

Александр Кородецкий
Сабельник – болотный целитель



От редакции

Александр Владимирович Кородецкий – известный Петербургский фитоэнергетик – родился в 1961 году в Ленинграде. После окончания с красным дипломом одного из технических вузов работал в физической лаборатории, исследующей физику полей. Все складывалось в его жизни вполне благополучно. Но неожиданно очень тяжело заболел близкий ему человек. Диагноз неутешительный – артрит коленных суставов. Болезнь прогрессировала. И Александр, оставив защиту кандидатской диссертации, «поневоле» принялся за изучение народной медицины.

Так была predetermined его судьба. Около года он под руководством деревенского травника изучал секреты фитоцелительства.

Впоследствии Александр стал изучать методы нетрадиционной медицины самостоятельно, встречался с учениками Валентины Михайловны Травинки, Ларисой и Глебом Погожевymi. Является последователем и приверженцем учения Болотова. Его знания не пропали даром, он смог помочь не только своему близкому человеку, но и многим другим людям. А его специальность «физика полей» помогла ему научиться определять места положительных энергетических выбросов.

Сейчас он является практикующим травником, каждую весну и каждую осень проводит на болотах, заготавливая корни сабельника и другие травы. Летом Александр объезжает глухие места нашей области в поисках новых мест, пригодных с экологической и фитоэнергетической точек зрения для сбора лекарственных растений. Именно там, руководствуясь лунным календарем, заготавливает свои целительные травы Александр и рассылает их людям.

В настоящее время Александр занимается проблемами сохранения энергетики растений при заготовке сырья и приготовлении лекарственных препаратов. «Найти места силы и собрать травы – это полдела, главное – сохранить бесценную фитоэнергетику и приготовить лекарственный препарат таким образом, чтобы эффективность его была максимальна» –

говорил Александр в одном из своих интервью.

Более того, Александр составляет свой травник, тщательно изучая и исследуя не только дикорастущие, но и домашние растения, составляя собственные уникальные рецепты.

Его неумная энергия и удивительная работоспособность позволяют ему не только отвечать на письма людей, высылать им лекарственное сырье, изучать целебные растения, готовить уникальные лекарственные препараты, но и делиться своим опытом с читателями.

Несколько лет назад фитоэнергетик А. Кородецкий написал очень нужную тысячам людей книгу «Как справиться с артритом и артрозом». Кто страдает этими недугами, хорошо знает, что боли в суставах могут отравить человеку жизнь, могут заставить его отказаться от любимого дела, сделать его жизнь совершенно невыносимой. Но можно победить это заболевание, если воспользоваться описанной в этой книжке программой «Живые суставы». Физические упражнения, средства народной медицины, обращение к Радужному сознанию – все это поможет вернуться к полноценной жизни. Сейчас эту книгу разыскать очень трудно. Однако Александр готовит ее дополненное и переработанное издание, куда вошли не только новые народные рецепты от артритов-артрозов, но и очень действенные методики лечения этих заболеваний, в частности с помощью уксуса Болотова и др. Кроме того, из-под пера А. Кородецкого вышли другие замечательные, остроумные и очень живо написанные книги: «Чеснок-целитель», «Лук-целитель», настоящие народные бестселлеры – «Золотой ус против ста болезней», «Новые тайны Золотого уса», готовится новая книга «Стевия – шаг в бессмертие».

И автор, и редакция прикладывают все усилия к тому, чтобы вы, дорогой читатель, почувствовали: мы любим вас, мы заботимся о вас, мы хотим вам помочь! Пишите нам, задавайте вопросы, высказывайте свое мнение. Ждем ваших откликов по адресу:

194044, Санкт-Петербург,

Большой Сампсониевский пр., д. 29, лит. «А»,

издательство «Питер», редакция популярной литературы.

Введение

Сабельник, или Золотой болотный ус

Не так давно я написал две книжки об удивительном растении золотой ус. Каллизия, как еще называют этого зеленого целителя, относится к одним из тех потрясающих творений природы, которые могут помочь от ста болезней. Интерес к книгам небывалый! Вроде бы мне, как автору, радоваться. А мне было грустно. Отчего? Да ведь то растение, о котором я писал и которым сейчас увлечены, не побоюсь сказать, десятки, если не сотни тысяч людей в нашей стране, – пришелец из далекой Мексики, экзотическое растение. А что у нас в России, неужели нет своей чудо-травы? Да конечно есть! И знаем мы все о ней давно. И пользуемся ею, да еще как. А вот книги про нее нет. Тот, кто знаком с моим творчеством, знает, что я, о чем бы ни писал (о луке ли, чесноке, каллизии), всегда несколько страниц уделяю сабельнику болотному (декопу).

□

Сабельник – это наше родное, может, и не столь экзотическое, растение по праву может называться золотым, как и каллизия. Наша природа скромная – леса да небесный ситец, у нас золотые усы только в горшках растут, по домам, зато у нас свой ус есть, болотный. И вовсе не хуже он далекого, заморского. А почему я называю сабельник болотным усом, так это просто объяснить. Ведь главная его целительная сила заключена в корневищах (корнях). Они длинными усами неглубоко залегают в болотной почве, образуя нечто вроде подушки, которая поддерживает собой топкие почвы.

Валентина Ивановна, моя давнишняя знакомая, узнав о причинах моей грусти, сказала мне

буквально следующее: «А что вы, Саша, кручинитесь, за сабельник переживаете. Выход простой есть. Напишите книжку про него. Ведь вы 10 лет собираете про эту чудную траву материалы. И научные, и из газет, и письма про сабельник со всего света получаете. Сами его заготавливаете, сами сушите, сами страждущим отправляете. Чего только не научились делать с ним: и настойки, и чай, и ванны, и кислородные коктейли, и солите его, и ферментируете. А знают об этом только знакомые, да читатели небольших газет, посвященных целительству, в которых вы своим опытом делитесь. Так что давайте-ка садитесь за письменный стол и готовьте книгу о нашем русском целителе от 100 болезней».

Надо сказать, слова Валентины Ивановны упали, что называется, на подготовленную почву. Дело в том, что читательских писем на мои небольшие публикации о сабельнике болотном было столько, что я уже давно мечтал написать книгу про это растение. Ведь что ни письмо, то вопросы, вопросы... Людей интересует буквально все. Где растет сабельник, как он выглядит, когда и где его следует заготавливать, как правильно делать настойку, настои, чай. Кроме того, многие читатели делились со мной в своих письмах рецептами, рассказами о том, как сабельник помог больным, своими обобщениями и выводами. Без них эта книжка вряд ли состоялась бы. С одним из таких писем я хочу вас ознакомить.

//-- Мой главный целитель --//

Здравствуйте, Александр!

Меня все знакомые, друзья и близкие зовут просто Галчонок. Ну а по паспорту я Галина Васильевна Вовк. Мне всего 63 года, живу я в прекрасном городе Медвежьегорске. Я счастливая, молодая. Удивлены почему? А потому, что у меня есть друг, мой целитель и спаситель – сабельник болотный. Сначала он избавил меня от мучительных болей в спине и во всех суставах, даже самых маленьких. Всего полгода я пила настойку из корней сабельника. Всего полгода, а до этого я лечилась от своей болезни полжизни. А потом уже и совсем эта трава помогла мне очистить и омолодить суставы и позвонки. Я смогла делать то, что не могла себе позволить много лет: работать в своем огороде, ходить в лес за грибами, ягодами и лекарственными травами. А что, разве это не счастье? Потом и сила во мне появилась, я больше не болею простудами, цвет лица такой, будто я снова стала молодой. Собираюсь теперь себя в роли фотомодели попробовать. Вот и хочу поклониться в ноги болотной травке – сабельнику болотному. О нем давно ходят легенды, и как только его не зовут – и саблей здоровья, и отсекающим боль, и травой-огнецветом, и болотным рыцарем. Все названия бьют в цель! Ведь ни одно в мире лекарство, кроме сабельника, не в силах без осложнений снять страшную боль в суставах. А очищение организма, а чувство молодости? И все сабельник, мой спаситель и целитель!

Итак, отложив все дела, я засел за книгу. Из нее вы узнаете много нового, ведь то, о чем я пишу на этих страницах, публикуется впервые. Результат перед вами. А оценить его помогут вам ваше здоровье, молодость и красота, которые обязательно возвращаются ко всем тем, кто пользуется нашим скромным и незаметным целителем – сабельником.

Глава 1

Сабельник болотный на воле и в корзине

□

Моя судьба как человека и практика-травника самым причудливым образом переплелась, если можно так выразиться, с усами-корнями моего любимого декопа. Как же это произошло? Для этого надо хоть два слова сказать о себе.

Родился я в Ленинграде в 1961 году. Отец – военнослужащий, мать – программист. После

окончания одного из технических вузов работал в заводской лаборатории. Всерьез думал о диссертации. Но человек, как известно, предполагает, а жизнь располагает. Так случилось, что заболел близкий мне человек. Диагноз неутешительный – артрит коленных суставов. Болезнь прогрессировала. И тут, на мое счастье, в газете «ЗОЖ», дотоле мне неизвестной и прочитанной абсолютно случайно, мне попала статья о сабельнике. Особенно меня поразили отклики читателей на публикации об этом растении. Я понял, наверное, каким-то шестым чувством, что это именно то, что мне надо. Так была предопределена моя судьба. С тех пор каждую весну и каждую осень я провожу на болотах Карельского перешейка, заготавливая корни декопа. Летом тоже не скучаю – приходится объезжать самые глухие места Ленинградской области в поисках новых мест, где растет сабельник.

Сабельник и места силы

Места, в которых я заготавливаю декоп, должны соответствовать моим представлением о хрустальной экологической чистоте, фитоэнергетической силе мест сбора лечебной чудотравы (что такое фитоэнергетика, я еще вам расскажу). Ведь собирать сабельник надо, руководствуясь жесткими и неукоснительными правилами. Иначе польза от сабельника будет такая же, как от покупного консервированного йогурта, то есть никакая или чрезвычайно малая.

Кроме того, я собираю сабельник, понимая и чувствуя болото, ведь на одном месте можно взять лишь ограниченное количество этого растения, поскольку декоп – многолетник и является болотообразующим растением, то есть он накрепко входит в экосистему болота. А даже небольшое нарушение ее равновесия может просто-напросто погубить природу.

Однако хочу вернуться к тем уже далеким временам, когда, ободренный статьей в «ЗОЖе», я попал в места, где, как мне было известно наверняка, рос сабельник. Каково же было мое разочарование, когда после долгих поисков я ничего не нашел. Я ходил в полной растерянности по тем местам, в которых должно было расти это растение. В недоумении я смотрел на аккуратно перерисованный из справочника рисунок сабельника и читал и перечитывал переписанную страничку из фитосправочника:

Сабельник болотный, или декоп, – одно из первых растений, участвующих в зарастании мелководных водоемов. Его длинные деревянистые корневища протягиваются на несколько метров и, образуя плотные сплетения, выдерживают вес человека. На этих корневищах образуются дочерние растения. Переплетения корневищ сабельника создают на топких местах, сплавах основу для поселения других растений. Его часто можно встретить на заболоченных мелководьях (со стоячей водой), болотах, торфяниках, сырых лугах, в тундре.

Понятно, что бродил я не по тундре, но именно по тем местам, которые были указаны в справочнике, – по болотам моего родного Карельского перешейка.

Но вот что удивительно: сабельника не было! Я было заподозрил, что он попросту вывелся в наших местах. И может, сделав это заключение, я бросил бы искать это таинственное растение.

И все же мне посчастливилось встретить в тех глухих местах стариков, которые и показали наконец, каков же он из себя, этот сабельник. Конечно, сейчас, когда об этой траве много пишут, когда ее можно купить в аптеке, незнающему человеку, возможно, отыскать его будет куда легче. А я тогда намаялся. Но нет, как говорится, худа без добра. Ведь если бы я тогда сразу же отыскал сабельник, то не познакомился бы с теми замечательными людьми, которые не только показали мне это растение, но и много рассказали о нем, многому научили. Их бесценные советы стали основой, фундаментом моих немалых нынешних знаний о чудо-лекаре – сабельнике болотном.

В своей предыдущей книге, «Новые тайны Золотого уса», я писал о том, что вырастить любое растение на подоконнике не так уж просто, нужно учитывать множество факторов и обеспечить ему полноценный уход. Мало того, уход этот различен в разное время года, да еще и положение Луны учитывать необходимо. Казалось бы, с дикорастущим растением все гораздо проще. Пришел себе на болото, нашел сабельник и рви его, сколько хочешь. Так, да не так. В заготовке лекарственного сырья тоже есть свои сложности, да еще какие! Во-первых, разные части растения следует собирать в разное время, да и состояние Луны учитывать приходится (об этом вы узнаете из главы 2). А во-вторых, мой сбор сабельника еще сложнее. Я ведь не могу собирать лекарственное сырье где попало, а в поте лица своего отыскиваю места, где сосредоточена особая энергия. Только на таком болоте вырастет сабельник, обладающий особой целительной фитоэнергетической силой. Далеко мне приходится заходить для поиска лечебного сырья. Ну так и игра стоит свеч, ведь и целительные способности у моего сабельника невероятные.

Сабельник в природе

Сабельник болотный растет на болотистых местах, по берегам лесных озер. Декоп достигает метра высотой. Листья у него удлинённые, с зубчиками, может, поэтому его и назвали сабельником. Чашечка цветка декопа – темно-пурпурного цвета, поэтому растение это называют еще и травой-огнецветом.

Стебель у сабельника ветвистый, лежачий, укореняющийся. Листья непарноперистые, из 5–7 удлинённо-ланцетных листочков, верхние – тройчатые; листочки сидячие, с пильчатым краем, слегка красноватые. Сверху листья голые и темно-зеленые, снизу – густо опушенные, сизые. Листья растения похожи на листья земляники садовой, только они более продолговатой формы, и на черешке их бывает по 7 штук.

Темно-пурпурные лепестки с такого же цвета чашелистиками выглядят очень эффектно, они напоминают пурпурные звездочки. Цветы, собранные в очень рыхлые ложные зонтики, украшают растение в июне – июле. Плоды – семянки, многочисленные, сухие, голые, зеленовато-коричневые, сплюснутые, с нитевидным боковым столбиком, вдвое превышающим длину семянки. Надеюсь, что после этого подробного описания вы, дорогие читатели, легко сможете отличить сабельник от других болотных обитателей.

Конечно, я влюблен в это растение, но, честное слово, оно того стоит. Кстати, не только я отдаю должное сабельнику. Поэт В. Г. Рубцов посвятил этому растению строки:

На болотном лугу у воды
Поселилась трава-огнецвет,
У нее необычны цветы,
Их окраска – природы секрет.

//-- Сабельник Залесова --//

Следует отметить, что новосибирские ботаники-ученые Центрального сибирского ботанического сада Российской академии наук отметили еще один вид растения – сабельник Залесова (лапчатка Залесова). Это полукустарник до 1 м высотой с перистыми серебристыми листьями и крупными белыми цветками. Растет на Алтае, в нижних частях альпийского пояса, по каменистым, щебнистым склонам гор и моренам. Цветет в июне и июле. Очень красив. Сабельник Залесова применяли охотники в виде чая, который хорошо снимает усталость, имеет тонизирующие свойства, придает силы.

Как тебя зовут, сабельник?

По-научному название сабельника болотного звучит так: *Comarum palustre* он же лапчатка болотная – *Potentilla palustris*. Семейство розоцветных – *Rosaceae* Juss.

А вот то, что народных названий у сабельника десятки, говорит о том, что это лекарственное растение было очень популярным у наших предков. Как только не называли это удивительное растение: болотник, пятилистник бры-лена, гвоздички, декоп водяной, диконт, земляника болотная, золотник, бутоновы ножки, пабо, мятница, матица, огирошник, огнецвет обыкновенный, огневец, ожевник, пятилистник большой, пятипалочная трава, пятипалочник, пятиперстница, раковник, растопырка, болотная роза, рябинник горький, рябинник, рябинник луговой, сабельник раменный, краска, суставка, серебряк, сухо-ягодник, сухолом, волчье тело, заячьи ушки, чеснок коневой, дикая малина, гребник, лапчатка болотная.

Растение произрастает почти по всей европейской части России, на Украине, в Белоруссии, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири. Общее распространение: Западная Европа, Скандинавия, Монголия, Китай, полуостров Корея, Япония, Северная Америка. С лекарственной целью используются трава (стебли, листья, цветки) и корневища с корнями.

Какие вы, болотные усы?

Меня часто спрашивают, почему корни сабельника болотного так странно выглядят. Находятся даже те, кто сомневается в том, что именно корни являются правильно заготовленным лекарственным сырьем. Признаться, мне очень обидны такие подозрения. Я имею определенную репутацию и дорожу ею. Чтобы разрешить все проблемы, хочу обратить внимание на то, что для приготовления лечебных препаратов, в том числе и «настойки Кородецкого», используются не корни, а корневища сабельника. К сожалению, чаще всего в народе их называют корнями, из-за этого и происходит великая путаница.

Корневище – видоизмененный подземный побег (стебель) растения. От корневища отходят достаточно тонкие корешки. Именно этим объясняется внешнее сходство высушенных корневищ со стеблями.

Позвольте обратить ваше внимание на то, как должны выглядеть правильно заготовленные корневища. Это полые одревесневшие трубчатые побеги коричневого цвета. Окраска может колебаться от золотисто-коричневой до почти черной, в зависимости от условий произрастания растения и глубины погружения. Внутренняя полость (как у тростника) необходима корневищам для запасания кислорода. В противном случае подземные части растения сгнили бы. Все водные или болотные растения обязательно имеют воздушные полости в подземных частях.

Как же отличить надземную и подземную части растения, спросите вы. Очень просто. Во-первых, от узлов корневища будут отходить маленькие корешки. Во вторых, стебель имеет зеленоватый оттенок. В-третьих, на нем вы не обнаружите видоизмененных листьев-чешуек.

Надземная часть растения также является лекарственной. Во многих случаях для приготовления лекарственных препаратов используется все растение целиком. Заготавливать разные части растения следует в разное время. Это зависит от сезона и лунных дней, но об этом я расскажу чуть позже.

Глава 2

Сабельник на болоте, а Луна в небе



В своей книге «Новые тайны Золотого уса» я подробно рассказал о выращивании этого

удивительного растения, приготовлении из него лечебного сырья. Причем все эти действия я связал с лунным календарем. А мой друг Николай, прочитав книгу о золотом усе, посмеиваясь в усы (в свои, конечно, а не золотые), стал меня допекать язвительными вопросами: «Ну и как? Не забывает луна поливать ваши растения? А вовремя ли она напоминает, когда целительную настойку принять надо?» Разговор этот проходил дома у Николая, на кухне. А кухня, надо сказать, у него замечательная, вся увешана-украшена сухими букетами, которые делает Наталья, жена моего друга. Но, несмотря на такую уютную кухню, я было рассердился на Николая.

Высмеивать все вокруг куда легче, чем попытаться выслушать другого человека, попытаться понять, что он говорит. Однако Наталья быстро уладила конфликт. Она поставила на стол такие вкусные пампушечки (а я их, признаться, обожаю), да еще полила их деревенской сметанкой, что сердце мое оттаяло (ну не могу я на друга долго сердиться). Поэтому я решил, вместо того чтобы обижаться, толково и коротко рассказать, почему все-таки уже тысячи лет человечество понимает, что вся наша жизнь и многие явления связаны с нашей прекрасной Луной.

Луна, птицы и бессонница

А начал я свою маленькую лекцию о Луне с информации о том, что, согласно последним исследованиям биологов, поведение животных и птиц ориентировано именно на фазы Луны. Так, например, птицы строят свои гнезда только при определенных положениях Луны. Почему? На этот вопрос ни один ученый пока не дал толкового ответа. А вот то, что поведение и настроение человека зависит от Луны, известно всем. Николай усмехнулся, пробормотал: «А вот мне неизвестно», и только он собрался съязвить, как вмешалась Наталья: «Ну ребята, ведь точно! Как полнолуние, так у меня бессонница и сны плохие».

Действительно, даже самых здоровых людей бессонница и тяжелые сны мучают именно в полнолуние, именно на это время приходится обострение психических заболеваний и такое необычное проявление человеческой психики, как лунатизм.

Лунный календарь

Существует шесть основных лунных состояний: новолуние, растущая Луна, полнолуние, убывающая Луна, положение Луны в зодиаке, число лунного месяца. Лунный месяц длится 29,53 земных суток. За это время Луна начинает и заканчивает свое движение относительно Солнца. Такой синодический месяц делится на фазы. Внутри фаз существуют свои градации – лунные сутки.

Первые лунные сутки начинаются с момента новолуния до первого восхода Луны. Они могут длиться и 24 часа, и всего несколько минут. Надо сказать, когда в месяце нет 30 лунных суток, то он для нас является тяжелым и напряженным. Зато в таком месяце, говорят, наши сны оказываются вещими.

Скажи-ка, Николай, что такое Луна?

«Друг мой, Николай, скажи мне, что такое Луна?» – вот такой вопрос я задал своему приятелю, когда наконец справился с третьей тарелкой пампушечек. Николай выразительно посмотрел на меня и усмехнулся в усы. А я прошу вас, уважаемые читатели, не смеяться, поскольку вопрос-то не такой уж и простой. Мне вот кажется, весьма уместно напомнить о вечном спутнике Земли. Луна – спутник Земли, лишенный атмосферы, обращается вокруг нашей планеты на расстоянии 384 тысячи километров. Период вращения вокруг своей оси равняется почти 27 суткам, а вот полнолуние, так же как и новолуние, повторяется через 29 с половиной земных суток. Именно за это время Луна возвращается на свое место по отношению к Земле. Получается, что за земной месяц Луна проходит один знак зодиака,

знака, по которому отсчитывается информация, касающаяся человека, рожденного в определенное время, под определенным знаком зодиака. Кроме того, Луна, ее положение на небосклоне непосредственно воздействует на все, что проживает на нашей зеленой Земле.

Всем вам хорошо известно (даже Николай подтвердил, что он об этом слышал), что Луна обращена к Земле только одной стороной, той, которую мы можем наблюдать в полнолуние. Если Луна находится между Землей и Солнцем, то ее сторона, обращенная к Земле, находится в тени, поэтому мы ее не видим. Луна в новолуние в течение 2–3 дней стоит в том же знаке зодиака, что и Солнце. В это время Луна, Солнце и наблюдатель на Земле находятся на одной линии. Время новолуния очень недолгое, но чрезвычайно мощное по воздействию на человека.

Растущая Луна

После новолуния, буквально через несколько часов, мы уже можем увидеть тоненький серпик, это и есть растущая Луна. То время, когда видна половина освещаемой части Луны, называется первой фазой, а то время, когда будет видна вся поверхность Луны, называется второй фазой Луны. Тут в мою лекцию вклинилась Наталья: «А я знаю. Если месяц похож на букву „С“, то Луна убывающая (стареющая), а если мысленно провести линию, которая будет касаться его рогов, и выйдет буква „Р“, то растущая». Вот какая умная жена у моего друга Николая (и пампушечки она готовит здорово!).

Тут-то я и хочу вам сказать то, для чего я вам с Николаем и его женой рассказываю о Луне:

Все вещества, которые мы принимаем для своего оздоровления, например лекарства или лечебные травы (конечно, в том числе и сабельник), лучше всего принимать при растущей Луне.

Однако, если дело касается онкологии, отеков, бородавок и папиллом (то есть того, что должно не расти, а уменьшаться), лечение лучше начинать на убывающей Луне.

А вот по общепризнанному мнению, чем больше растет Луна, тем хуже переносятся операции, сложнее идет заживление ран и послеоперационных повреждений.

Полнолуние и убывающая Луна

Когда Луна заканчивает свое обращение вокруг Земли, то наша планета оказывается между Солнцем и Луной. Причем Земля не может закрыть своей тенью Луну, слишком несоизмеримы размеры Земли и Солнца. Луна освещается Солнцем полностью. Несколько часов, когда полнолуние находится в своем «расцвете», каждый человек может это почувствовать на себе: наблюдаются бессонница, обострение болезней, ухудшение, а у некоторых, наоборот, улучшение настроения, снижение внимания (говорят, именно в это время происходит больше аварий на дорогах). А когда я все это сообщил, мой друг Николай меня в очередной раз удивил. Он вдруг с энтузиазмом произнес: «А я вот точно знаю, что именно в полнолуние чаще всего зачинаются дети и чаще происходят роды!» Жена Николая только головой покачала.

Я же хочу вам сообщить куда более важную информацию, чем у Николая:

Если вы не знаете, когда необходимо собирать лечебные растения, то делайте это в полнолуние.

За полнолунием начинается убывание Луны, ее сторона, обращенная к Земле, все больше и больше попадает в тень, пока не скроется в ней полностью (новолуние). Напоминаю, что серп

Луны в это время похож на букву «С» (старая).

Положение Луны в зодиаке

Солнце при взгляде с Земли примерно месяц находится в одном знаке зодиака, то есть располагается в определенном созвездии. Всего знаков 12. Луна, вращаясь вокруг Земли, также проходит определенный знак зодиака. Примерно 2,5 дня каждого месяца наш спутник находится в том или ином созвездии. Человечество накопило немалый опыт того, что следует, а чего не следует делать при том или ином положении Луны в зодиаке. Надо сказать, что при определенных положениях Луны в зодиаке лучше поддается та или иная хворь, поскольку в это время Луна дает усиление тому или иному органу или системе органов человека. Поэтому опытные травники, собирая одну и ту же траву, всегда учитывают положение Луны в зодиаке, чтобы потом врачевать этой травой то или иное заболевание.

Очищение по Луне

Поскольку в этой книжке я много говорю об очищении организма (это и понятно, ведь сабельник болотный – естественный природный очиститель), то хочу привести мнение специалистов:

Лечебные формы кратковременного очищения лучше всего проводить во время новолуния. Именно при этом положении Луны происходит наиболее интенсивное, полное очищение организма от шлаков. Однако не следует забывать, что перед полнолунием и в полнолуние нужно обязательно ограничить себя в потреблении пищи, особенно жирной, жареной и переваренной. Зелень, овощи, фрукты – вот та еда, которая требуется человеку в эти дни.

Лечение по Луне

При сборе трав многие травники учитывают, в каком знаке зодиака находится Луна. Однако для тех людей, которые лечатся, куда важнее знать, когда, согласно лунному календарю, лучше проводить лечение травами того или иного органа. Поскольку определенное положение Луны в зодиаке по-разному воздействует на различные органы тела, то одна и та же трава будет в разное время лучше действовать на определенный орган, лечить определенную хворь. Считается, что если лечение будет долгим, то и начинать его надо в соответствующем знаке. Я привожу сведения, собранные мною за много лет из различных книг, в которых говорится об усилении лечебных свойств трав при положении Луны в определенном знаке зодиака.

– Лучшее время для лечения мигреней, головных болей, оздоровления глаз – когда Луна находится в Овне.

– А вот если вы собираетесь лечить простудные заболевания, воспаление горла, ангину, то делать это надо в то время, когда Луна находится Тельце.

– Лечение болезней легких, растяжений мышц лучше проводить во время нахождения Луны в знаке Близнецов.

– Желудочные заболевания, болезни печени, желчного пузыря рекомендуется лечить, когда Луна находится в созвездии Рака.

– При Луне в знаке Льва лучше проходит исцеление сердечных заболеваний.

– Хорошо лечатся заболевания желудочно-кишечного тракта, поджелудочной железы при Луне в знаке Девы, а при Луне в Весах лучше лечатся болезни почек и мочевого пузыря.

– Болезни половых органов лучше лечить при Луне в Скорпионе.

– При Луне в Стрельце или в Водолее происходит усиление лечебной силы растений в

борьбе с болезнями вен.

– Артриты-артрозы, болезни костей, кожные заболевания лучше лечатся при Луне в Козероге.

– Нервные заболевания, болезни ног хорошо лечить при Луне в Рыбах.

Когда мой друг Николай услышал от меня эту информацию, то приуныл. «А что же, – грустно протянул он, – если у меня заболела голова, то надо ждать, когда Луна переместится в созвездие Овна? Так моя голова к этому времени отвалится, или все само пройдет». Таким образом, Николай продемонстрировал совершенное непонимание того, что слышит. Еще хорошо, что он ничего толком не запоминает, поэтому и не может воспользоваться различными советами, коих в разных книгах, которые он читает, множество. В лунных книгах говорится о начале траволечения по знаку зодиака и Луне. А если голова болит и еще что-то, то надо выполнять указания врача, а траву принимать ту, которую нужно. Вот и все.

Луна и сабельник

«И все же как ты, Александр, собираешь сабельник? Неужели идешь по болоту и глядишь в небо, как там Луна. Так ведь днем-то ее не видно!» – задал мне вопросик с подвохом Николай. На такой вопрос у меня есть и официальный ответ. Вот, пожалуйста:

Верхнюю часть сабельника болотного (траву) собирают в период цветения в новолуние. Именно в это время все силы и энергия, а также лекарственные вещества сосредоточены в наземной части растения. Я собираю траву сабельника в июне, в период цветения, на растущей Луне. Особенно много сырья стараюсь заготовить в новолуние. Это положение Луны соответствует в лунном календаре середине лета, а значит, наиболее благоприятно для сбора наземных частей лекарственных трав. [1 - Более подробно об этом написано в книге А. Кородецкого «Новые тайны Золотого уса» (СПб.: Питер, 2005).] Хорошо, что в это время ночи в Ленинградской области еще светлые.

А вот сбор корней и корневищ следует проводить осенью и в мае (до цветения), начиная с полнолуния, в фазу убывания Луны. Именно в это время все соки и энергия возвращаются в корни и накапливаются там. А значит, целебные свойства подземных частей растения возрастают во много раз.

Николай внимательно меня выслушал, крикнул и снова задал тот же вопрос: «Александр, ты сейчас какую-то статью из своей очередной книги пересказал. Ты мне лучше с чувством, с расстановкой расскажи, как ты действительно собираешь свою чудо-траву». Хотел было я ответить другу Николаю, что лучше бы он как-нибудь съездил со мной хоть на один денек в экспедицию за травами. Да ведь это надо в 5 утра выезжать и весь день по болотам ходить. А я-то знаю, что Николай очень любит поспать, да еще при этом укрыться двумя одеялами. Куда уж ему в поход идти. Но тут мужа Наталья поддержала, дескать, расскажи, расскажи, Александр, как ты сабельник собираешь. Ведь это не только нам интересно будет, но и твоим читателям. Ну, убедили они меня. Да и пампушечки у Натальи такие вкусные, что грех ей отказать было. Вот так по просьбе моих друзей и появился небольшой рассказ, который вы сейчас и прочтете.

Один день из жизни фитоэнергетика

Середина сентября, деньки стоят погожие, небо ясное. Луна находится в убывающей фазе. Пора! Я начинаю осенний сбор целебных корней сабельника. В этом году их потребуется еще больше, чем в прошлом. С каждым годом к тем, кто уже много лет пользуется моими заготовками, присоединяются новые желающие излечиться люди. И многие из них, в конце

концов, становятся моими добрыми знакомыми.

Итак, пора ехать на болота! Галина Елина, доктор биологических наук, проведшая немало времени в экспедициях и путешествиях, написала прекрасные слова: «Загадочны и таинственны болота. Они как бы выходят из воды, соединяя в непрерывную цепь водоемы и сушу. А сколько тайн хранят в своих недрах болота!» И я, Александр Кородецкий, присоединяюсь к этим замечательным словам, я тоже считаю, что лучше, красивее, загадочнее, благороднее и прекраснее болота ничего в мире нет!

Раннее-раннее утро. Солнце едва встало. Я сажусь в совсем пустую электричку (даже грибники еще спят) и еду на далекую небольшую станцию. Туда можно добраться и на машине, но больно уж места там глухие, далекие от дорог. А так через час энергичного хода от платформы я буду на месте. Одет я по-болотному. На мне легкая ветровка с капюшоном, под которую я, в зависимости от погоды, надеваю один или два свитера, на голове бейсболка. На ногах высокие болотные сапоги, а руки защищены прочными, длинными резиновыми перчатками. Я ведь работаю в холодной воде! Резиновые перчатки я натягиваю поверх шерстяных или нитяных. Исцеляя других, нельзя забывать и о своем здоровье!

А еще у меня с собой термос с горячим чаем и бутерброды. Работать предстоит шесть часов. Шесть часов в ледяной воде, внаклонку, по колено в болотной трясине. Да, трудновато достается сабельник!

Нувотьянаместе. Большое лесное болото. Тишина. Мир замер. А над головой высокое осеннее холодное небо. Я некоторое время вдыхаю прохладный, чуть пахнущий болотом воздух. Потом оставляю сумку на берегу и осторожно захожу в болото. Места, как я уже говорил, безлюдные, болота громадные. Не дай бог что случится, никто не поможет.

Я медленно иду по топи. А вокруг мой любимец – сабельник. Смотрю, надземная часть растения крупная, высокая – опыт подсказывает мне, что под водой, в болотной земле корни крупные, сочные. Корни, которые буквально налиты целебной силой!

Много десятков лет сабельник рос на этом болоте. Длинные корни переплелись между собой, и я медленно бреду по этому переплетению, как по батуту. Но надо начинать сбор. Я выбираю первую «жертву», берусь за толстый стебель и аккуратно вытягиваю все растение. Корень у сабельника очень длинный, изгибается под водой-землей самым немыслимым образом. Но я сборщик опытный, со стажем – тяну его, перехватывая по мере того, как нехотя, с трудом он выходит из-под земли. Вот, наконец, весь корень на поверхности. Я смотрю на него, и душа радуется: замечательный экземпляр попался. Человеку, самому не собирающему корни, не понять моих чувств. Они сродни, наверное, радости рыболова, поймавшего крупную, в-о-о-т т-а-а-кую рыбу, или грибника, нашедшего замечательный, в рост человека гриб-боровик. Вот и я восхищаюсь, вытянув из болота большой, сочный-пресочный корень сабельника. Очистив корневище от мелких корешков, я аккуратно кладу первый трофей на болотную кочку и нагибаюсь за следующим корешком. Работа пошла!

Я медленно перемещаюсь по болоту. Мне приходится переходить с места на место, чтобы не оголять участки болота, сохранить растения, которые в буквальном смысле держат на себе болото.

День сегодня выдался теплый, солнечный – настоящее бабье лето, а работа физическая, мне становится жарко. Приходится снять свитер. Я продолжаю свою старательскую деятельность: нагнулся, ухватился, потянул, достал из воды, почистил, положил в растущий стожок добытых корешков. Такая вот монотонная и очень нелегкая работа. Наверное, это похоже на прополку, только по пояс в воде. Изредка я отдыхаю, любуюсь осенней природой. За много лет я успел полюбить эти не очень, может быть, яркие, но привлекающие своей романтической мрачностью болотные пейзажи.

Постепенно накапливается усталость. Перерывы приходится делать чаще. Еще пара часов – и все. Ноет спина, руки наливаются свинцовой тяжестью. А собранные корни надо еще

сложить на просушку, заберу я их через несколько дней, когда приеду сюда еще раз. Уж тогда-то точно возьму с собой сына. Он у меня настоящий помощник вырос. Всегда подсобит сабельник разобрать, уже заготовленное сырье увезти. А вот в большие экспедиции боюсь его брать, все-таки опасное это дело – по болотам бродить. Я складываю в заплечный мешок собранные в прошлый раз и уже высушенные корни и иду на электричку.

А закончить я хочу свой рассказ двестишьем Ю. Линника, которое я люблю повторять, когда возвращаюсь домой с моих любимых болот:

И кто бы ты ни был: охотник, старатель, —
Но сабельник снимет все боли твои.

Глава 3

Мои университеты

Фитоэнергетика – это серьезно!

□

Что такое фитоэнергетика? Меня спрашивали и спрашивают об этом и читатели, и друзья, и родственники. А мой друг Николай, известный скептик, совсем недавно сказал мне: «Ты, Александр, называешь себя таким красивым и малопонятным словом „фитоэнергетик“, чтобы выглядеть солиднее». Ну, во-первых, на меня это совершенно не похоже (и Николай-то это прекрасно знает), я и так знаю себе цену. Во-вторых, я никогда не буду говорить ни про себя, ни про методы лечения больше, чем есть на самом деле. Но если даже мой друг Николай не понимает, что фитоэнергетика – это серьезно, то надо хоть в этой (какой уже по счету моей книге), наконец, расставить все точки над «i» и объяснить, что же это такое.

Лучшее объяснение термина «фитоэнергетика», которое я нашел в энциклопедиях и научных изданиях, дано известным биологом и фитотерапевтом Свечкиным:

Фитоэнергетика – наука, изучающая энергию растений. Как известно, каждый предмет на нашей планете обладает определенной энергией, особенно это касается живых организмов. Все живое на Земле – от одноклеточной амебы до огромных деревьев – включает в себе особую, живую энергию. В зависимости от ситуации энергия эта может быть мягкая и жесткая, созидаящая и разрушающая, оказывающая положительное и отрицательное влияние на окружающий мир. В каждом растении сосредоточена особая энергия, которую я называю «фитоэнергией». Именно она в сочетании с целебными веществами играет решающую роль в лекарственной сути растений.

Главное, о чем, по моему мнению, говорит Свечкин, это то, что лечебная энергия любого растения, в том числе и сабельника болотного, зависит от места и времени его сбора и способа приготовления. Таким образом, сохранение целебных и энергетических свойств зеленых лекарств определяется способом заготовки. Вот этим-то как раз и отличается именно мой «секрет» сбора трав. Именно поэтому растения, собранные моими руками, и обладают более направленным и сильным целительным действием. А это, в свою очередь, дает мне право называться фитоэнергетиком.

Может, кто и помнит давнишние книги Нонны Колокольчик, ученицы Валентины Травинки, в которых она описывала прогулки с одним молодым человеком по имени Александр по лесу в окрестностях поселка Ушково. Эти люди ходили с биолокационной рамкой в руках. Зачем? Они искали места силы, собирали в них лечебные травы, чтобы потом понять, отличаются ли целительные силы растений, собранных на этих участках, от

заготовленных в обычных условиях. Как давно это было! Наверное, вы догадались, что этим молодым человеком, начинающим травником, был я. Но уже тогда, почти 10 лет назад, многим целителям, и мне в том числе, было ясно: растение, собранное в правильном месте в правильное время, значительно сильнее обычного.

Поэтому меня не удивляет, когда я получаю письма от людей, в которых они рассказывают поистине удивительные вещи о сабельнике. Еще бы! Ведь пользовались-то эти люди сабельником, который я собирал в нужное время и в нужном месте. Вот, например, не так давно мне написали из города Самары:

Здравствуйте, уважаемый Александр Владимирович!

Обращается к Вам (теперь надеюсь, я могу себя таковой считать) ваша пациентка Малик З. В. из г. Самары. Вы прислали мне сабельник летом и просили написать о его действии. Так вот я благодарю Бога, что ко мне в руки попала ваша книга, [2 - Имеется в виду книга А. Кородецкого «Артрит и артроз» (СПб.: Питер, 2003).] и Вас за доброе сердце и помощь страждущим людям.

Я вам очень благодарна за сабельник. Действует он великолепно, и не только на суставы. Когда я его начала пить, началось обострение всех моих болячек, особенно суставов. Коленные суставы так болели, что я не могла сойти с автобуса и с лестницы. Я продолжала его пить, натирала суставы пихтовым бальзамом (настойку сабельника для натирания мне было жалко тратить), применяла «Дюну», и дело пошло на улучшение: опухоль спала, суставы стали подвижными.

Одновременно идет излечение и других болячек: улучшилась работа желудочно-кишечного тракта, я чувствую, как у меня очищаются бронхи, укрепляется иммунитет. В сырую холодную погоду (т. е. осенью и зимой) я постоянно простывала, а уж если кто-то возле меня чихнул или кашлянул, у меня на следующий же день из носа рекой текло. Сейчас, слава Богу, такого не происходит. Я пришла к выводу, что сабельник не только лечит суставы, но и очищает весь организм от всякой скверны.

Одну порцию настойки я дала сестре (у нее тоже целый букет болячек), так она просто в восторге от его действия, у нее также было поначалу обострение, а затем наступило улучшение, и тоже не только суставов. Очень Вам благодарны за сабельник. С уважением, Малик З. В., г. Самара.

Наверное, вы понимаете, зачем я привел здесь строки из этого письма. Конечно! Именно сабельник из мест силы, собранный в правильно установленное время роста или убывания Луны, не только начинает лечить определенное заболевание, но и благотворно действует на состояние человека в целом.

Вы заметили, что в результате курса, который проводился для облегчения суставных болей, сабельник болотный улучшил работу желудочно-кишечного тракта, очистил бронхи, укрепил иммунную систему. А это еще раз подтверждает мои многолетние наблюдения: сабельник болотный – идеальный доктор и универсальный очиститель.

Иногда мне кажется, что это удивительное растение само выбирает наиболее слабые, уязвимые места в организме и начинает их подлечивать. За счет чего? Ну, тут никаких сомнений быть не может! Конечно, за счет сильнейшей энергетической составляющей корней сабельника, собранных на Карельском перешейке.

Особое внимание хочу обратить на то, что мало собрать растения в месте силы, надо их еще правильно заготовить, сохранить и приготовить.

//-- Заготовка и хранение сабельника --//

Сушу я корневища сабельника, складывая в стожки на болоте, чтобы они еще природной

энергией напитались, а потом уж дома раскладываю на специальных стеллажах на лоджии, чтобы проветривались как следует.

Основным показателем хорошо высушенной травы сабельника является то, что она почти не теряет своего цвета. Ее я раскладываю тонким слоем на даче у друга Николая под навесом на специальных столах.

Хранить высушенное сырье следует в полотняных мешочках (а для корневищу меня большие мешки имеются) в подвешенном состоянии. Я обычно на лоджии развешиваю. Главное, чтобы помещение хорошо проветривалось и не было сырым.

Больше всего я люблю солить сабельник и использовать потом для лечебных ванн. Но об этом я расскажу несколько позже.

Солят сабельник так: мелко нарезанными корневищами заполнить банку (любого объема) на 2/3, остальное засыпать солью, перемешать. Можно солить не только корневища, но и траву, ее надо брать свежую.

//-- Мягкая и жесткая энергия --//

В своих последних книгах я упоминал, что домашние растения способны оказывать различное энергетическое влияние на атмосферу в доме. На это обращают особое внимание специалисты фэн-шуй. Проиллюстрировать энергетическую сущность растений может такой пример.

Всем хорошо известно, что осина обладает уникальными свойствами оттягивать отрицательную энергию. Еще в стародавние времена осиновое полено клали на ночь в постель, в ноги для того, чтобы уберечь себя, как тогда считалось, от темных сил. Сегодня же мы прекрасно знаем, что именно осина является тем элементом, который заземляет, убирает негативную энергию. Это касается множества электромагнитных, геомагнитных, СВЧ-полей и многого другого, что не видно глазом, но угнетающе действует на наше самочувствие. Ну а уж о том, что вампиров можно «успокоить» только с помощью осинового кола, знают, наверное, многие. Я, честно говоря, ни одного вурдалака в жизни не встречал, но как-то спокойнее на душе, когда знаешь, что при случае надо просто осиновый кол из кармана вытащить. Впрочем, хочу подтвердить, что долгие прогулки в осиновом лесу могут отрицательно повлиять на здоровье человека, особенно если он страдает гипотонией и депрессиями. Я, например, исходя из своего опыта долгих лесных экспедиций, избегаю ставить палатку в осиновой роще.

А вот сосна, наоборот, насыщает энергией. У вас повышено артериальное давление? Тогда не удивляйтесь, что в сосновом лесу у вас болит голова и подскакивает давление. Для гипотоника, то есть человека с пониженным артериальным давлением, сосновый лес – место, где он будет чувствовать себя прекрасно. Да, впрочем, сосна, и это известно каждому (и даже врачам!), обладает различными целебными свойствами.

То, о чем я сейчас рассказал, общепризнанно, причем эти истины не оспаривает даже мой друг и скептик Николай (хотя уверен, что если мы будем с ним в лесу, то палатку он поставит рядом с осинами). Однако такие понятия, как мягкая и жесткая фитоэнергия, известны уже меньше.

//-- Жесткая фитоэнергия – это не страшно! --//

Большинство ядовитых лекарственных растений обладают очень жесткой, сильной энергетикой. Причем она далеко не всегда созидательная. Но именно ее разрушающее начало позволяет растениям, обладающим такой энергией, бороться с раковыми клетками и болезнетворными организмами. Однако в больших количествах жесткая фитоэнергия

губительна для человека. Когда я уйду в экспедиции за травами, на болотах, где я собираю сабельник, мне часто приходится сталкиваться с багульником белым. Такие места я стараюсь обходить стороной, так как негативная энергетика этого растения столь жесткая, что через некоторое время вызывает сильные головные боли (особенно у меня, столь чувствительного к фитоэнергетике человека). Но ведь багульник белый – растение лекарственное. Оно помогает человеку избавляться от многих недугов. Багульник используется как отхаркивающее, бактерицидное, сосудорасширяющее средство. Багульник незаменим при инфекционных заболеваниях, подагре, ревматизме, снижает давление. Или, например, такое растение, как золотой ус, которому я посвятил две книги, является источником жесткой, созидательной, положительной энергии. Его действие основано на усилении жизненных сил организма в борьбе с заболеваниями.

А вот сабельник болотный, напротив, является источником мягкой, созидательной, целительной энергии, поэтому и лечиться им приходится долго, зато какой эффект!

Мой друг Николай, когда я ему рассказал, о чем собираюсь писать в главе, посвященной фитоэнергии, очень возмущался. «Александр, ну как можно писать о том, что неизвестно науке! Кто измерял эту энергию? Кто ее открыл? Почему о ней ни слова в школьных учебниках по физике? Александр, перестань морочить людям голову!» Вы думаете, я обижаюсь на своего друга? Нет, конечно. Ведь он подталкивает меня к поиску простых, но убедительных аргументов в доказательство того, что я говорю и прекрасно знаю.

Поэтому для того, чтобы убедить своего скептика, я показал ему китайские книги, в которых черным по белому написано об энергии, сосредоточенной в металлах, и о том, как она воздействует на организм. Китайцы издавна иглы для акупунктуры делали из золота и серебра. Причем золото, по мнению китайских врачей, является источником жесткой позитивной энергии, поэтому золотые иглы применяются в том случае, когда больной орган необходимо напитать энергией. А серебро, напротив, вытягивает негативную энергию из органа. Мало того, действие энергии игл меняется в зависимости от того, в какую сторону их закручивает при лечении врач.

Вот я и говорю Николаю: «А растения чем хуже золота и серебра? У них тоже различная энергия существует. Я все это опытным путем вывел, то, о чем я пишу, основано на опыте и собственных наблюдениях». Тут Николай призадумался и спросил: «Это что же ты, Александр, как китаец, свою мудрость излагаешь в трактатах?» «Конечно, – отвечаю, – только мудрость это не китайская, а наша отечественная, болотная».

//-- Места силы для сабельника --//

Подробно объяснять, что такое места силы или геопатогенные зоны, думаю, смысла нет. Эти явления давно и хорошо известны каждому, кто интересуется нетрадиционными оздоровительными методиками. Скажу коротко. Геопатогенные, или провальные, зоны – места, в которых наблюдаются ненормальные явления: люди плохо себя чувствуют, они чаще болеют, растения растут плохо, подвержены болезням. В провальных зонах могут происходить и некие аномальные явления, о которых я говорить не хочу, чтобы не превращать практическую книгу о сабельнике в книгу домыслов и страшных рассказов про инопланетян. Провальные зоны могут быть размером метр на метр или занимать площадь несколько квадратных километров. В них искажен энергетический фон, он, как правило, меньше, чем обычно, и все живое, находящееся в этом месте, испытывает дефицит энергии. Как показали исследования, провальные зоны чаще всего образуются рядом с большими объемами подземных вод или в местах тектонических разрывов глубоко залегающих пород.

В отличие от провальных зон, места силы славятся тем, что человек испытывает в них подъем жизненных сил, у него улучшается настроение, он даже может исцелиться от некоторых заболеваний. Там с удовольствием пасутся животные. Понятно, что и урожай в этих местах отличный. Растения никогда не болеют и отлично выглядят. Мест силы

встречается меньше, чем провальных зон (тут уж как в жизни – хорошего куда меньше, чем плохого!).

Понятно, что места силы – это зоны, в которых существует избыток энергии. Впрочем, известно, что если человек находится в таких местах долго, то его самочувствие и настроение резко ухудшаются. Могу это подтвердить на собственном примере: я не могу находиться в месте силы больше 3–4 часов. Далее требуется получасовой перерыв, когда надо просто уйти с этого места, отдохнуть от избытка энергии. А вот животные могут находиться там сколь угодно долго. Кстати, я заметил, что именно в местах силы можно встретить много лягушек, особенно в период размножения; так и поют болота, когда я сабельник в мае собираю. Может, именно поэтому в русских народных сказках появился такой замечательный персонаж, как Царевна-лягушка. Видать, не простое это существо, чувствует места силы и людям на них указывает.

□

Почти все животные избегают геопатогенных зон и не любят там пастись, предпочитая места силы; любой деревенский пастух укажет на плохие или хорошие места (если они, конечно, есть в этих местах).

В местах силы растение, как губка, напивается своей лечебной силой, или фитоэнергией. Поэтому меня и не удивляет, что очень часто мне говорят: «Ну, у вас, Александр, травка золотая, так помогла, а вот в аптеке покупали, что-то не очень, может, не то что-то насыпали...» Да почему же не то. Все то, да собрано не так, как надо, и не в том месте, где надо.

Не надо только думать, что аптечные фитопрепараты все как на подбор нехорошие. Нет, конечно! Ведь геопатогенные зоны – явление все же редкое. Так же нечасто встречаются и места силы. Уж поверьте мне, фитоэнергетику со стажем. В поисках этих мест мне пришлось пройти не одну сотню километров по нашим карельским болотам, озерным топким берегам и непроходимым северным лесам.

К тому же многие растения избегают расти в геопатогенных зонах или даже погибают. А если что-то из лекарственных растений и селится в таких местах, то вид у них настолько неважный, что профессиональные сборщики их просто-напросто игнорируют.

В аптеку все же попадают нормальные, здоровые, прошедшие маломальский санитарный контроль растения. Хотя вопросы, которые я задаю провизору, когда беру в руки симпатичный пакетик с лечебной травой, обычно повисают в воздухе. Когда собрано сырье? Когда нужно или в то время, когда, например, вся сила растения уходит в цветение? Где? Какова в том месте экологическая обстановка? Я уж не говорю таких слов, как «фазы Луны», «места силы», «геопатогенные зоны». Но даже на самые простые вопросы о травах, которые продаются в аптеках, мне вежливо отвечают: «Вся информация написана на пакетике». Или не очень вежливо сообщают: «Аптека справок не дает». Или уж совсем невежливо объясняют: «Не хочешь – не бери, а если ты такой умный, то иди и собирай сам!» Что я и делаю! И я, в отличие от аптечного работника, могу ответить на все вопросы, которые задают люди, пользующиеся собранными моими руками, тщательно выбранными и с душою заготовленными травами.

Глава 4

Сабельник – чудо-лекарь

□

Надо сказать, что сабельник как лечебное средство был известен очень давно. Я находил упоминание о нем в различных старых книгах. В списках легенд народов Восточной Сибири

упоминания о его удивительных лечебных свойствах относятся к XVII веку. Лапландцы в темные ночи полярной зимы издавна пьют чай из травы сабельника. Там это растение вообще почиталось как священное, из его корней изготавливались защитные амулеты в форме заплетенных косичек. Известен он и на Чукотке, и на Дальнем Востоке. В Японии, Монголии, Китае сабельник принят на вооружение официальной медициной. Тщательное изучение этого растения показало, что оно лечит опухолевые заболевания. Это единственное растение, которое обновляет клетки организма. Конечно, знали о нем и в России. В старинных рецептах российских врачей сабельник упоминался как средство для лечения проказы, холеры, чумы.

Почему о сабельнике накрепко забыли в середине двадцатого века, до сих пор остается неясным. Я слышал мнение, что произошло это потому, что действует он довольно медленно и требуется длительное лечение. А двадцатый век – это время увлечения химическими препаратами, которые орудуют быстро и безжалостно по отношению к организму.

Надо сказать, что о сабельнике забыли-то вовсе не врачи, а мы, простые люди, которые всегда пользовались теми или иными лечебными травами для укрепления здоровья. В начале 90-х годов я разговаривал с одним знакомым врачом, который только что окончил курсы фитотерапии в Государственном институте повышения квалификации врачей. Я начал расспрашивать его о сабельнике, считая, что он исцеляет только суставные боли. И каково же было наше взаимное удивление: врач знал это растение как противоопухолевое, но никогда не слышал, чтобы он применялся для лечения артритов и артрозов, а я, наоборот, никогда не слышал, что декоп используется при онкологических заболеваниях, но уже всю изучал действие этого чудо-растения для исцеления болезней суставов.

Но прошло совсем немного времени после разговора с моим приятелем-врачом, как неожиданно дело сдвинулось. О сабельнике заговорили как о лучшем средстве от артритов и артрозов. Затем его стали применять и при других заболеваниях. А не так давно препараты на основе этого растения появились и в аптеках. А это значит, что чудолекарь был окончательно признан официальной медициной.

Действительно, сабельник успешно борется со многими болезнями, которые считаются неизлечимыми. Он обновляет все ослабленные клетки организма, очищает организм от вредных веществ, не оказывая при этом отрицательного влияния на здоровые органы. Сабельник способен спасти от преждевременной смерти, продлить жизнь в ее физиологических пределах и отодвинуть наступление старости.

Мое досье на сабельник

Я довольно долго собирал досье на сабельник. И каждый день мне приносил все новые и новые открытия. Причем до сих пор я узнаю из писем своих читателей либо от своих знакомых народных целителей о возможностях этого удивительного растения. Список этот просто поражает воображение. Корневища чудо-лекаря применяются в виде отвара, настойки при ревматизме, остеохондрозе, радикулите, желудочных болях, кровотечениях, расстройствах желудочно-кишечного тракта, поносах, гриппе, заболеваниях печени, раке желудка и молочной железы.

Отвар растения рекомендован при туберкулезе, тромбофлебите, желтухе, невралгических болях, гипотонии, холецистите. Им полощут горло при ангине. Применяют траву при нарушениях обмена веществ, от укусов бешеных собак, при маточных кровотечениях.

Наружно используют в виде полосканий при пародонтозе и зубной боли.

Свежесобранную измельченную траву прикладывают к гноящимся ранам.

Но давайте по порядку. Я уже говорил, что многие годы декоп исследуется как перспективное противоопухолевое средство. Так, сегодня сабельник изучается во Всесоюзном онкологическом центре РАН с целью получения препарата с противоопухолевой

активностью.

– Сабельник обновляет ослабленные клетки организма и тем самым эффективно лечит все болезни крови, в том числе лимфо-саркому, лейкозы, лимфогранулематоз.

Сабельник болотный благодаря своей уникальной способности восстанавливать структуру хрящевой ткани и растворять отложения солей является самым эффективным народным средством от артритов и артрозов.

– Сабельник болотный эффективен при лечении полиартритов, радикулита, артритов, остеопороза, артрозов, отложении солей.

Продолжительный прием настойки корней сабельника положительно влияет на обмен веществ в организме. Хочу добавить, что этот факт объясняет и противоопухолевую активность декопа.

– Сабельник болотный эффективен при лечении туберкулеза, сердечно-сосудистых заболеваний. Кроме того, он обладает прекрасным тонизирующим и стимулирующим действием.

Благодаря дубильным веществам сабельник применяют как вяжущее средство при поносах. Кроме того, это растение является желчегонным и мочегонным средством.

– Сабельник незаменим при лечении многих заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Употребление растительных волокон (клетчатки) вкупе с настойками (настоями) сабельника нормализует пищеварение и моторную функцию кишечника. Таким образом, снижается степень всасывания жира в тонком кишечнике, понижается уровень «вредного» холестерина в крови.

– Сабельник болотный – эффективное средство при лечении тромбозов. Кроме того, сабельник используется как дополнительное средство для похудения.

Благодаря уникальному составу активных веществ сабельник болотный является эффективным средством для очищения организма.

Сабельник – естественный очиститель организма от минеральных шлаков, радионуклидов и солей.

Сабельник болотный содержит активные противовоспалительные, ранозаживляющие и кровоостанавливающие вещества.

Сабельник рекомендуется применять при лечении абсцессов, фурункулов, флегмон, ушибов и порезов.

Показания к применению сабельника

Готовя рукопись книги о сабельнике, я, конечно, не раз и не два обращался к своему старинному приятелю из Тулы Дмитрию Свечкину. Этот замечательный человек и специалист мне очень помог в создании книг о каллизии, или золотом усе. Не так давно Дима приезжал в наш город на Всероссийскую конференцию фитотерапевтов, где сделал отличный доклад «Домашние растения в борьбе с гельминтами и кандидами человека» (о борьбе с человеческими паразитами я буду подробно рассказывать в своей новой книге «Стевия – шаг

в бессмертие»). После блестящего сообщения на конференции, вызвавшего большой интерес не только научной общественности, мы прогуливались с Дмитрием по Летнему саду. Там мы много говорили о проблемах глистных гнезд в человеческом организме, о паразитах, которые буквально осаждают наш организм и подтачивают наше здоровье. Конечно, Летний сад не самое подходящее место для таких бесед, но они очень важны для нашего с вами здоровья, ведь в этих беседах на ходу рождается истина. А потом я показал Диме свои материалы о сабельнике болотном.

Мой собеседник, прочитав досье на сабельник, долго молчал. Потом покачал головой и, наконец, произнес: «Удивительно, никак не думал, что в дикой природе существует такое универсальное и сильное средство. Ведь, Александр, поверь, сабельник на все сто пудов способен спасти от преждевременной смерти, продлить жизнь и отодвинуть наступление старости каждого человека».

В завершение этой небольшой, но, на мой взгляд, важной рубрики я хочу привести показания к применению сабельника болотного:

- при общем очищении организма, очищении крови и лимфы;
- при артрозе, артрите, радикулите, полиартрите, ревматизме, подагре, отложении солей;
- при абсцессах, фурункулах, флегмонах, гнойных ранах, кровотечениях, ушибах;
- при болях невралгического характера, зубной боли;
- при ангине, гриппе, простудных заболеваниях, тонзиллитах, стоматитах, разрыхлении десен;
- при гинекологических заболеваниях;
- при болезнях печени и желчного пузыря;
- при желудочно-кишечных заболеваниях: гастрите, язве желудка, геморрое, поносах;
- при нарушении обмена веществ, авитаминозе;
- при туберкулезе легких;
- при тромбозах, лимфогранулезе, лимфосаркоме, лейкозах, лимфогранулематозе;
- при сердечно-сосудистых заболеваниях;
- для профилактики и лечения рака молочной железы, прямой кишки.

Вы внимательно прочли список показаний к применению сабельника? А теперь ответьте, пожалуйста, на мой простой вопрос: «Ну не правда ли, это растение – чудо-лекарь земли русской?»

//-- Сказ о том, как царь Петр артусы лечил --//

А тут мне мой друг Николай, мой вечный оппонент, спорщик и великой души человек, поведал быль, которая, по его словам, приключилась с Петром Первым и сабельником болотным. Потом, правда, Николай признался, что прочитал этот исторический анекдот не в записках немецкого врача Блюментроста, а высмотрел в Интернете, но дела-то это не меняет. С одной стороны, что было, то было, а с другой стороны, за что купил, за то и продал. Итак, Николай рассказал мне следующее:

«После Азовского похода, в котором то ли мы победили турок, то ли они нас, Петр Алексеевич Романов (1672-1725 гг.), царь Русский и Белорусский, слег от нестерпимых болей в некоторых частях тела. Была ли это поясница, крестец или другие суставы, непонятно. Но страдал царь сильно. Его лечили вениками в русской бане, но ему не то что не помогло, но еще хуже стало. И страшнее темной ночи сделалось лицо императора, и взял он в руки свою страшную дубинку, и бросились подданные великого государя в ужасе врассыпную на поиски средств, которые смогли бы излечить занедужившего царя. И только светлейший князь Меншиков не испугался, ведь царь-то и дубинку не смог поднять, а только вскрикнул от нестерпимой боли. И тогда светлейший вывел из-за своей спины тщедушного человека в иностранном камзоле и пенсне. Меншиков (1673–1729 гг.) сказал: „Мин херц, вот немецкий эскулап, который может помочь Вам успокоить все Ваши артусы“. – „Какие артусы! У меня

спина зело не можит!“ – вскричал в гневе Петр. Но тут на передовую диспозицию выдвинулся эскулап. В руке он держал какой-то пузырек. Быстро-быстро он что-то по-иностранному залопотал, повторяя все время одно и то же: артус, артус. Махнул рукой грозный царь, дескать, делай что хочешь, мне уже все равно.

Лекарь знаками повелел Петру снять камзол, рубаху, исподнее. Уложил он своего пациента на лавку и стал ловко мазать какой-то густой мазью. Быстро сморил после этого царя быстрокрылый Морфей, а наутро Петр встал, как новенький. Руки, ноги движутся, спина прямая, голова ясная. И после этого он снадобьем этим стал пользоваться и от суставных болей, и от простуды, и от утренней тяжести в голове. Ну а смысл этой истории заключается в том, что в склянке действительно находилась мазь от болезней суставов, которые по-латыни и есть артус, а в состав мази входило не что иное, как сабельник болотный...»

Вы, может, подумаете, что мой друг Николай историю эту сам сочинил. Нет. Такое случилось на самом деле. А вот был ли там «немецкий эскулап в иностранном камзоле и пенсне», это вопрос. И каково было мое удивление, когда я узнал, что, действительно, такой человек существовал. Речь в истории, которую я рассказал, идет об основателе Петербургской академии наук лейб-медики Блюмен-тросте Лаврентии Павловиче (1692–1755 гг.). Оказалось, что лейб-медик был одним из первых исследователей Карелии, где и открыл на базе железистых минеральных источников первый в России курорт. А дело это было в долине рудоносного болота Равдусуо, где Блюментрост и познакомился с сабельником болотным. Чтобы не быть голословным, я дам вам сейчас рецепт этой удивительной старинной мази от суставных и мышечных болей и общих недомоганий (в том числе и тяжести в голове после ночных ассамблей).

//-- Мазь лейб-медика Блюментроста на сабельнике --//

Для изготовления мази в давние времена использовали гусиный жир. Понятно, что сейчас гусиный жир в диковинку, да и качество его не слишком, не то что в Петровскую эпоху. Так что я беру вместо гусиного жира ланолиновый крем. Его вы в любой аптеке найдете, а стоит он копейки. Понадобится вам всего один тюбик этого средства. Теперь берем одну столовую ложку спиртовой настойки сабельника болотного (как готовить «настойку Кородецкого», я сейчас вам расскажу), чайную ложку спиртовой настойки красного перца (один красный жгучий перец заливается стаканом водки и настаивается в течение 10 дней в темном месте), 3 капли витамина Е (покупаем в аптеке), столовую ложку меда. Все тщательно перемешаем в стеклянной или фарфоровой посуде. Храните мазь Петра Великого в холодильнике.

А пользоваться этим старинным снадобьем просто. Нанесите его на кожу тонким слоем и втирайте легкими массирующими движениями. Обратите внимание: поскольку в состав мази входит спиртовая настойка красного перца, нельзя допускать попадания лечебного средства в глаза.

Мазь Петра поможет вам избавиться даже от сильной боли в суставах, так как помимо сабельника в бальзам входит красный перец, который оказывает продолжительное разогревающее воздействие. Поскольку сабельник и красный перец – два сильнейших компонента, содержащих активные вещества, то вместе они оказывают мощное противовоспалительное и продолжительное разогревающее воздействие. Мазь проникает глубоко в ткани, согревает мышцы и суставы изнутри и не вызывает раздражения.

Поскольку о сабельнике в этой книжке будет говориться еще очень много, хотелось бы сказать хоть несколько слов о красном перце. Он обладает уникальной способностью усиливать действие других лекарственных растений. Считается, что лечебные свойства острого перца поистине безграничны. Содержащийся в нем рутин (витамин Р) повышает прочность капилляров кровеносной системы и способствует разжижению крови, предотвращая тем самым образование тромбов.

Ну а как же в петровские времена снимали после ассамблей, что уж тут греха таить,

похмелье? А очень просто. Небольшое количество крема осторожно наносили на виски. Этого оказывалось достаточно для того, чтобы весь хмель как рукой снимало.

Эта старинная чудо-мазь оказывает следующее действие:

- значительно улучшает циркуляцию крови и лимфоток;
- повышает тонус тканей мышц и суставов;
- снимает мышечные и суставные боли, связанные с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и реакцией на перемену погоды;
- способствует выведению отложений солей;
- способствует восстановлению структуры мышц и хрящевых тканей.

//-- Универсальная «настойка Кородецкого» --//

Рассказав этот замечательный исторический случай, Николай весело подмигнул своей супруге и произнес «А наш-то Александр нисколько не хуже петровского эскулапа, он ведь тоже лекарство из сабельника вовсю использует. Даже названа эта настойка его именем. Я до сих пор храню статью из газеты „Новый целитель“, где о ней говорится. Ты не забудь ее в свою книгу вставить, чтобы не повторяться». И с этими словами Николай вынул из папки уже немного пожелтевший листок и протянул мне. Конечно, я не мог огорчить своего друга и выполнил его указания. Так что вы имеете возможность ознакомиться с моим первым печатным материалом о сабельнике болотном.

//-- Чудо-растение – сабельник болотный --//

Некоторое время назад на страницах периодических изданий появился рецепт замечательного средства, которое, по заверениям больных всеми формами артритов и артрозов, чрезвычайно помогает им в лечении самых тяжелых форм этих недугов. Однако оказалось, что это средство лечит от множества заболеваний и даже помогает похудеть. Речь идет о «настойке Кородецкого», названной так по фамилии известного петербургского фитоэнергетика Александра Кородецкого. Готовят эту настойку из сабельника болотного, или декопа. В письмах, которые мы получаем от наших читателей, нас просят подробнее рассказать об этой лечебной траве. Мы хотим ознакомить наших читателей с письмом, которое не так давно получил из Москвы петербургский травник А. Кородецкий. Вот что ему пишет Татьяна Арсеньева:

«Три года назад я лежала в больнице, лечила артрит тазобедренного сустава, там предложили мне операцию, но как я узнала, сколько это стоит, то поняла, что мне это не по карману. Через неделю, чуть подлечив, чтобы я могла добраться до дома, меня из больницы выписали. Спасибо Богу, что мои соседи всегда меня выручали, помогали мне, я ведь не могла выйти на улицу. Они и рассказали мне о Вас, Александр. Оказалось, что вы уже больше года высылаете им корневища сабельника для лечения. Я написала Вам, и не ошиблась. Сейчас я сама себя обслуживаю, хожу в магазин, на рынок. А до приема „настойки Кородецкого“ у меня были такие боли в пояснице, что я не могла стоять 5 минут, боль отдавала в то правый, то в левый тазобедренные суставы. А с нового года я начала снова пить Вашу настойку, хочу пройти весь рекомендованный вами курс».

Постоянный автор нашей газеты А. Кородецкий уже много лет занимается изучением лекарственных свойств растений, ивтом числе декопа. Мы попросили его поделиться с нами информацией об этом растении. Вот что он нам рассказал.

Что касается лечебного средства от артрита и артроза, которое и вправду в последнее время иногда называют «настойкой Кородецкого», то хотя для меня это и лестно, но все же средство-то известно давно, я лишь на достаточно большом количестве удачных случаев излечения им отобрал оптимальный курс приема этой настойки.

Как сделать настойку Кородецкого. Настойку принимают на протяжении определенных

курсов, один из них рассчитан на 3040 дней ежедневного приема. Готовят настойку на измельченных высушенных корнях сабельника (объем примерно 2/3 стакана). Их кладут в пол-литровую банку, заливают водкой, плотно закрывают крышкой и настаивают в темном месте 2–3 недели, периодически взбалтывая (раз в 1–2 дня).

Как принимают настойку Кородецкого. Принимают по 1 ч. ложке 3 раза в день после еды. Курс лечения 1–1,5 месяца. Через месяц курс лечения повторяют. При наружном использовании «настойку Кородецкого» втирают в больное место 2–3 раза в день и укутывают шерстяной тканью.

Наша же редакция, со своей стороны, может подтвердить, что настойка Кородецкого для многих людей действительно становится последней надеждой в лечении всевозможных коварных недугов. Тому доказательство письма, которых в редакции «Нового целителя» скопилось немало, письма, в которых в первую очередь благодарят целительную силу сабельника болотного.

Я хочу в дополнение к статье еще раз обратить ваше внимание на то, что настойка из корней сабельника (как и он сам) не просто лечит артрит и артроз, но, оказывается, помогает еще от многих болезней. Почему? Да ведь сабельник – универсальное лечебное растение. Эти удивительные свойства объясняются уникальным составом активных веществ, которые содержатся в этом скромном, но поистине могучем болотном растении. Именно ответу на вопрос «в чем сила сабельника?» я и хочу посвятить следующую главу, которая так и называется: «Почему сабельник лечит».

Глава 5

Почему сабельник лечит



Как я уже говорил, только десять-пятнадцать лет назад начала возрождаться утраченная была слава одного из самых сильных средств народной медицины – сабельника болотного. Чтобы получить стойкий лечебный эффект, применять сабельник необходимо долго. Но ведь и исцеляет он тяжелейшие заболевания, которые иногда вообще не поддаются никакому лечению. А ведь 100–150 лет назад в народной медицине сабельник всюду использовали при ревматизме, радикулите, туберкулезе, желудочных заболеваниях и простуде. Как полоскание – при разрыхлении десен и зубной боли. Наружно – для заживления ран, при ушибах, ревматизме, радикулите.

Сегодня сабельник болотный успешно борется с болезнями, неподвластными другим средствам традиционной медицины. Среди этих упорных хворей и артриты, и артрозы, и онкологические заболевания, заболевания желудочно-кишечного тракта, сердечные недомогания. Почему сабельник, скромное болотное растение, оказывается одним из мощнейших лечебных растений, произрастающих на территории нашей страны? Все объясняется просто. В любом более или менее серьезном справочнике по лекарственным растениям или биологически активным веществам каждый найдет подробную справку, какие полезные вещества содержит сабельник болотный. Давайте и мы заглянем в такую книгу. И вот что мы там прочтем.

//-- Элементы и вещества, содержащиеся в сабельнике болотном --//

Сабельник болотный содержит фосфор, калий, магний и медь в уникальном физиологическом соотношении. В подземной части содержатся дубильные вещества, танины, витамин С (до 170 мг), каротин, флавоноиды (кверцетин), в листьях – различные

микроэлементы (фосфор, калий, магний, медь), ароматические кислоты (р-кумаровая кислота, феруловая кислота), в корневище – дубильные вещества, эфирное масло, содержащее терпеноиды (альфа- и бета-пинены, терпинеол).

Посмотрели? Поняли что-нибудь? Да, вроде бы названия все знакомые, а вот ответа на вопрос, почему же сабельник справляется с десятками тяжелейших болезней, справочник, конечно, не дает. Да и мне, скорее практику-травнику, чем теоретику, эта задача не по плечу.

Но как хорошо, что на свете есть друзья! Конечно, я сразу же вспомнил о своем друге Дмитрие Свечкине. Профессиональный биолог и мой коллега-травник с удовольствием откликнулся на просьбу разъяснить наконец вопрос, который всегда интересовал и меня, и всех тех, кто с помощью сабельника вылечил за полгода-год такие болезни, которые мучили этих людей десятки лет.

Микроэлементы сабельника, или Ученый разговор на кухне

И вот мы с Димой сидим у меня дома на Выборгской стороне. Он специально задержался на несколько дней после конференции фитотерапевтов, проходившей на берегах Невы. Беседу мы ведем, как и полагается, на кухне, но обсуждаем не очередное повышение цен или неудачную политику России в странах Северо-Центральной Африки, а более серьезный и насущный вопрос: что могут микроэлементы, составляющие суть и силу сабельника. Пьем мы, понятно, чай из листьев сабельника болотного, а не белое вино, которое некоторые почитают за напиток обязательный для интеллектуальных бесед на кухне.

//-- Фосфор в сабельнике --//

«Ну что ж, – сказал Дима, отхлебывая из громадной чашки ароматный болотный чай, – давай начнем разбор микроэлементов, содержащихся в сабельнике, с фосфора. Это мой любимый микроэлемент». Я воскликнул: «А я знаю почему! Ведь он для мозга необходим, для ума». Знаменитый тульский фитотерапевт рассмеялся: «Знаешь, если ума Бог не дал, то даже фосфор не поможет. Хотя кто знает... Но вот то, что фосфор – важнейший элемент, входящий в состав белков, нуклеиновых кислот, костной ткани, – это научный факт. Соединения фосфора принимают участие в обмене энергии, кислоты на его основе являются аккумуляторами энергии. Именно химические реакции с этими кислотами ответственны за жизнеобеспечение организма, за его мышечную и умственную деятельность».

«Ага, – перебил я разговарившегося ученого, – все-таки фосфор и голова имеют связь». – «Ну, определенную, – согласился Дима, – но все же важно и то, что фосфор укрепляет кости, поэтому нам нужно употреблять вдвое больше фосфора, чем кальция. К тому же фосфор важен для нормальной деятельности сердца и почек, он участвует в большинстве реакций обмена веществ. Еще фосфор ответствен за образование нуклеопротеинов, которые принимают участие в делении клеток и в воспроизводстве потомства. И потом, – тут лицо тульского ученого стало задумчивым и одухотворенным, – ты знаешь, Александр, фосфор положительно влияет на либидо, а ведь с некоторых пор, вот когда я прожил лет немало, я все думаю, что же важнее для нас: ум или либидо? [3 - Либидо (от лат. libido) в физиологии – половое влечение. – Примеч. ред.]»

//-- Калий в сабельнике --//

«Ну, то, что калий регулирует кислотно-щелочное равновесие крови, известно каждому ребенку», – произнес Дмитрий с той убежденностью ученого, который не сомневается ни в одном своем слове. Я кивнул, поскольку про это знал, и продолжил: «Калий участвует в передаче нервных импульсов, активизирует работу ряда ферментов, активизирует мышечную работу сердца, благотворно влияет на работу кожи и почек. Калий обладает защитным действием против нежелательного влияния избытка натрия и нормализует давление крови. По этой причине в некоторых случаях поваренную соль выпускают с добавлением хлорида

калия». – «Все правильно, Александр, ставлю вам по калию „отлично“, – удовлетворенно произнес Свечкин. – А ты действительно кое-что знаешь». «Конечно, знаю, – сказал я гордо, правда, перед приходом Свечкина я проштудировал его же книжку, где об этом все написано. Я не стал говорить об этом другу, а просто добавил: – Калий способен усиливать выделение мочи, что важно при отеках и отравлениях для быстрого выведения токсинов из крови». «Ну, ты даешь, Александр, – промолвил Свечкин, подумал и сказал: – Пожалуй, мы можем перейти к следующему элементу, магнию».

//-- Магний в сабельнике --//

«Магний участвует в формировании костей, регуляции работы нервной ткани, обмене углеводов и энергетическом обмене, – произнес тульский ученый, как припечатал. И тем же металлическим тоном Дима продолжил: – Магний улучшает кровоснабжение сердечной мышцы, обладает антиспастическим сосудорасширяющим эффектом, стимулирует двигательную активность кишечника и желчного пузыря, снижает уровень холестерина в крови, поэтому особенно необходим пожилым людям. Теперь ты понимаешь, в чем ценность магния и насколько важно, что в твоём знаменитом сабельнике он содержится в физиологически обоснованном количестве, ведь избыток магния снижает усвояемость кальция». Ну, тутияре-шилс я вставить словечко и сказал: «При недостатке магния повышается раздражительность». Свечкин остановился, посмотрел на меня удивленно, явно не понимая, кто я такой, потом, видимо, вспомнил, что он не на кафедре в институте, и поэтому закончил очень просто: «Правильно, Александр, ведь магний участвует в передаче нервного сигнала, помогает адаптироваться к холоду, служит структурным компонентом костей и зубной эмали, а также принимает участие в мышечном расслаблении сосудов. Магний участвует в обмене фосфора, способствует снижению давления крови».

После этих слов Свечкин помолчал, поднял палец и почему-то громким шепотом промолвил: «А во время климакса у женщин магний способствует снижению отрицательных проявлений этого состояния». Вот когда Дима про последнее сказал, я понял, что он все-все на свете знает.

//-- Медь в сабельнике --//

Мы опять налили с Димой по чашечке душистого, тонизирующего болотного чая. Не знаю, как вам, а мне очень нравится этот напиток (рецепт я дам, вы обязательно попробуйте). Дима хитро на меня поглядел и произнес:

«Медь участвует во всех окислительно-восстановительных реакциях организма, активизирует действие многих ферментов. При любом воспалении возрастает потребность в меди. Применение меди целесообразно и даже необходимо...» – Здесь Дима замолк и многозначительно стал глядеть на меня. Аянерастерялся и закончил фразу биолога: «...при лечении артритов и артрозов любого происхождения». Еще бы, мне ли не знать об этом удивительном свойстве меди – лечить артриты и артрозы, ведь я две книги написал про эти заболевания. Поэтому я изучил гору литературы, как научной, так и очень научной. И вот про медь я уяснил следующее.

– При разных заболеваниях – гепатите, циррозе печени, анемии, лейкозах, диатезах, туберкулезе, менингите и многих других, – значительно повышается концентрация меди в крови. Мало того, есть прямая зависимость между содержанием меди в сыворотке крови и повышением температуры тела в результате воспалений. Медь играет важнейшую роль в окислительно-восстановительных процессах на клеточном уровне.

А вот теперь – внимание: нехватка меди значительно затрудняет лечение и профилактику воспалений.

– Медь активизирует синтез гемоглобина, участвует в процессах клеточного дыхания и

хранении кислорода в клетках мозга.

- Медь поддерживает белковый обмен, участвует в построении костной ткани.
- Ионы меди входят в состав многих ферментов.
- Медь участвует в проведении нервного импульса, нормализует работу нервной системы.
- Медь входит в состав пигментов, обеспечивающих цвет наших волос и кожи.
- Обеспечивает хороший рост волос и благотворно влияет на их состояние. При недостатке меди волосы становятся ломкими, сухими и непослушными.

Я уже упоминал в своих книгах, что моя мама постоянно лечила головные боли и синуситы медью, и ей очень хорошо помогало, хотя у меня, например, медь не прилипала и, соответственно, не помогала мне. Хочу, однако, рассказать еще об одном «медном» рецепте моей мамы: «медной воде». Она использовала ее для дезинфекции желудка. А вообще, медная вода используется для лечения ожирения, болезней печени и селезенки. Для приготовления этой воды промывают медную пластинку размером 5 x 5 см в известковой воде, затем кипятят ее в 1 л воды, пока половина объема воды не выкипит (монеты надо брать до 1961 г. выпуска). Пьют по 2 ч. ложки 3 раза в день в течение месяца.

На этом наша беседа с Димой Свечкиным на кухне об основных микроэлементах, которые содержатся в сабельнике, подошла к концу. Нам осталось с ним заглянуть в справочник по употреблению тех микроэлементов, о которых мы с ним говорили, и поделиться этой информацией с вами.

Биологически активные вещества сабельника

К сожалению, Дима Свечкин уехал в Тулу сразу же после нашего разговора о микроэлементах на кухне за чашкой болотного чая. Я отвез знаменитого биолога и фитотерапевта на Московский вокзал. Пока я его вез по забитым машинами дорогам северной столицы, мы договорились со Свечкиным, что он вышлет мне подготовленные материалы по БАВам (биологически активным веществам) сабельника. А я уже их посмотрю, отредактирую, чуть упрощу (а то Дима – человек ученый и любит загнуть такое, что и ему самому, мне кажется, не совсем понятно) и поставлю в книжку. И что же? Ровно через 10 дней из Тулы на мой абонентский ящик пришел толстый конверт. Биолог и фитотерапевт сдержал свое слово.

Вот что он мне написал в краткой сопроводительной записке, которую приложил к набранным на компьютере научным текстам:

Дорогой Александр! Твое любимое болотное растение просто чудо как хорошо! Вчитайся в мои короткие строчки: ведь в составе сабельника столько болотной поэзии, столько природной любви, столько целительской силы. Ну послушай, послушай, мой дорогой коллега: в листьях сабельника обнаружены дубильные вещества, аскорбиновая кислота и каротин. Александр, это сочетание БАВов прекрасно, как сама жизнь. Кроме того, трава сабельник содержит в большом количестве водорастворимые сапонины и в небольших количествах красящие и смолистые вещества, флавоноиды, слизи, камеди и эфирное масло, органические кислоты (изовалериановая и изомасляная), метилгептинен, терпинсал и альфа-пинен. Ты понимаешь, что такое сочетание прекрасно, как лунная ночь над Днепром. А сок травы обладает фитонцидной активностью, в цветках же декопа присутствуют антоцианы (противоопухолевые вещества!) и антикоагулятивные вещества, которые разжижают кровь. Александр, да ведь сабельник – это избранное из собрания сочинений природной кладовой! Твой Дима Свечкин.

Ну вот, а еще некоторые говорят, что Дима Свечкин сухарь и ни о чем с ним невозможно говорить, кроме как о растениях. Это, может, и правда, зато как он об этом говорит! А теперь я коротко опишу действие этой, по словам Свечкина, природной кладовой, действие, которое и дает право называть сабельник болотный одним из самых сильных целителей России.

//-- Антоцианы --//

Антоцианы – красящие вещества (пигменты) растений красного, синего и фиолетового цвета. Антоцианы обладают уникальными свойствами – подавляют рост опухолей. Приготовленные из растений, содержащих антоцианы, водные и подкисленные настои в течение нескольких часов уничтожали бактерии дизентерии, брюшного тифа, паратифа. Исследования показали, что соки, содержащие антоцианы (например, из брусники), полностью ликвидируют заражение организма трихомонадами у 100 % зараженных животных; при этом антоцианы полностью уничтожают и таких простейших паразитов, как лямблии. Заболевания, вызываемые трихомонадами, с трудом поддаются лечению небезопасными лекарственными препаратами. Таким образом, очевидна перспективность применения антоцианов для уничтожения простейших паразитов (а тема: эта, как мне кажется, очень важна каждому человеку, который хочет быть здоровым, надо начать бороться с засильем паразитов, поселившихся у него в организме!).

//-- Флавоноиды --//

Флавоноиды – вещества, содержащиеся в высших растениях. Состоят из двух компонентов: сахара и несахарной части – агликона, который и обеспечивает лекарственное действие. Некоторые флавоноиды обладают антисептическим действием и Р-витаминной активностью. Используют эти вещества в фармацевтической промышленности для изготовления красителей, пищевых антиоксидантов, антисептиков. Недостатком флавоноидов является то, что они быстро разрушаются при неправильной заготовке (сушке) сырья (поэтому внимательно читайте мои рекомендации по сушке сабельника). В сабельнике, так же как и в моем любимом золотом усе, содержатся такие флаво-ниды, как кверцетин и кемпферол. О них я уже писал, так что только напомним об их замечательных способностях. Кверцетин обладает противоопухолевой активностью, используется при гипо- и авитаминозах, аллергических заболеваниях, кровоизлияниях в сетчатку глаза, нарушении работы капилляров, ревматизмах, нефрите, гипертонии, кори, скарлатине, сыпном тифе. Кемпферол используется при нарушении работы мочевыделительной системы, входит в состав противовоспалительных препаратов.

//-- Ароматические кислоты --//

Ароматические кислоты относятся к группе органических кислот, в составе которых присутствует бензольное кольцо; именно они обладают наибольшим терапевтическим эффектом среди органических кислот. В траве сабельника содержатся р-кумаровая и феруловая кислоты. Р-кумаровая и феруловая кислоты очень эффективны, то есть защищают печень от токсинов (ядов). Теперь вам, наверное, понятно, почему сабельник – отличный очиститель организма!

//-- Танины, или дубильные вещества --//

Танины, или дубильные вещества получили свое название из-за способности дубить кожи и делать их непроницаемыми для воды. Обычно для этой цели использовали кору дуба, поэтому процесс называли дублением, а вещества – дубильными. Танины связывают соли тяжелых металлов и способствуют их выведению из организма. В корневищах сабельника содержится эллаговая кислота, относящаяся к танинам. Эллаговая кислота обладает противоопухолевой, антимуtagenной активностью, используется в качестве профилактического противоракового средства (вот вам и еще одно объяснение, почему сабельник применяется при лечении рака).

//-- Терпеноиды --//

Терпеноиды широко распространены в природе, главным образом, в растительных, реже – в животных организмах. Тритерпены относятся к гликозидам, они обладают противовоспалительной, антимикробной и противовирусной активностью, оказывают стимулирующее действие, повышают иммунитет. Они же составляют основную массу очень популярного лечебного средства – скипидара. В эфирных маслах сабельника можно обнаружить альфа-и бета-пинены и терпинеол. Альфа– и бета-пинены обладают местно раздражающим, антисептическим, отхаркивающим, диуретическим действием. Именно их наличием объясняется применение сабельника при простудах и кашле, а также для чистки организма. Сабельник является мочегонным средством. Мало того, если вы будете внимательно изучать состав современных гелей для ванн, косметических средств для ухода за кожей, вы наверняка обнаружите там это соединение с весьма странным названием; оно обеспечивает антисептические свойства этих средств.

Терпениол образуется в хвойных деревьях и придает воздуху запах свежести. Именно это вещество используется во многих освежителях воздуха; помимо того, оно обладает удивительными целебными свойствами. Оно используется при аллергиях и болезнях органов дыхания – астмах. За счет терпениола воздух в сосновом лесу фактически лишен бактерий, а под кронами кедров можно даже делать операции. Вот какова антисептическая сила этого вещества. И наш любимый сабельник не обделен им.

//-- Каротин --//

Бета-каротин является одним из природных каротиноидов, которых насчитывается свыше 600. Каротиноиды – это пигменты от желтого до красного цвета, которые широко распространены в растениях. Бета-каротин – предшественник витамина А. Он улучшает функционирование иммунной системы организма, состояние кожи. Но вот что важно: будучи мощным антиоксидантом, бета-каротин превращает свободные радикалы молекул кислорода в обычные молекулы. Таким образом, он способствует снижению риска развития онкологических и других заболеваний, возникающих в связи с повышенной экологической нагрузкой на человека; активизирует функции лейкоцитов и способствует тем самым профилактике инфекционных и простудных заболеваний. Кроме того, бета-каротин способствует сохранению в организме витамина С и улучшает клеточный обмен.

Бета-каротин, входящий в сабельник, рекомендован к употреблению:

- в качестве профилактики онкозаболеваний;
- при сердечно-сосудистых заболеваниях;
- при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки;
- при подверженности инфекциям (в особенности респираторным).

Подведем итоги

Прочитав информацию, которую предоставил мне Дима, я в очередной раз поразился тому, какие удивительные природные кладовые полезных веществ создает природа, и, надо признаться, даже загордился. Такого внушительного списка биологически активных веществ, как у моего любимого сабельника, я еще не видел. А самое главное, все его лечебные свойства легко подтверждаются, и сразу понятно становится, почему же называют его великим целителем. Одно только тревожит: ведь все эти замечательные вещества не только сохранить надо, но и усилить их лечебные свойства. А вот как это сделать, вы узнаете из следующей главы.

Глава 6

Сабельник болотный и его друг чайный гриб

Секрет молодости Ани

□

Есть у меня хорошая знакомая. Зовут ее тетя Аня. Человек она пожилой, но как выглядит! Любо-дорого посмотреть. Цвет лица замечательный, фигура – молоденькая позавидует, глаза ясные, мысли свежие, смех, как серебряные колокольчики. Рядом с таким человеком находиться – одна радость. А знаете, сколько ей лет? Ни за что не догадаетесь! 89 стукнуло недавно. Я, честно говоря, когда узнал, сколько лет Ане (она просит ее называть так, по-простому, говорит, не выносит всех этих «тетя», а за «бабушку» и поколотить может), долго не верил. Пришлось ей паспорт мне показать. Вот тогда, а было это ровно три года назад, я задался вопросом: в чем же секрет молодости Ани. Что за средство Макрополуса она применяет, чтобы оставаться молодой и женственной. Я и так, и этак Аню все выспрашивал. Она смеется и ни в какую. Мне даже на одно мгновение показалось, а не подписывала ли она каких-нибудь бумажек своей кровью. Впрочем, когда я ей подарил корни сабельника и они ей помогли опухшее колено вылечить, Аня наконец согласилась открыть свою «страшную» тайну – тайну вечной молодости.

Тетя Аня и чайный квас

А начала Аня свой рассказ с того, что родилась она в семье русского офицера. Во время гражданской войны ее семья вместе с отступавшей армией Колчака оказалась на Дальнем Востоке. Отец Ани то ли погиб, то ли сумел перебраться в Китай, но девочка осталась с мамой во Владивостоке. Не буду пересказывать сейчас трагическую судьбу Ани. Как бы там ни было, она сумела закончить дальневосточный художественный техникум, прожить интересную, творческую жизнь. Нас интересуют все же вопросы молодости, здоровья и красоты. Так вот, на Дальнем Востоке и китайцы, и русские, которые там жили, пили какой-то странный и очень вкусный напиток. Это был чайный гриб, или, как его тогда называли, чайный квас. Этот гриб – чайный, он же японский, он же морской квас, он же меду-зомицет – пришел с русско-японской войны. Сначала он попал в Забайкалье, потом – в Сибирь, а в середине XX века в любом русском городке чайный квас был одним из любимых напитков. На самом деле это не гриб, а симбиоз дрожжевых бактерий и бактерий уксусного брожения, образовавших колонию.

Вот Аня, можно сказать, с младых ногтей и пьет чайный гриб. Даже в войну она возила с собою банку с грибом. Так что Аня, можно сказать, академик чайного гриба. Она мне и рассказала, что кормится гриб чайной заваркой и сахаром, вырабатывая взамен комплекс целебных веществ. Настой чайного гриба приводит расстроенное пищеварение в порядок. Одни пользуются этим настоем при головной боли, другие – при бессоннице, третьи – при гипертонии. А четвертые при ожоге кладут на кожу тонкий слой грибной массы, меняя ее по мере высыхания, – очень помогает.

Студенистая масса чайного гриба, плавающая в растворе сахара, превращает его в кисловатый освежающий напиток, не только приятный на вкус, но и полезный. В нем содержится целый комплекс полезных для организма веществ: сахар, кофеин, уксусная и лимонная кислоты.

Аня как-то читала в серьезном научном журнале, что в результате ряда исследований было установлено: чайный гриб обладает довольно выраженным свойством антибиотика. Поэтому его настой рекомендуют как полоскание для лечения язвенного стоматита.

Регулярное употребление чайного кваса по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой в течение 2–3 недель улучшает самочувствие людей, страдающих склеротическими формами гипертонической болезни, снижает артериальное давление, омолаживает организм. Именно этим и объясняет свое здоровье и неувядающую красоту Аня. А готовит Аня напиток так.

В кипяченую воду, где развивается гриб, добавить настой обычного чая (до небольшого подкрашивания воды) и сахар (из расчета 2 ст. ложки на 3 л жидкости) и оставить его настаиваться в стеклянной банке. Чайный гриб будет готов к употреблению после 7-10-дневного настаивания при температуре 25 °С. Периодически гриб надо промывать в чистой воде.

//-- Настой чайного гриба на сабельнике --//

Вот так, с легкой руки Ани я и сам начал пить с большим удовольствием настой чайного гриба в профилактических целях. Когда я рассказал об этом моему другу Николаю, тот, как всегда, не удержался и съязвил: «Ну что, друг Александр, ты омолодиться, что ли, решил?» А вы знаете, я не особенно и обиделся. Во-первых, я не слишком-то еще и стар, чтобы обижаться, когда по поводу моего возраста прохаживаются. А потом, ведь чайный квас действительно полезен зимой, во время ослабления иммунитета, и в периоды вспышек инфекционных заболеваний. Только готовлю я его немного по-другому, чем Аня. Вместо чайной заварки я использую отвары и настои целебных растений. Ну и, конечно, главным элементом моего сбора для чайного гриба является сабельник. Вот, даю вам два моих фирменных рецепта. Записывайте, их никто, кроме нескольких друзей, пока не знает.

//-- Фирменный рецепт-1 --//

В трехлитровую банку с чайным настоем гриба опустить в марлевом мешочке 2 ст. ложки измельченных корневищ сабельника (не забудьте положить в мешочек серебряную монетку или колечко в качестве грузика), затем добавьте 2 ст. ложки сахара, накройте банку марлей и оставьте настаиваться на неделю в теплом месте.

//-- Фирменный рецепт-2 --//

В трехлитровую банку, где растет чайный гриб, добавить стакан водного настоя золотого уса, добавить 2 ст. ложки сахара, затем накрыть банку марлей и оставить настаиваться в теплом месте на неделю.

Напомню, что настой золотого уса готовится следующим образом: один крупный лист растения заливается стаканом крутого кипятка и настаивается в термосе в течение суток.

Могу вам по большому секрету сообщить: мой друг Николай и его жена Наталья чайный гриб с сабельником пьют уже целый год. Говорят, что стали себя чувствовать гораздо лучше, даже помолодели. Так что имеет смысл попробовать и вам этот очень полезный напиток. Да он к тому же очень вкусный.

Чайный гриб на сабельнике незаменим для профилактики простудных и вирусных, а также раковых заболеваний, при туберкулезе, гипертонии. Незаменим настой чайного гриба на сабельнике в качестве потогонного средства при простуде и гриппе, для лечения авитаминоза, заболеваний опорно-двигательной системы и расстройств пищеварения. Студенистую массу гриба, выращенного на сабельнике, можно использовать в качестве примочек, для лечения остеохондрозов, ушибов, ран. Используют его также для полоскания при стоматитах и ангинах.

И вот в чем я совершенно уверен: настой чайного гриба на лекарственных травах обладает особой фитонергетической силой. Так же, впрочем, как и водные настои других трав: сушеницы болотной, ромашки аптечной, солянки холмовой и т. п.

//-- А теперь немного теории --//

На идею приготовления чайного кваса, настоящего на сабельнике, меня натолкнула теория ферментов, изложенная в книге Б. В. Болотова «Здоровье человека в нездоровом мире». [4 -

Болотов Б. В. Здоровье человека в нездоровом мире. СПб.: Питер, 2005.] С теорией украинского ученого я был знаком задолго до появления книги. Для создания своих лечебных ферментных квасов Борис Васильевич использует молочнокислые бактерии, продукты жизнедеятельности которых (ферменты) становятся особо целебными благодаря присутствию лекарственных растений.

Однако, живя в городе, трудно получить целебный квас, используя в качестве закваски молокопродукты, поскольку живых бактерий после многочисленных обработок там почти не остается. Да и натуральными сметану или кефир, которые мы покупаем в магазине, назвать очень трудно. Так что вместо пользы такой квас может, того и гляди, вред нанести. Совсем другое дело ферменты, образованные в результате жизнедеятельности чайного гриба. В этом процессе участвует сразу два вида бактерий, которые по своему происхождению гораздо ближе к растительным клеткам, а значит, их взаимодействие приносит еще более весомые лечебно-профилактические результаты.

Кроме того, целебная энергия растений теряется при кипячении в процессе изготовления настоев или отваров. Совсем другое дело, когда целебные вещества и фитоэнергетика растения извлекаются из них близкими по духу и происхождению микроорганизмами. В этом случае эффективность максимальна. Мало того, вы получаете очень вкусный напиток, способный окислить ваш организм. А ведь Борис Болотов уже давно объяснил, почему окисление организма производит положительный эффект. Чтобы подтвердить этот тезис, хочу привести цитату самого Бориса Васильевича:

Чтобы избавить организм от шлаков, которые делают соединительные ткани хрупкими, и поэтому от малейших ударов появляются кровоизлияния и т. п., необходимо на шлаки воздействовать кислотами. В организм необходимо вводить такие кислоты, которые были бы, с одной стороны, безопасны для организма, а с другой стороны, были способны растворять шлаки, превращая их в соли. Такими кислотами оказались вещества, которые образуются в результате опять-таки деятельности микроорганизмов животного происхождения в кислотной среде. Бродильный процесс этих клеток в кислородной среде образует кислоты уксусного направления, или ферменты, среди которых может находиться и обычный уксус

Фитоэнергетические коктейли Кородецкого

Мой друг из Тулы, биолог-фитотерапевт Дмитрий Свечкин любит повторять: «Лечебная энергия растения зависит от его приготовления!» Что-что, а в этом Дима почище любого академика-мичуринца разбирается. Я же со своей стороны могу подтвердить, что если на этапе приготовления лечебных препаратов из растительного сырья вам не удастся добраться до энергетической основы растения, то его действие будет ослаблено. Именно поэтому я стараюсь не только сохранить фитоэнергию трав и растений во время их сбора и заготовки, но и пробудить во время создания народного лекарственного средства.

Именно для этой цели служат лекарственные фитоэнергетические коктейли. Не пугайтесь (или не радуйтесь)! Конечно, мои напитки никакого отношения к барам, ресторанам и шикарной жизни не имеют. Ведь что такое коктейль? Это смесь различных жидкостей. Вот фитоэнергетические коктейли и являются смесью настоев, отваров, спиртовых настоев и других разновидностей лекарственных средств. Причем в данном случае учитывается оптимальный способ приготовления того или иного целебного снадобья. Мало того, эти коктейли необычайно красивы и очень вкусны благодаря добавке кислорода. В последнее время, к сожалению, стали забывать о таком поистине волшебном целительном напитке, как кислородный коктейль.

Нам не хватает кислорода!

Со школьной скамьи нам известно, что кислород был основным элементом при зарождении жизни на Земле, и сейчас он необходим для активной и здоровой жизни. Однако за последние 200 лет содержание кислорода в воздухе сократилось почти вдвое. Причина – экологические катаклизмы. А что уж говорить о мегаполисах и городах, которые просто напичканы фабриками и заводами. Это, конечно, не означает, что концентрация кислорода уменьшилась, это говорит о том, что в воздухе повысилось содержание вредных примесей, выхлопных газов и т. д. Далеко за примером ходить не надо.

Вот, например, наш город Санкт-Петербург. Известно, что он построен в таком месте и таким образом, что воздух в нем застаивается. И кажется, что ветер дует сильный, но он просто гоняет воздух над градом Петровым, как следует не проветривая его. Заводы, фабрики, машины съедают остатки кислорода, да еще высокая влажность. И нечего удивляться, что люди в нашем городе постоянно жалуются на головные боли, постоянную усталость, они все время хотят спать, а разговоры их – это бесконечные вариации на тему «сегодня что-то не по себе, наверное, высокое (низкое) давление».

//-- Почему Павлу тяжело дышать --//

У меня есть приятель, Павел, который из тех, кто все время жалуется. Голова болит – виновато атмосферное давление. С утра настроение отвратительное – перепады температуры!. Сердце ноет – влажность воздуха высокая. И все это потому, что такие люди все время чувствуют себя не то чтобы больными, но и не здоровыми, ощущают дискомфорт. Вот такой человек и начал несколько лет назад работать в фирме по продаже садового инвентаря. Начали его посылать в длительные командировки по маленьким русским городкам. И представляете, приезжает он из этих командировок и каждый город нахваливает. А главное, он там отлично себя чувствует, ничего у него не болит и настроение отличное. А как вернется в Петербург, все мается. Удивлялся он, удивлялся, да и обратился ко мне, как к своему единственному знакомому, кто связан с народной медициной. Спрашивает: «Слушай, Александр, может, меня сглазили, или правда у нас город, которому пусту быть, но что за чертовщина: как сюда приезжаю, так все болячки наружу выползают...» А чего удивляться! В маленьких городках моему приятелю хватает воздуха, а в Петербурге – нет.

И то же самое, что происходит с Павлом, происходит с тысячами таких же, как он, с теми, кто страдает от недостатка кислорода или, как еще называют это состояние, от гипоксии.

Гипоксия оказывает влияние на системы, ответственные за транспортировку кислорода к тканям, иммунитет, на гладкие мышцы сосудов, на кислородные параметры крови, на структуру и функцию печени и других органов, вызывая многие их заболевания.

В момент нашего с вами бодрствования активизируется деятельность тех систем, которые ответственны за транспорт кислорода к тканям, в первую очередь, систем дыхания, кровообращения и кроветворения. Мышечная активность обуславливает увеличение потребности мышц в кислороде, которая не покрывается в течение дня. Поэтому обнаруживается несоответствие между кислородным запросом и возможностью его удовлетворения, что в конечном счете приводит к кислородной недостаточности.

Вот я тогда и посоветовал Павлу первым попробовать кислородные коктейли. Именно эти коктейли и помогли моему другу чувствовать себя прекрасно и в нашем бедном кислородом городе. Я без всякого преувеличения могу вам сообщить, что кислородные коктейли помогут вам ликвидировать нехватку кислорода в организме в любое время.

Готовим кислородный коктейль

Что же такое кислородный коктейль? Во-первых, это вкусное лакомство, которое к тому же очень полезно. Причем пить кислородный коктейль можно практически всем, даже совсем маленьким детям. Кислородный коктейль представляет собой сладковатую пену, полученную с помощью обогащения медицинским кислородом витаминизированной смеси, приготовленной на основе растительных сиропов, настоев и отваров с различными добавками.

Добавки могут быть самыми разнообразными – настой шиповника, глюкоза, витамины группы В и С, настои лекарственных растений, например, желчегонных или слабительных. Для того чтобы пена была более густой, в коктейль добавляют фруктовые соки, концентрат хлебного кваса, настой лакричного корня. Кстати, от добавок зависит сам эффект процедуры, поэтому выбирать их нужно не по вкусу, а по назначению.

Дома приготовить кислородный коктейль очень легко. Для этого вам не понадобится громоздкое дорогостоящее оборудование. Во многих аптеках сейчас продаются маленькие бытовые баллончики с кислородом, кислородные подушки или набор для кислородного коктейля, выпускаемый промышленным способом. Хочу обратить ваше внимание на то, что в данном наборе к баллончику с кислородом прикладываются пакетики с витаминной смесью, куда входит экстракт шиповника. Эту смесь можно безбоязненно использовать в приготовлении коктейлей по моим рецептам, с той только разницей, что не следует использовать для разведения смеси просто воду. Гораздо большей целительной силой будет обладать тот напиток, для изготовления которого использовались отвары трав, например сабельника болотного, ромашки, золотого уса и других лечебных растений, а также специальные добавки, о которых я еще буду говорить.

Рецепты настоев для коктейля

Для основы кислородного коктейля можно взять следующие витаминные, общеукрепляющие настои. Они готовятся из расчета 2 ст. ложки сырья на стакан кипятка. Настаивать в течение часа, процедить, добавить ягодный сироп. В качестве основы для коктейля хорошо использовать сироп шиповника (для витаминизированного профилактического коктейля) или густой экстракт корня солодки.

//-- Рецепт № 1 --//

- Плоды шиповника – 2 ст. ложки
- Плоды смородины – 1 ст. ложка
- Листья черной смородины – 1 ст. ложка
- Корни сабельника болотного (измельченные) – 2 ст. ложки

//-- Рецепт № 2 --//

- Листья брусники – 1 ст. ложка
- Листья крапивы – 1 ст. ложка
- Измельченный лист золотого уса
- Измельченные корневища сабельника – 1 ст. ложка

Следующий рецепт является поистине уникальным, так как вместо сахарного сиропа в нем используется удивительное растение стевия (более подробно я буду рассказывать о ней в своей следующей книге «Стевия – шаг в бессмертие», а краткую информацию о ней вы найдете в небольшой главе из этой книги, помещенной в конце).

Итак, прежде всего необходимо приготовить сироп из стевии.

100 г сухих листьев стевии (можно использовать расфасованные в специальные пакетики) заливают 1 л кипятка и кипятят на маленьком огне или выпаривают на водяной бане до тех пор, пока капля не перестанет растекаться на твердой поверхности.

Следующие составляющие коктейля могут быть производными. Я предлагаю такой вариант.

//-- Рецепт № 3 --//

- Трава зверобоя – 1 ст. ложка
- Трава мелиссы – 1 ст. ложка
- Сушеные плоды земляники – 1 ст. ложка
- Цветы липы – 1 ст. ложка

Понадобятся вам также трехлитровая банка, плотная пластмассовая крышка к ней и две стеклянные или пластмассовые трубочки диаметром 5 миллиметров. Полтора-два стакана разведенного холодным настоем или отваром травы сабельника болотного сиропа помещают в банку. Плотно закрывают ее крышкой, в которую уже аккуратно вставлены трубочки. Первая трубка должна одним концом погружаться в раствор, другой конец соединяется с кислородной подушкой. Нижний конец второй трубки не должен доходить до раствора, оставьте между ними промежуток 2–3 сантиметра. Как только в банку начнет поступать кислород, образуется густая пена, которая начнет выходить наружу из второй трубочки – только подставляйте стаканы.

Правила употребления кислородных коктейлей

Главная ошибка многих – пить кислородный коктейль без меры, как обычную воду. Несмотря на видимую безобидность, это действительно самое настоящее лекарство. А оно имеет свои показания и дозировки.

Коктейль лучше всего принимать взрослым по одной порции утром и по две вечером, детям – по одной утром и вечером. Маленьким детям (до 5 лет) не рекомендуется больше одной порции.

Прошу обратить ваше внимание на то, что для детей младше 6 лет не рекомендуется изготавливать кислородные коктейли с использованием лекарственных трав. В данном случае самым лучшим вариантом будут коктейли из фруктовых сиропов с водой.

Кому необходим кислородный коктейль?

Прежде всего, кислородный коктейль рекомендуется для общего улучшения обменных процессов при лечении сердечно-сосудистых заболеваний. Он поможет избавиться от одышки, болей в сердце, нормализует кровообращение.

Коктейль будет полезен и тем, кто страдает от язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронического гастрита. Им могут лакомиться и больные диабетом. В этом случае следует подслащивать коктейль сиропом стевии.

При помощи кислородного коктейля вы можете справиться с синдромом хронической усталости.

Изучение механизма возникновения утомления (или переутомления) показало, что оно часто вызывается кислородной недостаточностью, поэтому целесообразно профилактическое применение кислородного коктейля с целью предупреждения предпатологических и патологических состояний.

//-- Коктейль-лекарь --//

Кислородный коктейль сослужит добрую службу людям с бронхолегочными

заболеваниями, аллергикам, особенно в весенний период.

Кроме всего перечисленного кислородный коктейль имеет еще много других показаний к применению. Например, таких, как функциональные расстройства сердечнососудистой и центральной нервной системы, вызванные эмоциональными и физическими перегрузками, ишемическая болезнь сердца, гипертония, гипотония, такие заболевания печени, как хронический гепатит, холецистит, цирроз печени в стадии компенсации.

Кислородный коктейль применяют при эндокринных заболеваниях крови, инфекционных заболеваниях, аскаридозе.

//-- Улучшение сна --//

Под влиянием оксигенотерапии, т. е. после употребления кислородного коктейля, нормализуется сон: он становится более глубоким, уменьшается период засыпания и двигательной активности. Наблюдается усиление охранительного торможения, улучшение состояния центральной нервной системы.

Снотворное действие кислорода нельзя отождествлять с действием обычных снотворных препаратов, так как, в отличие от последних, кислород является физиологически необходимым веществом, без которого немыслима жизнедеятельность организма. Снотворное действие кислорода, прежде всего, обусловлено устранением или уменьшением гипоксии центральной нервной системы.

//-- Пьем коктейли и худеем --//

Для желающих снизить свой вес будет интересно узнать, что кислородный коктейль снижает чувство голода и улучшает обмен веществ. Кислородные коктейли можно использовать также в качестве эффективного средства для двухдневного голодания (в субботу – воскресенье вместо еды – 4–5 коктейлей в день). За это время обновляется желудочная микрофлора и происходит полное очищение кишечника. Два дня употребления вкусной и полезной кислородной пены равны неделе обычного голодания.

Человеку, привыкшему к употреблению относительно большого количества пищи, при переходе на малокалорийный режим питания бывает трудно подавить чувство голода. Немаловажен и тот факт, что в организме накапливаются продукты обмена (продукты неполного сгорания жира), которые тормозят мобилизацию жира из жировых депо, тем самым снижая темпы похудения, и чем больше вы ограничиваете себя в питании, тем больше таких продуктов накапливается. Исходя из вышесказанного, я рекомендую на фоне любой диеты принимать кислородный коктейль. Попадание в желудок кислородной пены позволяет резко снизить калорийность пищи при одновременном сохранении ее объема.

Хотелось бы добавить, что попадание в желудок кислородного коктейля активизирует моторные, ферментативные и секреторные функции желудочно-кишечного тракта, нормализует его микрофлору, а значит, улучшает пищеварительный процесс, ускоряет расщепление питательных веществ.

Глава 7

101 рецепт от 100 болезней



Когда я отбирал материалы к этой главе, ко мне домой зашла уже хорошо знакомая вам Валентина Ивановна. Я провел ее в свой кабинет, а она, как всякая женщина, очень любопытна, поэтому сразу же взглянула на экран компьютера, где крупными буквами светилась только одна надпись – название этой главы. Вот Валентина Ивановна и спросила удивленно: «Александр, а почему вы назвали эту главу так странно? Ведь обычно говорят о ста рецептах, число круглое, красивое, значительное». Я был очень озадачен ее вопросом

(почему, вы сейчас поймете). Я подумал и ответил: «Да знаете, дорогая Валентина Ивановна, ведь рецептов, в которых сабельник участвует, я собрал, как мне кажется, больше, чем на свете болезней существует. Вот поэтому и решил так эту главу назвать». Моя знакомая покачала головой и промолвила: «Да, Сашенька, вот ведь вы какой: и писатель из вас отличный вышел, и сабельник ваш – одно из самых сильных растений, которые я встречала в народной медицине».

Вот как приятно выражается Валентина Ивановна. Я, честно говоря, от стыда не покраснел, мне даже приятно было. Хотя насчет хорошего писателя, это вам, мои читатели, судить, а вот про сабельник – ни минуты не сомневаюсь: это скромное болотное растение от всего может исцелить и всякого на ноги поставит. Что же касается названия главы, то хочу признаться про 101: это была моя опечатка, я хотел цифру 100 поставить, но ведь, согласитесь, так даже лучше вышло.

Впрочем, давайте-ка все-таки к делу перейдем. Вы уже знаете, какие активные вещества сабельника и каким образом воздействуют на наш организм. Поэтому в данной главе я не буду повторяться, а буду сыпать из своей большой корзины собирателя трав и растений своими любимыми рецептами. А начну я с главного – с экстренной помощи организму, с того, что необходимо каждому, – с повышения своих жизненных сил, с укрепления иммунной защиты. И, оказывается, сабельник в этом деле незаменимый помощник!

Сабельник укрепляет здоровье

Всем нам знакомы первые признаки снижения функций иммунной системы. Головная боль, раздражительность, усталость, разбитость организма. Правда, обычно мы не всегда придаем этим симптомам должное значение. Но, оказывается, уменьшение защитных сил приводит не только к опасности подхватить инфекцию, длительное снижение уровня иммунного статуса может привести к развитию таких процессов, как аллергия, дерматиты, рожистые проявления, воспаление легких, бронхов, воспаление десен, зубов, развитие кариеса, ангина, повышенная температура тела и многих других. Поэтому в любом случае всем нам, особенно осенью, зимой и весной (для жителей нашей страны эти времена года составляют практически весь год), небольшая помощь организму в деле самовосстановления иммунных сил очень даже не помешает.

//-- Фитоэнергетические чаи на сабельнике --//

Фитоэнергетические чаи Кородецкого стимулируют иммунитет, повышая защитные силы организма, действуют тонизирующе и общеукрепляюще. Эти чаи регулируют обмен веществ, деятельность нервной и эндокринной систем, улучшают функцию пищеварительных и выделительных органов, улучшают память. Главное, что необходимо, чтобы приготовить фитоэнергетический чай Кородецкого, – не забудьте добавлять в чай по 1 ч. ложке спиртовой настойки золотого уса. А вместо сахара желательно использовать замечательный природный подсластитель – стевию, и будут тогда мои чаи и вкусны, и очень полезны. Пейте их, и вам будут не страшны никакие болезни!

//-- Настойка золотого уса --//

Ну а тем, кто не читал мою книгу «Новые тайны Золотого уса», я сейчас расскажу, как приготовить настойку золотого уса (каллизии душистой).

Для приготовления настойки надо 12 колен золотого уса измельчить (растереть в неметаллической посуде пестиком или мелко порезать пластмассовым или костяным ножом) и залить 0,5 л водки, настаивать в течение трех недель, затем процедить, перелить в бутылку, плотно закрыть и хранить в темном месте.

//-- Чаи, повышающие защитные силы организма --//

Эти рецепты можно использовать и в качестве фитоэнергетических чаев, и для настаивания

на чайном грибе, и для приготовления фитоэнергетических коктейлей Кородецкого.

//-- Чай болотный --//

- Сушеные ягоды черники – 1 ст. ложка
- Листья голубики – 1 ст. ложка
- Морошка – 1 ст. ложка
- Корни сабельника – 1 ст. ложка

У вас получится прекрасный, душистый напиток, очень полезный для диабетиков, улучшающий зрение, помогающий при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

//-- Чукотский чай --//

Возьмите 3–4 ч. ложки сушеных листьев сабельника на стакан кипятка, настаивайте 10–15 мин (если напиток покажется слишком терпким, то уменьшите количество ложечек с сухим сырьем до двух).

На Чукотке листья сабельника болотного используют как заменитель чая. А готовить его просто.

//-- Чай дачный --//

- Листья черной смородины – 1 ст. ложка
- Листья малины – 1 ст. ложка
- Листья мяты – 1 ст. ложка
- Листья вишни – 1 ст. ложка
- Плоды шиповника – 1 ст. ложка
- Плоды рябины – 1 ст. ложка

В этот чай следует добавлять по 10 капель спиртовых настоек сабельника болотного и золотого уса.

У вас получится бесценный витаминный напиток, который особенно рекомендуется пить для профилактики и во время простудных заболеваний, а также перед сном как прекрасное средство от бессонницы. В этом случае не забудьте добавить туда ложечку меда.

Приведенные рецепты фитоэнергетических чаев заваривают из расчета 1 ст. ложка сырья на стакан кипятка, настаивают 30–40 мин. Принимают по половине или трети стакана 2–3 раза в день после еды.

//-- Чай лесной --//

- Цветки вереска – 1 ст. ложка
- Измельченные корни сабельника болотного – 1 ст. ложка
- Листья брусники – 1 ст. ложка

Залить 1 л воды, кипятить 2–3 мин, процедить, добавить 60–100 г меда или 1/2 ч. ложки листьев стевии (можно использовать настой). Пить охлажденным по полстакана 3 раза в день перед едой.

Этот чай незаменим как мочегонное средство при мочекаменной болезни, ревматизме и подагре. Если добавить в него моченой брусники, вы получите замечательный витаминный напиток, который рекомендуется пить при весенних авитаминозах.

//-- Чай домашний --//

- Листья герани – 1 шт.
- Листья лимона – 2 шт.
- Листья традесканции (зебрины) – 10 шт.
- Листья золотого уса – 1 шт.
- Корневище сабельника – 1 ст. ложка
- Листья стевии – 1 шт.

Залить 1,5 л кипятка в термосе, настаивать 30 мин. Пить по стакану 3 раза в день после еды. Если чай покажется очень концентрированным, можно разбавлять его кипятком.

Этот чай поистине уникален: во-первых, для того чтобы его приготовить, не надо никуда ходить, собирать и заготавливать лекарственное сырье, достаточно использовать зеленых домашних питомцев с подоконника. Во-вторых, он чрезвычайно полезен при следующих заболеваниях: поносе, дизентерии, болезнях почек, ревматизме, артрите, подагре, кровотечениях любой природы, диабете, сердечно-сосудистых нарушениях, воспалительных процессах, кашле и туберкулезе, пародонтозе и т. д. Не устали читать столь солидный перечень? То-то же, а ведь все это богатство можно просто вырастить на подоконнике.

Нисколько не уступает по целебным свойствам и следующий напиток.

//-- Противопаразитарный чай из зверобоя и листьев малины --//

- Цветы зверобоя – 1 ч. ложка
- Листья малины – 1 ст. ложка
- Зеленый чай – 1 ч. ложка
- Сушеные листья стевии – 1/2 ч. ложки (или пакетик чая из стевии)

В прогретый чайник насыпать чай, цветы, листья. Заварить 5 стаканами кипятка.

Употребление этого сбора поможет вам очистить кишечник от паразитов, успокоить нервную систему, нормализовать работу желудочно-кишечного тракта и желез внутренней секреции. Также он рекомендуется при простудных заболеваниях, сердечной слабости, отеках, воспалениях (его можно использовать наружно), головной боли.

//-- Луговой чай --//

- Головка клевера – 2 части
- Трава зверобоя – 1 часть
- Листья смородины – 1 часть
- Измельченная трава сабельника – 1 часть

Просушить травы при комнатной температуре в тени. Перемешать и использовать для заварки. Пить как простой чай.

//-- Душистый чай --//

- Цветы липы – 1 ч. ложка
- Душица – 1 ч. ложка
- Черная смородина – 1 ч. ложка
- Мелисса – 1 ч. ложка
- Корни сабельника – 1 ч. ложка
- Зеленый чай – 1 ч. ложка

Залейте 1 л кипятка в нагретом чайнике. Через 5 минут напиток готов к употреблению.

Этот тонизирующий и ароматный чай можно пить постоянно, благодаря ему вы повысите

свой иммунитет, очистите организм от шлаков, а главное, улучшите свое настроение, потому что это чрезвычайно ароматный и вкусный напиток.

Не забудьте взять фитоэнергетические чаи в термосе в баню и угостить друзей. Ведь самое замечательное средство от всех болезней, а также для очищения организма – баня, особенно если компания хорошая.

Природные иммуностимуляторы: чеснок и сабельник

Несколько лет назад я написал книгу, которая давно стала библиографической редкостью: «Чеснок-целитель». Мне очень понравилось, как в одной газетной рецензии мою книгу про чеснок назвали «маленькой чесночной энциклопедией». Чеснок нормализует работу кишечника и избавляет нас от многочисленных недугов. Чеснок – одно из тех немногих растений, которые содержат так необходимую человеку серу. Она и определяет главное свойство чеснока – его антибактериальные свойства. Всего одна стодвадцатипятитысячная доля концентрации чесночного сока сдерживает рост стафилококков, тифозных бактерий, дрожжевых грибов.

Понятно, что за многие годы у меня скопилась целая подборка рецептов, в которых используется сабельник совместно с чесноком. Могу сказать, что применение двух лечебных природных титанов творит поистине чудеса. Вот два рецепта из моей коллекции.

//-- Иммуностимулятор на чесноке с сабельником --//

Для приготовления отвара в эмалированную кастрюльку заливают два стакана воды и ставят ее на слабый огонь. Как только вода начала закипать, добавьте в нее чайную ложку нарезанного чеснока и столовую ложку измельченных корней сабельника, дайте покипеть несколько минут. Потом отставьте кастрюльку и дайте отвару настояться. Теперь осталось только процедить отличное лекарство. Средство это весьма мощное, поэтому принимать иммуностимулятор можно только по одной столовой ложке три раза в день перед едой. И еще одно напоминание: не следует отвар готовить впрок, он хорош только свежий!

//-- Чеснок, калина с медом и настойка Кородецкого --//

Рецепт этот комплексный, я его называю таганрогским. Его прислала мне моя читательница из Таганрога. Вот что она написала:

Дорогой Александр! Ваша настойка из корней сабельника у нас дома идет как универсальное лечебное средство. А вот зимой, в ненастье я составила свой рецепт, который уже долгое время поддерживает во мне силы, чтобы продолжать жить, а то жизнь у меня уж очень тяжелая: одна воспитываю троих детей. Могу сказать, что благодаря своему открытию я уже 2,5 года не болею, даже забыла, что это такое. А мой рецепт прост: надо в день съедать по три зубчика чеснока, смешанного с калиной на меду, при этом еще три раза в день я принимаю по 40–50 капель спиртовой настойки Кородецкого.

//-- Эликсир из чеснока и сабельника --//

Возьмите 3 головки чеснока, очистите их, сотрите в кашицу, выжмите сок из 10 лимонов, положите туда 1 ч. ложку кашицы хрена. Сок лимонов, чесночную кашицу и кашицу хрена смешайте и настаивайте три недели в теплом темном месте.

Принимать по 1 ч. ложке эликсира, разбавленного в стакане отвара из корней декопа, два раза в день, утром и вечером.

Отвар из корней декопа (сабельника болотного) готовим следующим образом.

1 ст. ложку нарезанного сухого корня залейте стаканом горячей воды, прокипятите в

закрытом эмалированном сосуде на водяной бане не менее 30 минут, затем, не охлаждая, процедите и доведите объем жидкости до исходного.

Курс продолжать, пока эликсир не закончится.

Пьют эти средства обычно в холодное время года, когда иммунитет понижен, да и настроение не самое лучшее, а вы должны помнить, что чем больше мы улыбаемся, тем сильнее нас боятся болезни всякие. Так что зовите в гости друзей, заваривайте ароматные чаи и наслаждайтесь жизнью и приятными беседами.

Онкологические заболевания

То, что сабельник применяется при лечении онкологических заболеваний, я уже говорил. Уже много лет его противоопухолевое действие исследуется учеными. И хотя мои интересы как травника лежат в области лечения суставов, я не могу в этой книге не коснуться тех материалов, которые я встречал в различной литературе о лечении онкологических заболеваний с помощью сабельника болотного. Так, я читал об удивительной истории, которая не так давно произошла в Москве:

Один генерал-майор рассказывал, что его семидесятилетний брат лежал в больнице с диагнозом «лейкоз» (рак крови). Врачи отвели ему на жизнь максимум 7 дней и выписали домой умирать. Случайно узнав об исцелении ряда больных с таким же диагнозом с помощью сабельника, жена брата достала настойку. Употребление настойки в качестве лечебного средства закончилось тем, что через 1,5 месяца брат поправился. При этом он выпил 3 литра настойки.

//-- Сабельник от лимфогранулематоза --//

Для лечения лимфогранулематоза из народных средств рекомендуется применять сабельник:

100 г сухих корней в темной бутылке заливают 0,5 л водки, плотно закрывают и настаивают 8 дней, изредка взбалтывая.

Затем процеживают и пьют по 30 капель 3 раза в день, запивая половиной стакана воды (лучше это делать до еды).

//-- Сабельник при раке прямой кишки --//

При раке прямой кишки рекомендуется 50 капель настойки, о которой говорилось в предыдущем рецепте, добавить в 0,5 л теплой кипяченой воды, сделать клизму и держать 20 мин.

//-- Рак желудка --//

При раке желудка рекомендуется такой сложный сбор.

- Аир болотный, корень – 10 г
- Бодяг полевой, соцветие – 50 г
- Лопух паутинистый, соцветие – 25 г
- Тополь черный, почки – 5 г
- Сабельник болотный, корень – 5 г [5 - 5 г. – одна столовая ложка без верха]

2 ст. ложки заварить 0,5 л кипятка, настоять до утра, процедить. Выпить за день в 3 приема за 15 мин до еды.

Еще один совет больным раком желудка.

1 ст. ложку измельченных корней сабельника залить 1 стаканом горячей кипяченой воды, держать на кипящей водяной бане 15 мин. Охладить при комнатной температуре в течение 45 мин, процедить. Оставшееся сырье отжать, и приготовленный отвар довести кипяченой водой до объема 0,2 л. Принимать внутрь по 1 ст. ложке 3 раза в день при раке желудка.

//-- Настойка от онкологических заболеваний --//

А вот одна моя знакомая утверждает, что при онкологических заболеваниях помогает настойка корней сабельника.

Заполнить литровую банку наполовину корнями сабельника и залить водкой.

Настаивать в темноте 10 суток, периодически встряхивая, процедить и пить по 1 ст. ложке 1 раз в день на ночь.

//-- Метод доктора Цедилина --//

А вот совсем недавно мой друг из Тулы Дима Свечкин прислал мне описание метода известного доктора В. Цедилина из Пятигорска. Он с успехом занимается лечением иммунодефицита, дисбактериоза и рака методами народной и нетрадиционной медицины. Вот что мне написал Дмитрий:

Дорогой Александр!

Посылаю тебе описание интересного метода одного врача из Пятигорска. Тебя наверняка заинтересует его схема лечения онкологических заболеваний различных форм, ведь в нее входит сабельник болотный. Курс лечения рассчитан на один год. Спиртовую настойку сабельника предлагается принимать: взрослым по одной чайной ложке, предварительно растворив в трети стакана воды, 2 раза в день во время еды с пищей. Курс приема 25–30 дней. После этого требуется перерыв на 10 дней.

Эффективность лечения повышается при совместном приеме препарата внутрь и наружно (в виде компрессов). В отдельных случаях достаточно применение только компрессов в качестве местного обезболивающего и противовоспалительного средства. Продолжительность применения зависит от вида и тяжести заболевания и может быть значительно короче или длиннее указанной.

Так вот, Александр, доктор из Пятигорска утверждает, что при начальных стадиях болезни и легких формах облегчение можно почувствовать уже после 3 дней приема. При запущенных формах болезни необходимо провести несколько курсов с 10-дневным перерывом. А еще доктор предупреждает, что в первые дни приема препарата иногда может наблюдаться обострение болезни, чего не следует опасаться, так как это положительный фактор, свидетельствующий о лечебном действии сабельника. В случае обострения для активизации вывода из организма солей и токсинов через 2 часа после приема сабельника рекомендуется принимать мочегонный сбор.

А через месяц, когда книга была уже почти готова к печати, неутомимый Дима Свечкин экспресс-почтой прислал мне еще одно письмо, в котором опять ссылаясь на опыт врача Цедилина из Пятигорска. Я с трудом вставил этот материал в книгу, поскольку пришлось уговаривать и заведующего редакцией, и руководителя проекта приостановить сдачу книги в типографию. И только учитывая, что автор я в издательстве не последний, ну и, конечно, важность темы, мне пошли навстречу. Ведь тема, о которой говорит доктор из Пятигорска, – это поддерживающее лечение острого лейкоза.

Острый лейкоз

Сначала готовится настойка из корней сабельника болотного по следующему рецепту.

В трехлитровую банку положить мелко нарезанный корень сабельника в количестве 300 г и залить 3 л водки. Настоять 3 недели в темном месте, ежедневно встряхивая.

Через 21 день пить, начиная с 1 ч. ложки, 3 раза во время еды, затем через 5–7 дней по 1 ст. ложке 3 раза в день во время еды. Курс – 4 недели, 10 дней перерыв и повтор курса.

Всего надо пройти 7 курсов лечения. Следует учесть, что одной трехлитровой банки настойки сабельника хватает примерно на два курса лечения.

Параллельно с лечением сабельником врач из Пятигорска рекомендует принимать витамины в виде пчелиной пыльцы, витаминные чаи и коктейли, кальций – скорлупу куриных яиц – с лимоном, настойку календулы, бефунгин – чагу, душицу и мумие. Для поддерживающего лечения сабельником болотным необходимо приготовить витаминный мед с пчелиной пыльцой.

Для того чтобы приготовить мед с пыльцой, необходимо на 5 частей меда взять 1 часть пыльцы. Сначала необходимо поставить мед без пыльцы в теплое темное место. Когда вы заметите, что он стал жидким (а произойдет это быстро), можно браться за изготовление снадобья. Причем для ускорения процесса мед не подогревайте даже на водяной бане, поскольку от термообработки он теряет столь необходимые больному организму витамины. Перед тем как смешать пчелиную пыльцу с медом, ее следует раскатать на столе скалкой. На курс лечения необходимо иметь 500 г меда и 100 г пыльцы.

//-- Чай из сабельника от онкологических заболеваний --//

А вот еще несколько советов, которые я взял из писем своих читателей. Ира Сутеева из Тулы пишет о том, что ее мама уже несколько лет заваривает корень и траву сабельника как чай и пьет от лейкоза. Показатели крови стали явно лучше. А пьет его больная как чай днем, 1 раз в день по 100 мл.

А вот еще один интересный совет. Его прислала Елена Викторовна Орлова. В своем письме она рассказывает, что от своей родственницы – деревенской травницы – узнала, что для лечения и профилактики злокачественных опухолей необходимо пить чай, настоянный на листьях сабельника болотного.

К этому я хочу добавить, что листья сабельника необходимо собирать и сушить по тем правилам, которые я привожу в главах 2 и 3.

//-- Случай из жизни --//

Как-то в письме моя читательница прислала материал из газеты, в котором рассказывалось, что одну молодую женщину срочно отправили на операцию. У нее обнаружили мастопатию и миому, причем опухоль была такой, что, казалось, женщина вот-вот будет рожать. Причем самое страшное, что хирурги отказались оперировать. Поздно, неоперабельна. Пришлось больной самой искать выход из положения. Она обратилась к народной медицине. Начала лечение болиголовом и сабельником.

Первый курс привел к резкому уменьшению опухоли, а когда она провела еще один курс, опухоль окончательно рассосалась.

Был еще и третий курс. Больная сдала анализы, и врачи были обескуражены; они так и не поверили, что женщина поправилась. Таким образом, болиголов и сабельник вернули человеку жизнь.

В этой публикации был приведен и курс лечения сабельником.

Длится он около 2 месяцев. Выпить нужно литр настойки (для ее изготовления потребуется 100–120 г сухого сабельника): по одной 1 ст. ложке 3 раза в день – за 15 мин до еды. А в

тяжелых случаях – до 3 л настойки: по маленькой рюмочке (30 г) 3 раза в день за 15 мин до еды. Не забудьте делать компресс с использованием настойки на пораженное место.

Препараты из сабельника болотного

Препараты из сабельника болотного обладают противовоспалительным, противоопухолевым действием, оказывают стимулирующее действие на сердечно-сосудистую систему, органы дыхания и пищеварения, на гладкую мускулатуру матки.

Впрочем, мы уже подробно говорили о лечебном действии болотного лекаря. Сейчас я хочу вам дать обзор различных лечебных препаратов народной медицины, куда входит декоп. А вот о чем мне сейчас хотелось бы вас предупредить: во время лечения сабельником я советую полностью отказаться от алкоголя и табакокурения.

//-- Настойки из сабельника --//

Наиболее эффективным лекарственным средством является спиртовая настойка сабельника. Спиртовую настойку сабельника втирают в поврежденные и больные места, используют в качестве компрессов. Она рекомендуется и для лечения рака желудка, молочной железы, лейкозов, ревматизма, артрита, отложения солей в позвоночнике и шейных позвонках, гриппе, простудах и многих других заболеваниях.

//-- Настойка из корней за 21 день --//

Для приготовления настойки стебли и корни сабельника измельчают до 1 см, наполняют ими литровую банку на треть ее объема, заливают 0,5 л водки и плотно закрывают полиэтиленовой крышкой. Настаивают 21 день в темном месте, процеживают.

Принимать по 1 ст. ложке, разводя ее в 50 мл воды, 3 раза в день до еды.

Курс приема для профилактики заболеваний – 20 дней, затем 3 дня перерыв и снова – 20 дней приема. При лечении любого заболевания курс приема – 4 раза по 20 дней. Во время обострения заболеваний принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.

//-- Настойка из корней за 18 дней --//

50 г измельченного сырья залить 0,5 л водки, дать настояться 18 дней в темном месте.

Принимать по 1 ст. ложке три раза в день. Эта настойка обычно рекомендуется при лечении отложения солей в руках и ногах, пьют ее по 1 ст. ложке, разводя в 50 мл воды, 3 раза в день до еды и четвертый раз – на ночь.

//-- Настойка из корней за 8 дней --//

60 г мелко нарезанных корней сабельника высыпать в пол-литровую бутылку и залить водкой. Закрывать крышкой и настаивать 8 дней в темном месте.

Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды. За один лечебный курс нужно принять не менее 3 л. Для профилактики достаточно 1 л. Эту настойку пьют, а также втирают в больные и пораженные места.

//-- Настойка из наземной части и корней за 10 дней --//

Для приготовления настойки надо взять в равных соотношениях сухую измельченную наземную часть сабельника болотного и корневища, заполнить смесью литровую банку до половины и залить водкой. Настоять в теплом и темном месте 10 дней, процедить.

Принимать по 1 ч. ложке (разводить в 20–30 мл воды) 3 раза в день после еды.

Настойку используют и наружно: втирают в больное место (например, при мышечных или суставных болях, ревматизме), а затем укутывают его шерстяной тканью.

Курс лечения может составлять 2–6 недель.

//-- Настойка из наземной части и корней за 14 дней --//

100 г измельченного сырья (травы и корневищ сабельника) на 0,5 л водки.

Настоять 2 недели.

Принимать по 30 капель 3 раза в день за 30 мин до еды, можно добавлять в чай. Оставшееся после настойки сырье просушить, заваривать и пить как чай.

Курс приема не менее 3 недель.

//-- Приготовление отвара --//

Я уже писал, что народная медицина рекомендует принимать отвар листьев при туберкулезе легких, венерических заболеваниях, желтухе, болях при невралгиях и невритах, тромбофлебитах, артериальной гипотонии, подагре, маточных кровотечениях и как жаропонижающее, мочегонное, противовоспалительное средство.

Отвар травы способствует очищению ран от гнойных выделений и некротических тканей, ускоряет заживление ран, а также останавливает кровотечение, оказывает болеутоляющее и противозудное действие. Отваром травы пользуются для полоскания рта и горла при ангинах, ларингофарингитах, стоматитах, пародонтозе, зубной боли, болях в желудке.

Отвар корневищ сабельника болотного применяется внутрь при дизентерии, поносах, различных кровотечениях, болях в желудке, кишечнике, опущении желудка, раке желудка и молочной железы, как потогонное средство при простудных заболеваниях и гриппе.

//-- Отвар на полуторамесячный курс --//

10 г измельченных корней сабельника поместить в эмалированную емкость, залить одним стаканом горячей воды, закрыть крышкой и нагреть на водяной бане 15 мин при перемешивании, охладить, процедить и довести кипяченой водой до объема 0,2 л.

Принимать по 0,25 стакана 3–4 раза в день.

Курс проводить от одного до полутора месяцев. За этот период необходимо принять не менее одного литра отвара сабельника.

//-- Отвар из корней --//

Отвар готовят из корней растения: 1 ст. ложку сухих измельченных корневищ заливают 0,5 л кипятка, варят на слабом огне 10–12 мин, настаивают 1–2 ч.

Принимать по 0,2–0,25 стакана 3 раза в день после еды.

//-- Отвар для наружного применения --//

40 г корней сабельника залить 0,2 л кипятка, варить на водяной бане 15 мин, настоять 30–45 мин, процедить.

Этот отвар применяйте наружно. Для достижения наилучшего результата рекомендую совмещать сабельник либо с адамовым корнем, либо с диоскореей кавказской, либо с морозником кавказским, либо с водосбором.

//-- Приготовление настоя --//

//-- Настой при болях в желудке --//

1 ст. ложку высушенной измельченной травы (стеблей) или одних листьев залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 1,5–2 ч, процедить.

Принимать по 1/3 стакана 3–4 раза в день за 1 ч до еды при болях в желудке.

//-- Настой за 2 часа в термосе --//

2 ст. ложки сухой измельченной наземной части растения залить в термосе 0,5 л кипятка, выдержать 1–2 ч.

Принимать по 0,2–0,25 стакана 3 раза в день после еды.

//-- Настой за 14 дней --//

Литровую банку засыпать на 1/3 наземной частью сабельника, залить кипятком, закрыть крышкой. Настоять 14 дней.

Принимать по 1 ч. ложке 3–4 раза в день перед едой (и по 1 ст. ложке каждые 2 ч, если болезнь запущена). Когда настой выпит, остаток можно вновь залить доверху, варить 20 мин и пить как чай.

Курс лечения 3 л, потом перерыв на 20–30 дней и снова повторить.

//-- Настой за 2 часа на огне --//

1 ст. ложку травы сабельника залить стаканом воды, довести до кипения, снять с огня, плотно закрыть. Настоять 2 ч.

Принимать по 100 г 2 раза в день.

//-- Отвары и настои для детей --//

Для детей рекомендуют готовить настои и отвары в следующих суточных дозах сухого лекарственного сбора. До 1 года – 0,5–1 ч. ложка сбора. От 1 до 3 лет – 1 ч. ложка. От 3 до 6 лет – 1 десертная ложка. От 6 до 10 лет – 1 ст. ложка. Старше 10 лет и взрослым – 2 ст. ложки сбора.

//-- Приготовление сборов для детей --//

2 ст. ложки предварительно измельченного (в кофемолке или мясорубке) сбора залить 1 л кипятка, довести до кипения, кипятить на медленном огне 10 мин в закрытой посуде, слить вместе с травой в термос, настаивать ночь.

Принять в течение дня по 100–150 мл за 30 мин до еды. Для улучшения вкуса можно добавить мед, сахар, варенье.

//-- Эмульсии, мази, гели на основе сабельника --//

//-- Крем-бальзам на основе эмульсии из сабельника --//

Свойства крема-бальзама на основе эмульсии из сабельника, который уже несколько лет готовят многие читатели моих газетных публикаций, поистине удивительны. Во-первых, он обладает выраженным противоопухолевым и противоотечным действием. Во-вторых, прекрасно снимает мышечные и суставные боли. В-третьих, что очень важно для больных артритами и артрозами, восстанавливает структуру мышц и суставов. В-четвертых, крем-бальзам оказывает восстанавливающее и тонизирующее действие. В-пятых, он выводит отложения солей (в суставах, позвоночнике и шейных позвонках). Ну и, в-шестых, этот крем

способствует восстановлению и укреплению стенок сосудов.

Благодаря комплексу макро– и микроэлементов крем-бальзам обладает прекрасным лечебно-профилактическим воздействием. Во-первых, крем обновляет ослабленные клетки организма, не оказывая отрицательного влияния на здоровые. Во-вторых, этот крем способствует активизации естественных восстановительных процессов. И в-третьих, он является прекрасным антисептическим, ранозаживляющим средством.

//-- Как приготовить крем-бальзам --//

- Ланолиновый крем – 1 тюбик

- Масляная эмульсия сабельника болотного (на соевом, облепиховом или другом растительном масле) – 2 ст. ложки

- Отвар крапивы и коры дуба (приготовленные из расчета 10 г сырья (2 ст. ложки без горки) на стакан кипятка) – по 1 ст. ложке

- Эфирные масла сосны и кедра – по 2–3 капли

- Масляный раствор витамина Е – 3 капли

Все составляющие тщательно перемешать. Хранить бальзам в стеклянной или пластмассовой посуде в холодильнике.

Способ применения: нанести на кожу тонким слоем и втирать массирующими движениями.

Крем-бальзам на основе эмульсии из сабельника болотного я рекомендую в качестве эффективного средства при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (при мышечном и суставном ревматизме, остеохондрозе, радикулите, полиартрите).

Ну а теперь – об эмульсии из сабельника болотного. Ведь она же входит в состав крема-бальзама. Но ее можно применять наружно и отдельно. Эта эмульсия является отличным средством для растирания больных суставов и ушибов.

//-- Как приготовить эмульсию --//

Готовят эмульсию для наружного применения из сабельника следующим образом: 120 г измельченных корней сабельника залить 0,5 л растительного масла. Настаивать 3 недели.

//-- Охлаждающий гель --//

Свойства охлаждающего геля поистине удивительны. Во-первых, он снимает симптомы заболевания суставов: боль, покраснение, отек, повышение температуры в области поражения. Во-вторых, с его помощью вы легко справитесь с усталостью и мышечным напряжением: гель действует успокаивающе. В-третьих, гель прекрасно снимает мышечные и суставные боли, связанные с физическими нагрузками. В-четвертых, это средство обладает выраженным противоопухолевым и противоотечным действием. В-пятых, охлаждающий гель нормализует кровоток в конечностях, благотворно влияет на стенки вен и сосудов. В-шестых, он является сосудукрепляющим средством. В-седьмых, он снижает интенсивность протекания воспалительных процессов и обладает превосходным антисептическим воздействием. Ну, и наконец, гель оказывает благотворное влияние на состояние кожи.

Так что я особенно рекомендую применять этот гель людям, испытывающим высокие физические нагрузки и склонным к отекам ног. Применяют гель следующим образом: наносят на кожу тонким слоем и втирают в больное место легкими массирующими движениями.

//-- Как приготовить охлаждающий гель --//

- Ланолиновый крем – 1 тюбик

- Масляный раствор витамина Е – 3 капли

– Спиртовая настойка сабельника болотного (настойка Кородецкого) – 1 ч. ложка

– Спиртовая настойка хвоща полевого и мелиссы (лимонной травы) – 1 ч. ложка

Готовят охлаждающий гель следующим образом: 50 г сырья (7 ст. ложек) залейте 1 стаканом водки. Все составляющие необходимо поместить в керамическую, фарфоровую или стеклянную посуду и тщательно перемешать (лучше взбить). Настаивайте в течение 7-10 суток в темном месте. Затем отфильтруйте и перелейте в темную бутылку. Хранить гель лучше всего в стеклянной или аптечной пластиковой посуде в холодильнике.

Хочу добавить, что мощное охлаждающее и успокаивающее действие охлаждающего геля вызвано тем, что в нем сабельник используется в сочетании с травами хвоща полевого и мелиссы.

//-- Лечебные средства из травы сабельника --//

Наружно сабельник также применяют в качестве обезболивающих и противовоспалительных кашиц, примочек, компрессов и припарок. Их прикладывают при ушибах, радикулите, подагре, ревматизме, различных опухолях, особенно опухолях молочной железы (в том числе при мастите), и для рассасывания геморроидальных шишек. Хочу подчеркнуть, что эти рецепты я собрал у старых травников, живущих в разных деревнях Ленинградской области.

//-- Свежесобранная измельченная трава --//

Прикладывание к гноящимся ранам кашицы из свежесобранной травы способствует быстрейшему их заживлению.

//-- Горячий компресс от геморроя --//

2–3 ст. ложки сухой травы сабельника обдают крутым кипятком, затем заворачивают в марлю и в горячем виде прикладывают к больному месту.

//-- Припарки из распаренной травы --//

3 ст. ложки свежих или высушенных листьев залить кипятком на 5–6 мин, после чего листья поместить в марлевый мешочек, горячие подушечки использовать для припарок как обезболивающее и противовоспалительное средство.

//-- Ледяные свечи из отвара сабельника от геморроя --//

Для лечения геморроя хорошо использовать ледяные свечи из отвара травы сабельника. Для их изготовления потребуются обычные перчатки из тонкой резины. Для начала вам необходимо приготовить настой из травы сабельника по предыдущему рецепту – «Припарки из распаренной травы». Затем приготовленный настой залейте в пальцы резиновой перчатки, завяжите перчатку и положите ее в морозильную камеру. После замерзания настоя вам придется освобождать по одному ледяному пальцу от резины и использовать в качестве свечек один раз в день до исчезновения боли.

//-- Ванны из сабельника --//

1 кг корневищ поместить в холщовый мешок, залить 3 л воды и кипятить в течение 30 мин. Отвар вливают в ванну. Для полной ванны берут 1 кг корней сабельника или литровую банку соленых корней (как их делать, я сейчас расскажу), для половинной – 0,5 кг или пол-литровую банку, для сидячей – четверть дозы, для ванны рук и ног – 4 горсти или 0,25 л. Ванну принимают при температуре воды 37 °С в течение 5-20 мин, в зависимости от состояния больного. Если у больного здоровое сердце, то время приема ванны можно увеличить до 45 мин, прибавляя горячую воду (если хорошее сердце).

Ванны из сабельника – отличное средство для лечения подагры, радикулита и ревматизма. Во время приема лечебной ванны полезно пить сок грейпфрута (он отлично удаляет жидкость из суставов). Еще я могу посоветовать употреблять во время банных процедур настой чайного гриба на травах и, конечно, солевыводящий квас Болотова на сабельнике болотном.

Предвижу вопрос, который сейчас мне зададут читатели: «Да уж не ошибся ли уважаемый автор? Что это за новости такие – солить сабельник болотный? Гостей, что ли, потчует он этим блюдом?» Действительно, я солю сабельник. Но, конечно, не для того, чтобы ставить его на стол вместе с солеными огурчиками, а для того, чтобы все активные лечебные вещества в корнях как следует законсервировать, да и хранить соленый сабельник можно очень долго.

//-- Рецепт засолки корней сабельника --//

Засаливают сабельник следующим образом. Корни мелко режут, заполняют ими банку на 2/3, остальной объем заполняют солью. Тщательно перемешивают, при необходимости закатывают.

//-- Как готовят ванну из соленого сабельника --//

Для приготовления ванны берут от 150 до 400 г корневищ сабельника, заливают горячей водой из расчета 50 г на стакан воды, закрывают крышкой и нагревают на водяной бане в течение 15 мин. Горячий настой вливают в ванну.

Принимать ванну следует не менее 15 минут.

//-- Из записных книжек травника. Несколько популярных рецептов с сабельником болотным --//

//-- Боли в животе без поноса --//

- Дягиль лекарственный, корни – 1 часть
- Марьин корень, корень – 1 часть
- Душица обыкновенная, трава – 1 часть
- Девясил британский, трава – 1 часть
- Сабельник болотный, трава – 1 часть
- Крапива двудомная, лист – 1 часть
- Подорожник большой, лист – 1 часть
- Пижма обыкновенная, соцветия – 1 часть

1 ст. ложку лечебного сырья заварить 0,5 л кипятка, настоять 30 мин, процедить. Выпить за день в 4 приема за 30 мин до еды или через час после еды.

//-- Геморрой с болью и кровотечением --//

Прикладывать к узлам на 4–5 ч в сутки измельченную траву сабельника болотного. При болях необходимо делать примочки со льдом и настоем сабельника болотного (ледяные свечи).

//-- При дизентерии --//

- Герань лесная, трава – 1 часть
- Крапива двудомная, лист – 1 часть
- Кровохлебка лекарственная, трава – 1 часть
- Сабельник болотный, трава – 1 часть

1 ст. ложку заварить 0,5 л кипятка, настоять 30 мин, процедить. Выпить за день за 15 мин до еды в 4 приема.

//-- Пародонтоз --//

- Порошок коры дуба обыкновенного – 10 г
- Травы окопника лекарственного – 10 г
- Корень сабельника болотного – 10 г
- Ягоды калины обыкновенной – 10 г

2 ст. ложки смеси залить 0,5 л кипятка, кипятить 10 мин, процедить. Полоскать рот до выздоровления.

//-- Паралич --//

- Сабельник – 2 ст. ложки
- Мордовник – 1 ст. ложка
- Береза (почки) – 1 ст. ложка
- Душица – 2 ст. ложки

1 ст. ложку сбора заварить 1 стаканом кипятка. Настоять 30 мин, процедить. Выпить за день глотками.

//-- Лечение артритов и артрозов --//

Думаю, что всем, кто дочитал мою книгу до этого места, уже совершенно ясно, что на сегодняшний день в природе нет ничего эффективнее сабельника при артритах и артрозах.

Почему же сабельник болотный лучше других средств народной медицины, лучше других трав и растений лечит болезни мышц и суставов? Этот вопрос мне часто задают и мои читатели, и те люди, которые пользуются собранными мною корнями сабельника (ведь я его рассылаю всем, нуждающимся в этом болотном чуде). Я давно знаю ответ на этот вопрос.

//-- Почему сабельник лучше всех? --//

Действие сабельника обусловлено свойствами биологически активных веществ растения – флавоноидов, эфирных масел, смол, органических кислот, дубильных веществ, действующих в комплексе, которые оказывают противовоспалительное, болеутоляющее и регенерирующее действие, обладают способностью выводить соли из отложений и проявляют антибактериальную активность.

//-- Настойка Кородецкого --//

Перед настаиванием корни тщательно вымойте, а затем мелко нарежьте. Одну порцию (примерно 150 мл, или 1/3 бутылки объемом 0,5 л) мелко нарезанных корней сабельника болотного (декопа) залейте 0,5 л водки и настаивайте в темном месте 3 недели, периодически взбалтывая. Перед употреблением процедить.

Принимать настой надо по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды. Содержимое ложки с настойкой можно разбавить 50 мг воды.

Этого количества целительного настоя хватает на один курс. Курс лечения длится от 20 до 40 дней. Через некоторое время проводится еще один курс. Рекомендую провести не менее 4 курсов.

Эту же настойку можно втирать в больные суставы.

Под действием спиртовой настойки сабельника организм естественным образом формирует и поддерживает структуру хрящевой ткани, обеспечивает ей прочность и эластичность, восстанавливает состав синовиальной жидкости, снимает воспаление, в том числе

аутоиммунное. Таким образом, она способствует восстановлению основных функций суставов.

//-- Отвар корней сабельника --//

Отвар готовят из корней растения: 1 ст. ложку сухих измельченных корневищ заливают 0,5 л кипятка, варят на слабом огне 10-12 мин, настаивают 1–2 ч.

Принимать по 0,2–0,25 стакана 3 раза в день после еды.

Отвар корней сабельника рекомендуется в качестве общеукрепляющего средства при повышенных нагрузках на опорно-двигательный аппарат. Применяется в комплексном лечении костно-суставных заболеваний (артриты, артрозы, подагра, остеохондроз и др.), эффективен и при ревматоидном полиартрите. Сочетается с другими назначенными врачом средствами и физиотерапевтическими методами лечения.

Кроме того, отвар также рекомендуется применять для компрессов и растираний, а также для приготовления мазей и бальзамов.

//-- Отвар для наружного применения --//

40 г корней сабельника залить 0,2 л кипятка, варить на водяной бане 15 мин, настоять 30–45 мин, процедить.

//-- Настойка Кородецкого поможет! --//

Спиртовая настойка сабельника болотного (настойка Кородецкого) – одна из самых эффективных лечебных форм deco. Именно в настойке наиболее полно проявляется лечебная сила корней сабельника. Хочу еще добавить, что наблюдаю за применением настойки сабельника уже много лет и могу, ссылаясь на свой практический опыт, подтвердить: использование спиртовой настойки сабельника болотного побочных явлений не вызывает.

//-- Меня спасла настойка Кородецкого --//

Уважаемый Александр Владимирович, я инвалид I группы с диагнозом «рассеянный склероз». Были сильные боли в позвоночнике, выпила примерно 2/3 от 0,5 л настойки сабельника, и боли прошли, но я продолжала рекомендованный курс и выпила первую настоянную порцию корней, после чего успокоилась. Через 3 дня почувствовала боль и начала вторую порцию корней сабельника, настоянную на 0,5 л водки. Выпила 1/3 и сделала перерыв, который указывается в схеме приема настойки Кородецкого. После чего провела еще один курс. Сейчас у меня прекратились все боли в костях. Нет совсем подагры, хотя погода испортилась, аянебаюкаю свои руки и не натираю чем попало ноги. Огромное Вам спасибо. Была мой доктор и все зафиксировала, взяла Ваш адрес. Я теперь всем рекомендую Вашу травку. Спасибо. М-ва А. Н., г. Москва

//-- Противопоказания к применению настойки Кородецкого --//

Не рекомендуется принимать беременным и кормящим женщинам, при индивидуальной непереносимости препарата. Других противопоказаний не имеет. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

//-- Способ применения --//

Принимать: взрослым по 1 ст. ложке 3 раза в день во время еды, с пищей. Курс приема рассчитан на 20–30 дней. Продолжительность применения зависит от вида и тяжести

заболевания и может быть значительно короче или длиннее указанной. При первых признаках или легких формах заболевания устранение боли можно почувствовать уже в первые дни приема. При запущенных формах артритов-артрозов необходимо провести, как минимум, 4 курса лечения настойкой Кородецкого с 10-дневным перерывом.

В первые дни приема препарата иногда может наблюдаться обострение болезни, чего не следует опасаться, так как это положительный фактор, свидетельствующий о лечебном действии сабельника. В случае обострения для активизации вывода из организма солей и токсинов через 2 ч после приема сабельника рекомендуется принимать мочегонный сбор.

– Листья толокнянки – 2 ст. ложки

– Корень солодки – 1 ч. ложка

– Трава хвоща – 1 ч. ложка

Способ приготовления: смесь залить 6 стаканами кипятка, настаивать 20 мин, процедить через марлю.

Принимают (после консультации с врачом) 3–4 раза в день по 1 ст. ложке за 15–20 мин до еды.

При наружном применении используют в виде компрессов.

Хочу добавить, что, по моим наблюдениям, можно с достаточной уверенностью говорить, что при одновременном приеме настойки Кородецкого внутрь и наружно обезболивающий и противовоспалительный эффект сабельника болотного увеличивается. Для наружного применения можно применять и эмульсию на сабельнике.

//-- Хочу повторить лечение настойкой сабельника --//

Лечение настойкой сабельника превзошло все мои ожидания. СОЭ стало 10–16, и движения стали лучше, да и состояние улучшилось.

В настоящее время пью корень лопуха и шиповника, но хочу повторить еще раз курс лечения сабельником, поскольку из всего, что я принимала за эти годы, видимое улучшение дала Ваша настойка на корнях сабельника. Галина Викторовна Ч., Московская область.

Лечение артритов и артрозов по Болотову

У меня есть друзья. Их много, они живут в разных городах и странах. Но сейчас мне бы хотелось рассказать о совершенно особых людях. Я хочу рассказать о Ларисе и Глебе Погожевых. Несколько лет назад в поисках здоровья они уехали со своими детьми из города Мурманска в далекий для них Псковский край и стали жить в глухой деревеньке. Но они не бежали от цивилизации, они не скрылись от людей, наоборот, их идея – проверить на себе, может ли человек после сорока лет, обремененный разными болезнями, восстановить свое физическое и душевное здоровье. И им это удалось! Удалось благодаря замечательным открытиям в области физиологии человека украинского ученого и просветителя Бориса Васильевича Болотова. Они изучили все книги украинского волшебника [6 - В издательстве «Питер» вышли книги украинского ученого «Шаги к долголетию» и «Здоровье человека в нездоровом мире».] и решили, что система, предложенная Болотовым, – это их единственное спасение.

Лариса и Глеб стали жить по правилам академика Болотова, и – о чудо! – недомогания, разрушительная старость, душевная усталость сменились необычайным духовным и физическим подъемом, причем результаты этого потрясающего возрождения были настолько удивительны для них самих, что они решили поделиться своим опытом с людьми. Сначала они написали одну книгу. Она понравилась читателям. Последовало продолжение. И сегодня

Лариса и Глеб – авторы пяти прекрасных книг, главная тема в которых – здоровье. Последняя книга удивительной пары так и называется: «Жизнь по Болотову».

Поскольку Погожевы – люди деревенские, живут далеко даже от райцентра, то их общение с людьми идет, в основном, через их книги. Но мне удалось с ними познакомиться. Ведь они авторы, которые работают в одном со мной издательстве. Конечно, мы нашли массу точек соприкосновения. Не буду скрывать, они многому меня научили. Но кое в чем и я помог им. Особенно мне лестно, что Лариса и Глеб благодаря именно мне узнали об удивительном растении, о котором мы и ведем речь на страницах этой книги, – о сабельнике болотном. Я показал супругам Погожевым, где и как растет сабельник, как его правильно заготавливать, поделился своими рецептами, наработками и идеями. Конечно, в книгах Болотова, по которым, собственно, и живут псковские целители, часто упоминается сабельник как чрезвычайно мощное лечебное растение. Но все же, чему я безмерно рад, Лариса и Глеб не только ввели сабельник в лечебные средства, которые они готовят по рецептам академика Болотова, но и искренне полюбили наш скромный, родной болотный декоп.

Именно Лариса и Глеб помогли мне составить материал о лечебных средствах Болотова на сабельнике болотном, который предлагается вашему вниманию. Конечно, поскольку я помогал Погожевым в свое время составлять программу лечения от артритов и артрозов, то мне бы хотелось рассказать о лечении именно этих заболеваний.

Для того чтобы воспользоваться лечебной системой, предложенной Л. и Г. Погожевymi применительно к лечению артритов и артрозов, вам надо научиться готовить и пользоваться классическими лечебными средствами Болотова – шариками Болотова и ферментным квасом Болотова.

//-- Что объединяет артрит и артроз? --//

Артрит и артроз – это разные заболевания. Но вот что их объединяет, так это боли и воспаления в суставах и позвоночнике. Сильная или постоянная боль в суставах может ограничить подвижность человека, она уже приковала к креслу или кровати многих людей. Лечение по Болотову с применением ферментных квасов и шариков Болотова поможет не только облегчить боли, но и справиться с этими непростыми в лечении заболеваниями. Для того чтобы вывести соли из организма, растворить вредные отложения (например, соли из суставов при подагре), используются солерастворяющие чаи.

//-- Шарика Болотова --//

Основным средством для восстановления поврежденных болезнью внутренних органов являются шарики Болотова, которые готовят из соответствующих заболеванию жмыхов овощей или лечебных растений. Шарика – это небольшие кусочки жмыхов различных растений, приготовленные по специальной рецептуре. Жмыхи имеют отрицательный потенциал, который сохраняется несколько недель, пока волокнистые вещества жмыхов не втянут ионизированные элементы воздуха. Свежие жмыхи за счет своих электропотенциальных свойств способны вытягивать из стенок желудка и луковицы двенадцатиперстной кишки металлы (в том числе радионуклиды и тяжелые металлы), канцерогенные вещества и свободные радикалы. Кроме того, сами жмыхи не только поглощают остатки солевых желудочных жидкостей, но и являются важными наполнителями кишечника, способными восстанавливать эпителий всего кишечного тракта. К тому же шарики содержат в гомеопатических количествах добавки из лечебных растений, которые помогают восстанавливать разрушенные болезнью ткани.

Для того чтобы шарики было легче проглотить, советуем их чуть-чуть смазывать растительным маслом или сметаной. Правда, если вы приготавливаете шарики Болотова на основе меда, то этого делать не надо.

//-- Как приготовить шарики Болотова --//

Приготавливают жмыхи из овощей или фруктов с добавлением лечебных растений. Для этого из очищенных от грязи и кожуры овощей и фруктов отжимают сок с помощью соковыжималки.

Как только вы получите жмыхи, их тут же нужно скатывать ладонями в маленькие шарики величиной с фасолину. Если по рецептуре вам надо добавить в шарики какое-то целебное растение, то его предварительно нужно размельчить, затем смешать с овощными жмыхами, а уже затем скатать в шарик.

При изготовлении шариков с лекарственными растениями необходимо помнить о соответствии фруктовых и овощных жмыхов лекарственному растению. Желательно совмещать растения, произрастающие в сходных климатических условиях. Например, сабельник совмещать с лесными и болотными ягодами – клюквой, черникой, брусникой. А вот тропический золотой ус можно соединять и с экзотическими фруктами.

//-- Шарик Болотова с сабельником --//

Для приготовления одной порции шариков необходимо заварить кипятком 10 г очень мелко измельченных корневищ сабельника и оставить на час. Из одного стакана брусники, черники или клюквы (можно взять замоченные ягоды) приготовить сок с помощью соковыжималки или деревянной толкушки. Не забудьте использовать только стеклянную или фарфоровую посуду. Сок отжать, оставив только ягодные жмыхи. Через час отжать сок с корневищ сабельника, соединить их с ягодными жмыхами, и скатать в руках шарики.

Хранить шарики Болотова необходимо в холодильнике не больше двух недель. Шарики принимают по 3 раза в день по 2 ст. ложки за 20 мин до еды. При этом их разжевывать не надо. Сок, который вы получили при приготовлении жмыхов, пейте на ночь.

//-- Ферментный квас Болотова --//

Для воздействия на обменные процессы (особенно это важно, когда, например, нарушено иммунное равновесие, как в случае ревматоидного артрита), рекомендуется употреблять ферментный квас Болотова. Сам Борис Васильевич пишет о своем ферментном квасе следующее.

Ферменты на молочной бактерии издревле применялись с лечебными целями. Так, например, коровье молоко под воздействием этих молочнокислых бактерий преобразуется в творожную жидкостную массу с сывороткой. Эти сывороточные бактерии при употреблении их вовнутрь благотворно влияют на организм. Но сыворотка, которая сейчас образуется из молока, наоборот, оказывает гнетущее воздействие на человека... Происходит это из-за того, что животные получают неполноценную пищу (травы, как правило, однообразного ассортимента). В итоге молоко, а затем и сыворотка теряют ценные лечебные свойства. Я решил восстановить целебные свойства сыворотки. Я разводил молочно-сывороточные бактерии в среде, где присутствуют лекарственные растения.

Таким образом, если взять молочную сыворотку, добавить в нее сахар и лечебную траву, то получится сыворотка, или квас Болотова.

//-- Как приготовить лечебный квас на сабельнике --//

Лечебный квас готовится на основе свежей молочной сыворотки (понадобится 3 л сыворотки) и 1 стакана измельченных корневищ сабельника. Траву мы помещаем в марлевый мешочек и погрузив его в сыворотку, погружаем его на дно банки. В полученную молочную сыворотку можно добавить 1 ч. ложку сметаны и 1 стакан сахарного песка. Квас будет готов через 2 недели, хранить его надо в теплом темном месте. Банку закройте тремя

слоями марли.

//-- Схема лечения --//

Ферментный квас и шарики Болотова противопоказаний к применению не имеют. Прием обоих лечебных средств можно проводить одновременно. Если же по каким-то причинам вам трудно готовить одно из лечебных средств, то лучше воспользоваться одним ферментным квасом. Мои личные наблюдения за больными артритами и артрозами показывают некоторую избыточность одновременного приема шариков и лечебного кваса. Я знаком с теми, кому вполне удалось улучшить течение заболевания, принимая только ферментный квас.

Лечебные шарики можно принимать без всяких перерывов в течение долгого времени. Но обычно при незапущенной стадии заболевания надобность в них отпадает через несколько месяцев, т. е. после того, как ваша болезнь пойдет на убыль. Затем можно принимать обычные общеукрепляющие очищающие шарики из свекольных жмыхов.

Лечебный квас Болотова пьют перед едой за 10–20 мин по 0,5 стакана 2 раза в день (утром и вечером) в течение месяца. Затем делается месячный перерыв, и затем лечение квасом возобновляется. Каждый раз выпитое количество кваса восполняется соответствующим количеством сыворотки или воды и сахара. На другой день квас опять становится пригодным для употребления.

В лечебный квас для улучшения вкуса можно добавлять в небольших количествах ароматические растения: тмин, хмель, укроп, листья черной смородины, перец, кориандр, сосновую хвою. Много класть не надо, на 3 л вполне хватит пары чайных ложек смеси нескольких ароматических растений.

Пьют лечебный квас до значительного улучшения самочувствия. Однако после этого рекомендуется перейти на квас Болотова «Здоровье». По крайней мере сам создатель ферментного кваса употребляет его уже много лет без всяких перерывов, считая, что это одно из слагаемых его здоровья.

//-- Квас Болотова «Здоровье» --//

Для приготовления общеукрепляющего кваса налить в банку 3 л воды, положить 30–40 разрезанных пополам плодов каштана (не обязательно очищенных от кожуры), 1 стакан сахарного песка и добавить 0,5 стакана молочной сыворотки или 1 ч. ложку сметаны. Банку 2 недели держат в теплом помещении (25–35 °C), затем отливают из нее 2–3 стакана кваса и сразу же доливают в нее столько же воды и кладут 1–2 ст. ложки сахарного песка. На другой день квас можно пить.

Этот напиток пьют по одному стакану за 20–30 мин до завтрака. Ежедневная порция кваса Болотова «Здоровье» поможет вам не только очистить организм, но и сделать его невосприимчивым ко многим заболеваниям. Ведь употребление стакана этого чудодейственного напитка до завтрака усиливает эндокринную систему, увеличивает в организме количество кальция, меди и йода.

Понятно, что плодов каштана в количествах, пригодных для круглогодичного приготовления кваса, найти в районах северных широт не так просто. Поэтому можно готовить общеукрепляющий квас, как это советует Борис Болотов, из кожуры бананов или апельсиновых корок.

Для этого вам понадобится 3 л воды и 2–3 стакана мелко порезанных банановых шкурок или апельсиновых корок. Кроме того, в воду необходимо добавить 1 ч. ложку сметаны и такое же количество сахарного песка.

Квас будет готов через 2 недели, хранить его надо в теплом темном месте. Банку закройте тремя слоями марли. Надо отметить, что квас из банановых шкурок является отличным средством от онкологических заболеваний.

Не забудьте дополнить банку с квасом водой и соответствующим количеством сахара. На другой день квас опять становится пригодным для употребления.

//-- Лечение артрита --//

Противоартритные шарики Болотова делают на основе жмыхов моркови. Для лекарственной добавки используйте надземную часть высушенной травы череды. Добавлять ее надо очень немного, 1 ч. ложку на дневную порцию шариков.

Что касается череды, то, если вы решили заготовить ее сами, надо знать, что цветет она в июне – сентябре, а ее плоды созревают в августе – октябре. Сбор травы производят в фазу бутонизации, когда она накапливает наибольшее количество веществ, которые особенно активно влияют на больные суставы. Срезают верхушки и боковые листовые побеги длиной не более 15 см. При сушке раскладывают тонким слоем на мешковину и ежедневно переворачивают. Как только стебли начинают ломаться, трава считается сухой. Хранят сырье в холщовых мешочках; срок годности 2 года.

Противоартритный квас Болотова готовят по обычной схеме на основе измельченных корней сабельника болотного.

//-- Лечение подагры --//

Шарики Болотова от подагры необходимо готовить из жмыхов моркови и измельченной шелухи стручков фасоли. Брать их надо в пропорции 1:1.

Квас Болотова от подагры готовится по обычной схеме. Для его приготовления вам понадобится 1 стакан сухих листьев крапивы. Если вы решили заготовить крапиву сами, то листья этого растения надо собирать в мае – июле. Затем необходимо сушить их в тени, раскладывая сырье слоем 3–5 см. Храните сушеные листья в холщовых мешочках в проветриваемом помещении. Мы для этого давно приспособили бельевые веревки на кухне. Хранить листья можно 2 года.

//-- Лечение артроза --//

Противоартрозные шарики Болотова делают на основе жмыхов свеклы. В качестве лекарственной добавки используют надземную часть сабельника болотного. Добавлять порошок корней сабельника надо совсем немного, 1 ст. ложку на дневную порцию шариков.

Квас Болотова от артроза готовят по обычной схеме на основе измельченных корней сабельника болотного либо корней подсолнухов.

//-- Лечение ревматоидного артрита --//

Шарики Болотова при обменных полиартритах делайте из жмыхов черной редьки с добавлением 1 ст. ложки порошка сухих корней сабельника болотного на дневную порцию шариков.

Квас от обменных полиартритов готовится по обычной схеме. В лечебный травяной состав входит трава зверобоя и череды в равных частях.

//-- Лечение ревматизма суставов --//

При поражении ревматизмом суставов следует брать лечебные средства Болотова, которые предложены для лечения артритов.

Квас Болотова в этом случае настаивается на основе измельченных корней сабельника болотного (декопа), а шарики вам надо будет готовить из надземной части травы череды.

//-- Ванны из сабельника при суставных заболеваниях --//

Для полной ванны берут 1 кг корней сабельника или 2 литровые банки соленых корней. Для половинной – 0,5 кг или 2 пол-литровых банки, для сидячей – четверть дозы, для ванны рук и

ног – 4 горсти или 0, 25 литра.

Солят так: мелко нарезать корни, заполнить ими банку на 2/3, остальное засыпать солью, перемешать.

Применять ванну с температурой воды 37 °С 5-20 мин, в зависимости от состояния больного. Можно доводить время приема ванны до 45 мин, прибавляя горячую воду (если позволяет сердце). Для лечения суставного ревматизма требуется 3050 ванн.

Как готовить сухой сабельник: 1 кг корневищ поместить в холщовый мешок, залить 3 литрами воды и кипятить в течение 30 мин. Отвар вливают в ванну. Во время ванны полезно пить сок грейпфрута (удаляет жидкость из суставов). Также полезно пить настой чайного гриба на травах и, конечно, квасы Болотова.

Очищение организма с помощью сабельника

Сегодня многие из нас больны недугом, который никто не замечает и поэтому не лечит. Страдания, которые приносит эта болезнь миллионам людей на нашей планете, уверен, вам отлично известны. Перепад атмосферного давления, высокая влажность, низкая влажность, – и вы уже не в состоянии ничего делать. А постоянная слабость, вялость, усталость до работы, на работе и после работы? А странная рассеянность? То не помните, куда положили очки, то полдня ищите кошелек, а он оказывается пустым (и что обидно, не помните, на что деньги потратили!). Вы плохо спите, а утром встаете как с похмелья (и благо бы веселились всю ночь, так нет, сидели дома с легкой головной болью). А как надо напрячься, например, с сыном-второклассником задачу решить, так сразу появляются тяжесть и тупые боли в голове. Я уже не говорю про вспыльчивость, раздражительность.

Конечно, весь мир ополчился на вас, все продавцы хамы, а в транспорте, на улицах слишком много народу («и откуда они взялись, делать им нечего», – раздражаетесь вы). А ко всем этим ежедневным напастьм вы чувствуете (и не только вы), что у вас явно ослабла половая активность, а женщин еще головокружения мучают (и вроде бы до критического возраста еще далеко, или он уже позади).

У вас постоянно возникает необъяснимое раздражение слизистых оболочек носа и глаз, насморк, чихание или слезотечение и т. д. А еще на пустячные переохлаждения ваш организм отвечает кратковременными несильными ознобами, покашливаниями, першением в горле (причем симптомы вскоре исчезают, и настоящее простудное заболевание не развивается).

После вполне доброкачественного обеда у вас возникают неприятные ощущения: боль в желудке, тошнота и даже головные боли, однократный жидкий стул, боли в кишечнике. Узнаете? Бывает с вами такое? Конечно! «Так и что же это такое?» – спросите вы. А я вам отвечу: все это – признаки хронического отравления.

//-- Хроническое отравление --//

Каждый третий человек, проживающий в промышленно развитых странах (а Россия, как всегда, по неблагоприятным показателям относится именно к этим странам), страдает хроническим загрязнением организма. Появляется эта болезнь по многим причинам. Это и плохая экологическая обстановка, и стрессы, и вредные привычки, гиподинамия...

Причем хроническое (длительное) отравление возникает и усиливается исподволь. И болезненные симптомы появляются не сразу и не одновременно, и сила их проявления нарастает постепенно. Именно поэтому мы часто пропускаем начало коварной болезни, ведь оно выглядит куда безобиднее, чем грипп или сильный насморк. А когда спохватываемся, токсины уже сделали свое дело, в организме целый букет хронических воспалительных заболеваний. Тут за дело берутся врачи и начинают пичкать больного сильнодействующими лекарствами. И не приходится удивляться, что на фоне ослабления или даже исчезновения неприятных симптомов хроническая интоксикация организма фактически усиливается.

Тем временем появляются отдельные симптомы аллергических и воспалительных заболеваний, что свидетельствует о слабости тех или иных систем организма, ослабленных длительной интоксикацией.

Но повода для паники еще нет. Ведь болезни еще не начались, перед нами пока лишь их симптомы – предвестники будущих неприятностей. И нет ни малейшей необходимости лечить их сильнодействующими лекарствами, которые лишь усилят интоксикацию организма. Напротив, необходимо начинать борьбу с интоксикацией. И вот, представьте себе, все признаки хронического отравления исчезают после небольших, но очень эффективных очистительных средств (в основе которых лежит сабельник) и водных очищающих процедур.
//-- Очищающий, солерастворяющий чай Болотова --//

Установлено, что употребление в течение 1–2 месяцев чая из корней сабельника болотного или подсолнечника помогает вывести из организма большое количество солей.

Для его изготовления на 3 л воды кладут примерно 1 стакан мелко нарезанных корней (длина не более 1 см), кипятят 1–2 мин.

Чай пьют по 1 стакану на прием; за 2–3 дня следует выпить 3 л приготовленного чая. Затем эти же корни кипятят, но уже 5 мин, в том же объеме воды и таким же образом выпивают за 2–3 дня. Затем кипятят эти же корни третий раз в том же объеме воды, но уже 10–15 мин, и так же выпивают за то же время.

Закончив пить чай из данной порции корней, приступают к следующей порции, и так далее. Чай из корней сабельника болотного пьют большими дозами в течение месяца и даже более, после чего необходимо сделать месячный перерыв.

Надо учесть, что при употреблении этих чаев соли начинают выводиться через 2 недели. Выведение следует продолжать до тех пор, пока моча не станет прозрачной, как вода, и в ней больше не будет образовываться осадок. Естественно, во время приема солерастворяющего чая из сабельника болотного из рациона исключаются острые приправы, соленья, сельдь и уксусы. Пища должна быть приятно соленая, но не кислая, и преимущественно растительная. Хочу обратить ваше внимание на то, что сходными лечебными свойствами обладает чай из подсолнечника.

//-- Очищающий чай из сабельника --//

Чай заваривается из свежих листьев сабельника, которые собирают во время цветения растения. Свежие листья заваривают как обычно, на 15–20 мин. На заварочный чайник (1 стакан) берут 2–3 ст. ложки измельченного сырья. Сухой травы на заварочный чайник берут 3–4 ч. ложки.

//-- Очищающий коктейль от паразитов --//

Перед любым лечением обязательно сделайте очищение организма.

– Касторовое масло (купить в аптеке) – 80 г

– Коньяк (не меньше 3 звездочек) – 80 г

– Кефир – 80 г

Все быстро смешать и быстро выпить утром натощак, и так-3 дня подряд.

Если чистка прошла плохо (только прослабило), через неделю повторить. До повторного очищения – питание вегетарианское. Результат: очистится кишечник, выйдут все глисты, какие есть, очистится первая доля печени, выйдут почечные камни, лямблии из печени, старая застоявшаяся желчь из желчного пузыря, вы почувствуете комфорт во всем организме.

//-- Очищающие ванны --//

Ванны не только очищают организм, вытягивая шлаки, но и хорошо успокаивают боль.

Боль уменьшается вследствие снижения напряжения, при этом тело отдыхает, мышцы расслабляются, а это, в свою очередь, стимулирует высвобождение эндорфинов – естественных болеутоляющих веществ. Хорошо примешать к воде масло, например эвкалиптовое. Ну и, конечно, обязательно добавляйте в ванны небольшое количество лечебного уксуса Болотова, настоянного на тех травах, которые соответствуют вашему суставному заболеванию. Рецепты самих очищающих ванн мы даем в конце этой главы, где будет говориться об общих для всех заболеваний суставов и спины средствах.

//-- Очищающая ванна из сабельника --//

Для приготовления ванны берут от 150 до 400 г корневищ сабельника, заливают горячей водой из расчета 50 г на стакан воды, закрывают крышкой и нагревают на водяной бане в течение 15 мин. Горячий настой вливают в ванну. Принимать ванну следует не менее 15 мин.

В качестве очищающих ванн также хорошо использовать ванны от ревматизма. Во время очищающих ванн не забудьте употребить побольше родниковой воды. Также рекомендуются фитоэнергетические чаи, настои на чайном грибе и квасы Болотова.

//-- Из записных книжек травника. --//

//-- Рецепты очищающих ванн Кородецкого --//

Замечательным очищающим эффектом обладают не только ванны из сабельника.

Ванна из соломы овса. Это прекрасное успокаивающее средство при суставных болях. Насыпьте в ведро измельченной соломы (около 1/3 ведра) и залейте ее почти доверху водой. Поставьте на огонь и кипятите 30 мин. Затем 1 ч настаивайте и вылейте в теплую воду. В ванне следует находиться до тех пор, пока хорошенько не распарите свои суставы. Эту ванну можно завершить холодным обтиранием губкой и энергичным растиранием полотенцем. После этих процедур наденьте теплое шерстяное белье – и в постель.

Ванна из овсяной соломы противопоказана людям с заболеваниями сердца и сосудов.

Ванна с отваром из ягод можжевельника. Для ванны понадобится 200 г плодов можжевельника, которые надо залить 1 л кипятка, дать немного настояться – и можно принимать ванну.

Ванна из душицы обыкновенной. При различных суставных болях, при ревматических опухлях и подагре прекрасно поможет ванна с настоем душицы. 200 г сухой травы и цветков душицы заливают 4 л кипятка, настаивают 2–3 ч, процеживают и выливают в ванну с приготовленной водой.

Ванна с солью и уксусом. Ну и, конечно, если говорить о лечебных ваннах, нельзя не упомянуть о ванне с солью.

Без этой ванны лечение артрита-артроза трудно себе представить. Для полной ванны потребуется 2 кг соли. Растворите ее в теплой воде, добавьте 200 мл 6-процентного уксуса и принимайте ванну, как обычно.

Ароматическая ванна для ног. Опустите ноги на 5 мин в таз с горячей водой, содержащей 6 капель эвкалиптового масла и 6 капель розового масла, подержите их в тазу, чтобы масляный экстракт успел оказать свое расслабляющее действие, затем облейте ноги прохладной водой. Подставьте ноги под контрастные струи. Если нет эфирных масел, сделайте крепкий отвар из мяты перечной, влейте в таз с горячей водой и подержите в нем ноги 5-10 мин. Затем ополосните ноги попеременно холодной и горячей водой. Боли снимайте массажем.

Лечебная ванна из спорыша. Залить 300 г травы спорыша 5 л кипятка, настаивать 2 ч, процедить и вылить смесь в ванну с водой. Принимать ванны через день по 15–20 мин. Курс лечения – 10 ванн (вместо спорыша можно взять ромашку аптечную).

Лечебная ванна из сосны. Сделайте ванну из настоя сосновых иголок. Для ванны, наполненной до краев, потребуется 1,5 кг мелких сосновых веточек, игл и шишек. Эта ванна

удобна тем, что сырье для нее можно собрать и зимой. Далее все просто: сложите заготовленный материал в большую эмалированную кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения и кипятите 30 мин. После чего надо кастрюлю хорошенько закрыть и оставить настаиваться 12 ч. Воды наливайте к объему соснового сбора в объеме 1:2. Можно взять воды чуть больше или чуть меньше – это не слишком важно, главное, чтобы экстракт получился темно-коричневого цвета.

Лечебная ванна из ели. Небольшие свежесрезанные ветки ели залить кипятком. Настаивать, пока температура настоя не снизится до 37–38 °С. Затем погрузите в него ноги или руки на 30 мин. После этого укутайте их и ложитесь в постель на час. Лечение повторите через 2 дня. Курс лечения – 5–7 ванн.

Заключение

Вот и пришло время нам прощаться, дорогие мои читатели, – к счастью, ненадолго. Уже совсем скоро появится моя новая книга об удивительном растении – стевии, которая пришла в наши дома из теплых стран, так же как и золотой ус. Главу из нее вы сможете прочитать в конце этой книги.

Я надеюсь, мои советы помогут вам сохранить здоровье, а главное, хорошее настроение. Думаю, вам прекрасно известно, что смех, любовь и общение – лучшие лекарства. Именно поэтому в своих книгах я стараюсь немного отойти от строгого медицинского языка и просто побеседовать с вами, иногда и веселые истории рассказать. Может, кто-нибудь обвинит меня в излишнем лиризме и поэтическом отношении к травкам моим лечебным. Но тут уж не обессудьте, я действительно люблю их как родных. Надеюсь, именно поэтому они и открывают мне свои сокровенные секреты.

По-прежнему обращаюсь к вам с просьбой писать мне о том, как помогли вам зеленые лекари, а главное – сабельник. Ваши письма – источник вдохновения для меня.

Пишите мне на уже знакомый вам адрес. Там же вы можете заказать корневища сабельника.

С.-Петербург

194021, а/я 11

Александру Кородецкому

Желаю вам крепкого здоровья и счастья.

С любовью, Александр Кородецкий

Глава из новой книги Александра Кородецкого «Стевия – шаг в бессмертие»

□

Написать эту книгу я решил, услышав в электричке очень увлекательный диалог между двумя немолодыми дачницами. Они, как обычно, беседовали об урожае и здоровье. Одна из них стала с восторгом рассказывать подруге о новых курсах, на которые она пошла в этом году.

– Там нам рассказывают о том, как стать абсолютно здоровыми, дают программу очищения, снабжают книжками разными, правда, за деньги, а главное, как интересно общаться с единомышленниками. Я даже помолодела и следить за собой стала, такой там интересный мужчина ходит.

– Ой, а у меня что-то настроение совсем никуда не годится. В прошлом году приятельница моя, которая очень серьезно занимается проблемами здоровья, рассказала, как питаться по группам крови. Оказалось, мне совсем нельзя есть картошку и булку. А для меня это главная

еда была. Попробовала я суп с сельдереем есть и чуть не заплакала, такой он противный мне показался. Сейчас привыкла, правда, хлеб черный есть да гречу вместо пюре, но все равно не радует меня еда. А полгода назад узнала, что основной причиной всех моих болячек являются грибы какие-то – кандиды, а они от сахара растут. Так пришлось и от сладкого отказаться. А уж как я конфеты люблю, и компоты, и печенья. Так что, может, здоровье – оно и стало лучше, да что толку, если настроение ужасное. Ни поесть, ни чаю попить.

– Ой, да что ты говоришь такое! Мы себе в сладком совсем не отказываем, только вот сахар не едим, – воскликнула весьма моложавая соседка.

– Что-то не пойму я тебя никак, в сладком не отказываете, а сахар не едите, так это ж еще вреднее. Меня предупреждали, что все сахарозаменители очень опасны для здоровья, – возмутилась вторая дачница.

– Все, да не все, мы-то используем натуральный подсластитель – стевия называется, дерево такое американское. Нам на курсах продают чай из нее, очень вкусный и сладкий, и экстракт. Его можно в пищу добавлять, иввы-печку, и компоты я в этом году только с ним закатываю.

– Ну, так это ж дерево небось стоит бешеных денег, коль оно из Америки, да то ли еще там насыпано, что говорят, – недоверчиво произнесла утомленная женщина.

– Ну стоит-то оно немало, так ведь на здоровье же нельзя экономить. А действие растения этого я на себе почувствовала, сама видишь, настроение прекрасное, со здоровьем все в порядке, да и для красоты и молодости стевию использую...

Тут объявили мою остановку, и я вынужден был выйти, не дослушав интереснейшую беседу. Очень огорчился по этому поводу. Так как было мне что рассказать женщинам об этом уникальном растении. Давно уже Дима Свечкин мне о нем рассказал и даже познакомил с человеком, который у нас в Санкт-Петербурге стевию выращивает в теплице. Вот только деревом она не является, а все остальное – чистая правда про замечательный природный саха-розаменитель. Так что не стал я дожидаться того, чтобы добрая моя знакомая Валентина Ивановна заставила меня за книгу засесть, и решил поделиться с вами, дорогие читатели, всем, что знаю о медовой траве.

Тайна медовой травы

В стародавние времена, когда люди еще не знали сахара, а Америка еще не была открыта Колумбом, индейцы племени гуарани использовали удивительную траву. Достаточно было добавить в чашку пару листиков этой травы, и напиток становился изумительно сладким. Гуарани называли эту траву «каа-ехе», что значит «сладкая трава» или «медовые листья». Научное название этого удивительного растения – стевия ребаудиана (*Stevia rebaudiana*).

Родина стевии – Южная Америка (Парагвай, Бразилия), там она используется как лекарственное растение уже более 1500 лет. Еще испанские конкистадоры в XVIII столетии обратили внимание на то, что аборигены применяют при любом недомогании чай, который они называли «мате» и изготавливали из какой-то сладкой травы. Индейцы ревностно хранили секрет сладкого растения, и поэтому только в 1887 году благодаря южноамериканскому натуралисту Антонио Бертони стевия стала известна всему остальному миру.

Как гласит легенда американских индейцев, так звали девушку, для которой судьба ее народа, ее земли оказалась дороже собственной. За мудрость, преданность, чистоту и любовь к людям боги подарили Стевии эту изумрудную траву на счастье, здоровье, вечную красоту и силу.

И с тех пор дарит это уникальное растение милость богов всем людям, которые его употребляют, и является поистине «шагом в бессмертие».

Как вы поняли, стевия никак не может быть деревом, на самом деле это невысокий кустарник, растущий в теплом и влажном климате. При желании ее можно вырастить даже на

подоконнике, правда, приложив определенные усилия.

Ее листья в 10–15 раз слаще обычного сахара. Секрет сладости заключается в том, что растение накапливает и содержит сложное вещество – стевиозид. В состав этого вещества входят глюкоза, сахароза, стевиол и другие соединения. В настоящее время стевиозид – это самый сладкий и безвредный природный продукт. Мало того, он очень полезен. В чистом виде стевиозид слаще сахара в 300 раз, но, в отличие от сахара, содержит очень мало калорий, не повышает уровень глюкозы в крови и обладает легким антибактериальным действием. Именно поэтому он считается идеальным заменителем сахара как для здоровых людей, так и для страдающих диабетом, ожирением, сердечно-сосудистыми расстройствами и другими нарушениями обмена веществ.

Стевия – одно из тех растений, с которыми россияне познакомились сравнительно недавно. Но, несмотря на свою «молодость», она имеет все шансы завоевать сердца миллионов, так как это одно из наиболее ценных восстанавливающих здоровье растений на Земле. Я думаю, для многих из вас станет открытием, что этот медовый лекарь давно уже совершает свое триумфальное шествие по миру.

Самой первой страной, признавшей зеленую целитель-ницу – стевию, была Япония. Еще в 1954 году японцы начали серьезно изучать ее и выращивать в теплицах. В настоящее время потребление продукции на ее основе составляет более 10 тысяч тонн в год. За прошедшие годы в Японии разработано и внедрено в производство и здравоохранение более 240 патентов, авторских свидетельств и технологий по использованию стевии. А стевиозид является стратегическим сырьем страны.

Проходивший в 1990 году IX Всемирный симпозиум по проблемам сахарного диабета и долголетия (геронтологии) подтвердил, что стевия – одно из наиболее ценных растений, способствующее повышению уровня биоэнергетических возможностей организма человека, позволяющее вести активный образ жизни до глубокой старости.