нежелательных волос. Перепробовали много рецептов, но ничего не помогает. Очень мучаюсь с этой проблемой. Заранее спасибо.

125008, г. Москва, Бульвар Матроса Железняка, 16/7-28. Инна.

Здравствуйте, уважаемая редакция газеты «Бабушкины рецепты»! Прошу вас и читателей газеты, врачей, травников помочь мне. В сентябре 2007 г. после уборки картофеля отказали сразу обе ноги, была страшная боль. Когда сделали томограмму, сказали, что остеохондроз деформировал весь позвоночник. Лежала в стационаре, чего только не делали, но легче не стало. Была на консультации в Краснодаре, там поставили диагноз: коксоартроз тазобедренных и коленных суставов III степени. Что только не пила, какие только мази не мазала, но улучшения нет. Сейчас болит весь позвоночник, головные боли, ноги совсем не ходят, боль в заднем проходе и во влагалище, адская боль во всех суставах, ноги натянуты, нет устойчивости, ерзаю из стороны в сторону. Сейчас пью препарат «Вобензим», голове стало немного лучше.

Очень прошу помощи у людей, может, кто знает, как избавиться от этого недуга народными средствами. Заранее буду благодарна.

352261, с. Благодарное, Краснодарский кр., Отрадненский р-н, ул. Октябрьская, 203. Чернышева К.П.

Уважаемые читатели! Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, процедуры изготовления лечебных снадобий, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о вашем здоровье или здоровье людей, которым адресован ваш рецепт!

#### ОЧИЩЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ ВАНН

Начало на стр.4.

#### Любовная ванна из тысячелистника

Одну из самых эффективных любовных ванн можно легко приготовить дома. Она готовится из листьев тысячелистника. Для приготовления ванны используйте только настой, а не листья, и примите ее в пятницу, утром до полудня. Суть действия этой ванны состоит в том, что с ее помощью вы ставите в известность Вселенную о своем ожидании любви. Оставайтесь в ванне 8 минут и окунитесь 6 раз. Принимая ванну, молитесь о том, чтобы у вас появился любимый человек, который любил бы вас так же сильно, как и

вы его. Разумнее молиться о любви того человека, который вам нравится.

#### ОРЕХОВЫЕ ВАННЫ

Для приготовления ванн можно использовать определенные сорта орехов. Процедура приготовления таких ванн отличается от процедуры приготовления ванн травяных. Ореховые ванны готовят, долго кипятя несколько орехов в кастрюле. По мере выкипания следует добавлять свежую воду и в ко-

нечном счете у вас должно получиться около литра отвара.

Для приготовления орехового отвара используются только стальные кастрюли. Кастрюли, сделанные из др. металлов, использовать нельзя, т. к. они изменяют действие ванны на противоположное. Ни ореховые, ни растительные ванны нельзя готовить в алюминиевой посуде. Алюминий – не природный материал, он выплавляется из руды, содержащей окись алюминия. Природа алюминия не сочетается гармонично с природой растений и орехов, которые вы хотите использовать.

#### Мускатный орех

Растертый мускатный орех, добавленный в чай, делает людей более внимательными во время общения. Говорят, что он приносит удачу, но на самом деле он удаляет негативные мысли, которые делают вас неудачниками. Подобная ванна помогает во время стресса, в преддверии важного разговора. Ее можно использовать в ожидании важной беседы с коллегой, а также перед разговором о семейных делах с родственниками, которые, как вы чувству-

ете, не собираются откликаться на ваши предложения. Вам следует принять и тогда, когда вы неуверенно себя чувствуете. Вылейте чашку настоя в ванну. Оставайтесь 10 мин. и окунитесь 8 раз. Вы можете молиться о твердости и силе, которые вам необходимы для достижения цели.

#### Ванна из грецких орехов

Ванна из грецких орехов – очистительная. Она способствует разрыву отношений с другими людьми. К этой ванне следует подходить ответственно. Вскипятите 6 неочищенных грецких орехов в железной кастрюле в течение трех часов, добавляя воду, когда потребуется. Можете начать с литра воды, но по мере выкипания придется долить

еще. Вылейте отвар в наполовину заполненную ванну, принимайте 8 мин., окунитесь с головой 7 раз. Молитесь о завершении запутанных отношений.

#### Миндальная ванна

Если хотите стать более любвеобильным, то можете попытаться раскрыть свою любящую натуру, принимая миндальные ванны.

Вскипятите 6 неочищенных миндальных орехов в стальной кастрюле. Принимайте ванну 6 мин., погружаясь

каждую минуту, чтобы было всего 6 погружений. Вы должны молиться о том, чтобы раскрыться для любви и увеличить свою способность любить других, даже тех, кто вас ненавидит.

#### Ванна из фундука

Фундук дает мудрость и. приняв такую ванну, вы получите стимул к умственной деятельности. Но важнее то, что она поможет вам в течение нескольких дней сохранять духовную чистоту. Эту ванну можно использовать при депрессии, неспособности сосредоточиться, путающихся мыслях, необычных проблемах с речью и общением.

Число орехов на ванну 9 штук. Принимайте ванну 9 мин. и окунитесь с головой 9 раз. Как вы знаете, что число 9 — символ мудрости. Молитесь о ясности мыслей или о выходе из нежелательного для вас умственного состояния.

Будьте здоровы! **Н. С. Козымаева, 654018, г. Новокуз- нецк, а/я 1243.**