

# ЦЕЛЕБНАЯ ГЛИНА

ЛЕЧЕБНЫЕ

# ГРЯЗИ

Земные силы  
здоровья

Мария ПОЛЕВАЯ



КЛАДОВЫЕ  
ПРИРОДЫ

Кладовые природы

Мария Полевая

**Целебная глина. Лечебные  
грязи. Земные силы здоровья**

ИГ "Весь"

2018

**Полевая М.**

Целебная глина. Лечебные грязи. Земные силы здоровья /  
М. Полевая — ИГ "Весь", 2018 — (Кладовые природы)

ISBN 978-5-9573-3432-3

Еще в далекие времена люди знали, что в глине нет бактерий, что она поглощает токсины, запахи и убивает все болезнетворные микробы. Глину и лечебную грязь использовали не только в косметологии, но и в медицине. С их помощью спасались от самых разных напастей: воспалений, болей и увядания кожи... Сегодня чудодейственные свойства глины и грязей успешно применяет не только народная, но и традиционная медицина. Мы предлагаем вам познакомиться с историей и методиками глинолечения и грязелечения. М. А. Полевая – врач, практикующая натуротерапию уже многие годы. В своей книге она рассказывает о целебных свойствах глины и грязей, их разновидностях. Опираясь на огромный накопленный опыт, автор дает полезные и эффективные советы, которые помогут при самых разных недугах, а также обращает внимание на определенные правила, гарантирующие безопасность лечения. Книга предназначена для всех, кто хочет быть здоровым, используя проверенные временем, естественные и простые средства.

ISBN 978-5-9573-3432-3

© Полевая М., 2018

© ИГ "Весь", 2018

# Содержание

От издателя	5
Часть I. Глинотерапия	6
Глина в истории человечества	6
Происхождение глины	8
Состав глины	8
Виды глины	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Марина Полевая

## Целебная глина. Лечебные грязи. Земные силы здоровья

### От издателя

#### **Дорогие читатели!**

Трудно не заметить, какое разнообразие косметических глин появилось в последнее время на прилавках наших магазинов. Наверное, многие из вас уже слышали или читали о целебных свойствах голубой глины. Но сейчас вашему вниманию предлагают и желтую, и зеленую, белую и даже красную глину! Как сориентироваться в этом многообразии «цветов»? И как найти тот тип глины, который будет полезен именно вам? Ведь каждый вид имеет свои специфические свойства и служит для различных целей в медицине и в косметологии.

Действовать методом проб и ошибок, конечно, можно. Но зачем? Применение глины в косметологии насчитывает уже многие сотни лет, и человечество знает о ее целебных свойствах практически все!

М. А. Полевая практикует натуротерапию уже многие годы. В этой книге она рассказывает о том, что глина и в самом деле так хороша и полезна, как о ней говорят. Основываясь на своем огромном опыте, автор предлагает вам множество полезных советов о том, как научиться правильно заготавливать и использовать глину, чтобы извлечь из нее максимальную пользу.

Грязь лечит те же болезни, что и глина, поэтому вторая часть нашей книги посвящена грязелечению. Между глинотерапией и лечением грязью есть несомненная связь. Но есть между ними и разница. И вот на нее мы и хотели бы обратить ваше внимание. Ведь если применять грязелечение, не зная определенных правил, можно навредить своему здоровью, и навредить очень серьезно!

В книге вы найдете необходимые, простые и эффективные рецепты, а также узнаете об очень важных критериях безопасности, о которых надо помнить при отборе и использовании глины и грязи.

Предлагая несложные и естественные способы избавления от терзающих вас недугов, мы надеемся, что наша книга поможет сделать вашу жизнь лучше и радостнее.

***И глина, и грязь – все это чудесные подарки природы! Нужно только научиться правильно их использовать.***

Всего доброго, желаем вам отменного здоровья!

## Часть I. Глиноterapia

### Глина в истории человечества

Как часто мы не видим очевидного, не помним родства! Как часто мы пренебрежительно относимся к тому, что может нас спасти или дать нам радость!

Эта книга – о глине, которую многие люди нередко отождествляют с грязью. Ведь каждый из нас ощущал досаду, когда в ненастную погоду замечал, что испачкал ею обувь или одежду.

Но вспомните, из чего создал Бог первого человека? Из глины, не правда ли? Следовательно, между нами, людьми, и этим первым материалом есть родство. А родство забывать негоже.

Глина, как и мы, часть Земли, и, как и мы, она связана с главными стихиями – водой, солнцем и воздухом. Эта связь глубже, чем кажется. Наукой доказано, что длина волны неподвижной глины и живой клетки организма человека совпадают. О том, как практически используется это удивительное совпадение (или связь?), вы, в числе многого другого, узнаете из этой книги.

Думаю, вы согласитесь со мной и, может быть, даже улыбнетесь от удовольствия, когда вспомните, как приятно ходить босиком по земле. И это не случайно! Ведь прикасаясь к телу нашей планеты, мы тем самым восстанавливаем свою древнюю связь с ней. Не будем забывать, что Земля – тоже живое существо. Она является частью Космоса и дает жизнь и силы нам.

На Руси Землю почитали, у русских людей был культ «матери-сырой земли». С тех времен сохранился обычай брать с собой в дорогу горсть святой родной земли, которая поможет и на чужбине, излечит от тоски. Этот культ естественно соединился с христианством. В народе и сейчас считается грехом ходить по земле босиком в День Успения Пресвятой Богородицы, когда земля – именинница.

А глина – часть Земли. В отличие от нас, наши далекие предки относились к ней с уважением. Они делали из глины талисманы, обереги. В этом случае выбор материала говорит о многом.

Возьмите в руки комоч глины. Попробуйте дать ему свое тепло. Вспомните себя в детстве, с каким удовольствием вы лепили, – если не из глины, то из пластилина. А ведь он тоже глина, смешанная с воском и другими добавками. Попробуйте ощутить связь этого комочка глины с вами, как ощущал ее древний гончар, который не мог работать без этого особого состояния духа. Кувшин или глиняные бусы, игрушка, или, тем более, фигурка домашнего божества у него бы просто не получились.

Глина не только материал для изготовления посуды. Из нее создавали настоящие произведения искусства – обливные древнегреческие амфоры, римскую терракоту, китайские вазы, фигурки из севрского или мейсенского фарфора, дымковские игрушки.

И жилища тоже издревле строили из глины – обожженной на солнце или в специальных печах. Сохранившиеся до наших дней древние города в центре Африки, круглые жилища людей Трипольской культуры, уютные деревенские мазанки, стены Вавилона, кремлевская стена, Зимний дворец, ваш или соседний дом – из глины.

В Британском музее хранится множество печатей с ассирийскими, финикийскими и египетскими надписями. На Востоке до сих пор печать из глины закрывает двери домов надежней, чем замок. Как Земля – всему живому, так и глина дает форму металлу – колоколам, памятникам, монетам.

Глину используют также утилитарно, чисто практически, – из нее изготавливают грузила для сетей рыболовов, веретена и многое другое. В глине запекают рыбу и птицу – получается

удивительно вкусное блюдо. Попробуйте – не пожалеете! Если пересыпать глиной яйца, они сохранятся даже в жару без холодильника. Люди давно заметили, что глина удаляет дурные запахи, например, запах мочи из ночного горшка. Глина используется и в садоводстве. Ее тонким слоем накладывают на место повреждения ствола. Небольшие деревца при пересадке тоже промывают глиняным раствором. В русских деревнях вместо химических пластырей деревья лечат глиняными лепешками...

## Происхождение глины

Со школьных уроков по природоведению все мы знаем, что глина – основная осадочная горная порода нашей планеты. Образовывалась она так. Твердые породы, граниты под действием колебаний погоды разрушались и оседали на дне теплых водоемов – морей и океанов. Они покрывали большую часть Земли в далекий меловой период. В океане того времени бурно развивалась жизнь. Скелеты умерших животных, содержащие множество микроэлементов, разлагающиеся раковины, продукты разрушения твердых горных пород составили основу образующейся глины. Смешивались с глиной и остатки растений.

### Немного истории

Люди с незапамятных времен пользуются глиной не только как материалом для строительства или изготовления посуды, но и как уникальным и универсальным лечебным средством. В народной медицине всех народов и во все времена ей лечили множество болезней. Распушенную в воде глину (на старославянском языке *брения*) принимали внутрь, чтобы очистить организм от вредных веществ, ядов. Из нее делали примочки, присыпки, компрессы. Ей снимали боль, прикладывая к голове и оборачивая тело. В народе широко и многообразно используются очищающее, тонизирующее и оздоровительное действие естественного лекарственного материала, который всегда под рукой, верней, под ногами.

Академик В. П. Филатов утверждал, что всякая живая клетка любого организма в момент перехода от жизни к смерти выделяет особые вещества, которые могут увеличить жизненные силы организма, его сопротивляемость. Он называл эти вещества биологическими стимуляторами. Не исключено, что в этом и заключается один из механизмов лечебного действия глины. А ведь именно это ее свойство интересует нас больше всего, не так ли? В глине заключено огромное количество останков живых существ и растений, которые, погибая, выделяли эти вещества. Возможно, во время лечения глиной, они стимулируют организм человека.

### Состав глины

Глина составляет около 50 % всех осадочных горных пород земной коры, поэтому можно предположить, что их состав оптимален для жизнедеятельности. Это действительно так. Основа глины – окислы кремния и алюминия, а также вода. Но в ее химический состав также входят соединения титана, кальция, марганца, натрия, калия, небольшие количества цинка, лития, меди, двухвалентного железа, азот и другие элементы. Но особенно хочу отметить, что в ней есть все минеральные соли и микроэлементы, в которых мы нуждаемся. И лечебное действие глины, в основном, обуславливает ее минеральный состав. В некоторых видах глины больше кремния, в других – алюминия, в третьих – марганца.

Без кремния невозможна жизнь любого живого существа. Его недостаток приводит к серьезным нарушениям обмена веществ. Без кремния мозг не контролирует жизненные процессы. Этот элемент также положительно действует на кожу, делает сосуды гибкими, стимулирует рост волос и образование костной ткани. Благодаря алюминию глина нейтрализует избыток кислоты, обладает подсушивающими и вяжущими свойствами, а благодаря марганцу – убирает неприятные запахи.

Еще один очень редкий и очень действенный элемент, содержащийся в глине – радий. Он содержится в глине в количестве и состоянии не только безопасном, но и полезном организму. Радий определяет противоопухолевое действие глины. А естественная радиоактивность убивает все микробы. Увеличить содержание этого элемента легко и просто. Для этого раздробленную глину надо просто подержать на солнце.

### Немного истории

Медики лечат глиной со времен Древнего Египта. Думаю, не открою вам большого секрета, если скажу, что этому средству столько же лет, сколько самой медицине.

О лечении разных болезней глиной писали Аристотель, Плиний, Конфуций, Гален, Марко Поло. Около тысячи лет назад легендарный средневековый ученый Авиценна (Ибн Сина) в энциклопедии «Канон врачебной науки» подробно описал свойства глины, ее воздействие на живые существа и способы лечения. Врач Себастьян Кнейп в знаменитом труде «Водолечебница» рекомендовал глину для облегчения страданий больных рожей и дерматитом.

«Король-солнце», великий гурман и поклонник всего изысканного Людовик XIV ел глину. Так он лечил расстройство желудка.

### Виды глины

Можно до бесконечности удивляться богатству и разнообразию форм, созданных природой. Но не только в растительном и животном мире проявляется ее неутомимое творчество. Посмотрите на саму землю и вы увидите, какой разной она может быть. Однако, нас с вами интересует именно глина, поэтому давайте рассмотрим ее виды.

Глина различается по происхождению, составу и качеству. Она бывает жидкой, огнеупорной или легкоплавкой, пластичной (жирной) или тощей (хрупкой). Разные виды глин применяются совершенно по-разному. В природе встречается красная, желтая, зеленая, голубая, белая, серая, даже черная глина разных оттенков. Ее цвет и оттенок, как и свойства, определяет химический состав, преобладание определенного элемента, соли конкретного металла. Поэтому так различаются глины разных месторождений.

Чаще встречается желтая, белая и голубая глина.

**Желтая глина** содержит соединения серы или натрия.

**Белая, или китайская, глина, каолин.** Не растворяется в воде. С древних времен известно, что белая глина связывает и выводит из организма вредные вещества, продукты обмена веществ. Если принимать белую глину внутрь во время очищения организма, можно быстро насытить его кремнием.

Каолин – чистый, белый, безвредный для человека материал, поэтому его традиционно используют как часть или основу косметических препаратов. Присыпки, мази, пасты из белой глины применяют при кожных болезнях, опрелостях и ожогах.

Российские специалисты предпочитают проверенную годами белую глину, которую добывают в Китае.

**Голубая глина.** В нетрадиционной медицине чаще используют голубую кембрийскую глину. Она налаживает обмен веществ, лечит сама и усиливает действие других лекарств. У нее тоже нет противопоказаний. Голубой глиной эффективно лечат рак, лучевую болезнь и ее последствия.

Голубую глину также применяют в косметике, делают из нее маски. Считается, что она смягчает, тонизирует и отбеливает кожу, очищает ее от угрей, разглаживает морщины. Кембрийская глина способствует росту волос. Она помогает избавиться от целлюлита и снимает стрессы.

Кембрийскую глину добывают в Болгарии в Родопских горах. Есть ее месторождение в Печорском районе Псковской области. Раньше за золото ее продавали в другие страны. Сейчас за ней приезжают из разных мест России и из-за рубежа.

**Зеленая глина.** Цвет ей придают соединения железа, меди и магния. Есть в ней также кальций, марганец, поташ (карбонат калия), фосфор, золото, серебро и тяжелые металлы.

Используется в косметических средствах для жирной кожи и волос, а также для лечения себореи и перхоти.

**Красная глина.** Этот яркий цвет определяет сочетание оксида железа и меди. Красная глина хуже зеленой поглощает вредные вещества. Ее используют, чтобы восполнить недостаток железа в организме.

**Розовая глина.** Ее образует красная и белая глина в разных сочетаниях. Розовая глина хорошо дезинфицирует и разглаживает кожу, она подходит для мягкого ухода за ней.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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