

Б. Болотов  
Г. Погожев

# Золотые рецепты здоровья и долголетия



*Болотов*

**Глеб Погожев**  
**Борис Васильевич Болотов**  
**Золотые рецепты**  
**здоровья и долголетия**

*Текст предоставлен изд-вом*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=181525](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=181525)*  
*Золотые рецепты здоровья и долголетия: Питеер; СПб.; 2008*  
*ISBN 978-5-388-00546-5*

**Аннотация**

Наконец-то появился универсальный справочник лекарственных препаратов, разработанных крупнейшим ученым современности – Борисом Болотовым. Большинство лекарств, созданных академиком, основаны на использовании ферментов молочно-кислого брожения лекарственных растений. Их приготовление и применение отличается простотой и доступно каждому. Краеугольным камнем аптеки Болотова также является царская водка, благодаря которой можно замедлить старение и предупредить множество болезней за счет закисления организма. Как приготовить препараты в домашних условиях? Где взять сырье? Как правильно применять препараты? Какие лекарства применять в том или ином случае? Ответы на все вопросы вы найдете в этой книге. Поиски облегчит тщательно разработанная структура книги.

# Содержание

Часть I	4
Краткое описание основных принципов	4
Лечение желудочно-кишечного тракта	10
Основные процедуры и препараты	17
Конец ознакомительного фрагмента.	36

**Борис Болотов,  
Глеб Погожев  
Золотые рецепты  
здоровья и долголетия**

**Часть I  
Медицина Болотова:  
теория, методы и препараты**

**Краткое описание  
основных принципов**

Поскольку эта книга – справочное практическое пособие по медицине Болотова, она не предполагает серьезного углубления в теорию. Однако некоторые читатели, возможно, не знакомы даже с основами болотовской медицины. Поэтому вначале мы кратко расскажем о пяти основополагающих принципах, названных «квинтэссенцией здоровья».

## **Принцип 1. Увеличение числа молодых клеток (омоложение организма)**

Для увеличения числа молодых клеток необходимо стимулировать выделение желудочного сока, который расщепляет поврежденные клетки (в том числе раковые и болезнетворные), не причиняя вреда молодым здоровым клеткам. Для этого необходимо выполнять лечебно-оздоровительные процедуры.

1. Для стимуляции выделения желудочных соков употребляют в пищу растения из семейства толстянковых, к которым относятся:

заячья капуста, щавель, подорожник, укроп, фенхель, трифоль, обычная капуста, крапива, клевер, алоэ, каланхоэ, агава, морская капуста, адонис (стародубка), желтушник серый, наперстянка, строфант, ландыш, лилия болотная, элеутерококк, золотой корень, лимонник, левзея сафлоровидная, аралия маньчжурская, заманиха, женьшень.

2. Необходимо проводить процедуры по увеличению в крови пепсиноподобных веществ с помощью употребления соли.

3. Для стимуляции желудочных соков используют острые приправы и горечи: перец, горчицу, аджику, хрен, редьку, кориандр, тмин, корицу, мяту. Соки надо пить с добавкой

соляной кислоты или «царской водки».

**«Царская водка».** На 1 л воды берут по 1 ч. ложке соляной и серной кислот, 0,5 стакана виноградного уксуса или вина из красного винограда, 4 таблетки нитроглицерина.

## **Принцип 2. Превращение шлаков в соли (очищение организма)**

Чтобы избавить организм от шлаков, которые делают соединительные ткани хрупкими, необходимо воздействовать на шлаки кислотами. В организм необходимо вводить такие кислоты, которые были бы, с одной стороны, безопасны, а с другой стороны, способны растворять шлаки, превращая их в соли.

Таковыми кислотами являются кислоты уксусного направления, или ферменты, в том числе обычный уксус. Такие кислоты содержатся в овощных и фруктовых соленьях. Соли, образуемые при употреблении кислот, частично выводятся с мочой, а частично остаются в организме. Зная об этом, необходимо позаботиться о выведении нерастворимых солей. Это составляет третий принцип квинтэссенции.

### **Принцип 3. Выведение солей (ощелачивание)**

Наблюдения показывают, что не растворяются обычно соли щелочные, минеральные и жирные, типа уратов, фосфатов, оксалатов, а также мочевины.

1. Для растворения щелочных солей необходимо вводить в организм безопасные щелочи. Их источниками являются отвары.

Хорошо растворяют соли чаи из спорыша, полевого хвоща, арбузных корок, тыквенных хвостов, толокнянки, сабельника болотного.

2. Для растворения солей пользуются также соками некоторых растений.

Соли поддаются растворению соками черной редьки, корней петрушки, хрена, листьев мать-и-мачехи, цикория, репы.

Проводя лечение соками, необходимо соблюдать пресную диету, избегать употребления острых и соленых продуктов. Когда сок закончится, необходимо есть жмыхи, которые к тому времени уже прокиснут. Жмыхи употребляют по 1–3 ст. ложки во время еды. Такое лечение способствует укреплению организма, особенно легочных тканей и сердечно-сосудистой системы.

3. Растворяют соли также желчью птиц: куриной, ути-

ной, гусиной и индюшачьей. Желчь размещают в специальных желатиновых капсулах, которые обычно используют для горьких лекарств. Иногда желчь принимают в хлебных шариках.

После ощелачивания организма его обязательно надо закислять.

## **Принцип 4. Борьба с болезнетворными бактериями (окисление)**

Один из основных постулатов медицины Болотова гласит: «Человек или животное могут болеть только от растительных клеток». Поскольку растительные клетки существуют только в щелочной среде, заболевание какого-либо органа возможно только при ощелачивании его среды. А значит, окисление – путь борьбы с болезнями.

1. Зная, какие квашения необходимы тому или иному органу, можно эффективно воздействовать на него. Таким образом, подбираются растения, которые могут оздоровить тот или иной орган человека и восстановить утраченные клетки. Если организм будет надежно окислен, болезнетворных процессов не должно быть. Но надо следить и за тем, чтобы не переокислить желудок и не нарушить кислотно-щелочной баланс организма.

2. Разжижение крови – залог здоровья и долголетия. Окисленная и разжиженная кровь избавит от многих болез-



ней. Окисление крови осуществляется с помощью кислот (молочно-кислых продуктов, молочной сыворотки). Другим мощным средством окисления являются квасы и ферменты.

3. Окисляют и разжижают кровь также витамины. Кроме того, хорошо разжижает кровь соляная кислота, а также «царская водка». Уксус и всевозможные уксусосодержащие вина (старое бочечное вино), жирные кислоты, а также квашения – прекрасные средства для разжижения крови.

## **Принцип 5. Восстановление ослабленных органов (регенерация тканей)**

Принято считать, что если часть клеточной ткани какого-либо органа отомрет, то она уже не восстановится. Однако это неверно. Неотъемлемой частью медицины Болотова являются методы регенерации утраченных тканей внутренних органов: печени, сердца, почек, легких (подробное их описание приводится в третьей части).

# **Лечение желудочно-кишечного тракта**

Большинство стандартных схем лечения начинается с процедур восстановления желудочно-кишечного тракта и луковицы двенадцатиперстной кишки. Дело в том, что болезни желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) являются мощными инициаторами многих других болезней. Поэтому лечение заболевания должно начинаться с восстановления ЖКТ путем наращивания его разрушенных тканей. Кроме того, обязательным условием является приведение в порядок луковицы двенадцатиперстной кишки, поскольку ее повреждение приводит к радикальным изменениям в ЖКТ – из поджелудочной железы и печени в желудок забрасываются ферменты, которые начинают разъедать его стенки.

## **Восстановление желудочно-кишечного тракта**

Перед едой необходимо принимать (не разжевывая!) в виде шариков растительные жмыхи моркови, капусты, редьки. При этом их жевать нельзя, чтобы они не пропитывались ферментами слюны. Прием жмыхов продолжается до тех пор, пока не исчезнут все дискомфортные ощущения.

**Как приготовить жмыхи.** Жмыхи готовят из

овощей или фруктов. Для этого их очищают от кожуры и выжимают сок с помощью соковыжималки или мясорубки. Как только вы получите жмыхи, их тут же нужно скатать в маленькие шарики величиной с фасолину. Хранят шарики из жмыхов в холодильнике не больше 14 дней. Шарики принимают по 3 раза в день по 2 ст. ложки, за 20 минут до еды. При этом их разжевывать не надо.

Сок, который получился в ходе приготовления жмыхов, пьют на ночь чуть подсоленным. Шарики можно принимать без всяких перерывов в течение долгого времени. Если человек страдает изжогой, то ему лучше есть жмыхи моркови.

В процедуре восстановления ЖКТ большую роль играет фермент чистотела на молочной сыворотке. Употребляют его в течение 10–15 дней. Эта процедура практически полностью восстанавливает эпителиальные ткани как желудка, так и кишечника.

**Фермент чистотела.** Состав: 3 л молочной сыворотки, 1 стакан сахара и 1 стакан сухой или свежей травы чистотела (корни чистотела использовать нежелательно). Траву помещаем в мешочек из марли и с помощью грузила (камешка) опускаем на дно 3-литровой банки. Если молочная сыворотка при створаживании перегрелась и молочные палочки погибли, то в сыворотку следует добавить около 1 ч. ложки сметаны, купленной на рынке. Фермент храните в теплом затемненном месте. Банка закрывается

несколькими слоями марли.

В случае проникновения желчи в желудок часто возникают тошнота, изжога. Уменьшить проникновение желчи в желудок можно, уменьшив потребление желчегонных продуктов. К ним относятся:

растительное масло, кукурузная каша, горох, фасоль, бобы, соя, чечевица, пшеница.

Нормализовать кислотность желудка можно за счет употребления пепсиностимулирующих продуктов. К ним относятся:

сок капусты, подорожника, горчица, перец, хрен, пряности: петрушка, сельдерей, щавель, укроп, фенхель, кориандр, перец (огородный), орех (мускатный), зверобой, зубровка, душица.

## **Восстановление луковицы двенадцатиперстной кишки**

Перед завтраком принимают сок из растения в объеме от 0,5 до 1 стакана.

При гастрите с изжогой сок готовят из моркови. При повышенном давлении – из свеклы (красной), при пониженном давлении, упадке сил – из свежей или квашеной капусты. При высокой температуре, кашле, солях и камнях в желчных протоках сок готовят из

черной редьки (не очищая ее от кожуры).

Овощные жмыхи принимают, не разжевывая, по 2–4 ст. ложки 3 раза в день.

Общее число процедур колеблется от 10 до 50. Для снятия воспалительных процессов в желудке и зоне луковицы двенадцатиперстной кишки необходимо за 1 час до процедур принимать по 0,5 стакана фермента чистотела.

## **Режим питания**

Восстановление желудочно-кишечного тракта призвано не только устранить сдвиговые нарушения в желудке и луковице двенадцатиперстной кишки (то есть восстановить утраченные ткани), но и добиться оптимального кислотно-щелочного баланса в организме. Последнее возможно только при условии соблюдения специального профилактического режима питания. Нарушение кислотно-щелочного баланса – часто результат неправильного питания. При восстановлении ЖКТ следует проводить однодневную или двухдневную корректировку режима питания. Это нельзя назвать диетой, так как диета – всего лишь способ сохранения болезни до приобретения новых недугов. Данный режим питания используется при дискомфортных ощущениях в области ЖКТ, желудочных заболеваниях, а также при переходе на сырые продукты.

# Первый день

## Завтрак

1. Съесть 50 г хлеба (наиболее безвредный хлеб – зерновой).
2. Через 10 минут проглотить скатанные в виде шариков 3–4 ст. ложки яблочного (капустного, морковного) жмыха. Яблоки очистить от кожуры, выбросить сердцевину и выдавить 1 стакан сока. Жмыхи должны быть максимально сухими, чтобы они впитывали желудочный сок, высушивали стенки желудка.
3. Через 10 минут после приема жмыха выпить сок капусты с соком репчатого лука (**180–190** г капустного сока на **10–20** г сока репчатого лука). Сок можно пить большими глотками (залпом). Лечь на диван, повернуться с боку на бок, поднять ноги (с целью достижения сплошного смачивания стенок желудка соком).

## Обед

1. Съесть 100 г зернового хлеба (2 куса по 50 г).
2. Через 10 минут принять 3–4 ст. ложки жмыха (яблочного, капустного, морковного).
3. Через 10 минут после приема жмыха выпить сок капусты с соком репчатого лука (180–190 г капустного сока на 10–20 г сока репчатого лука). Лечь на диван, повернуться с боку на бок, поднять ноги.

## **Ужин**

1. Сырое яйцо разболтать. Есть ложечкой с хлебом (50 г).
2. Через 15 минут выпить сок капусты с соком репчатого лука (180–190 г капустного сока на 10–20 г сока репчатого лука).

## **Второй день**

### **Завтрак**

1. 50 г зернового хлеба (сильно пережевывать).
2. Сырое яйцо, 100–150 г творога (творог сделать из кислого молока, согретого в воде с температурой 40 °С) с салатом из зелени: 1 корешок одуванчика, 1 листок туи (ноготок 2–3 см), листик чистотела (до 5 см).
3. Через 15 минут – 3–4 ст. ложки жмыха (капустного, морковного, яблочного) с горькой, утрамбованного.
4. Через 15 минут выпить сок капусты с соком репчатого лука (180–190 г капустного сока на 10–20 г сока репчатого лука).

### **Обед**

1. 50 г творога и салат: корешок одуванчика, 1 листок туи, 1 яйцо (или без него), 1 листок чистотела.
2. Каша, сваренная на сыворотке (гречневая, рисовая, пшеничная), густая. Общий вес пищи не должен превышать 0,5 кг. Сыворотка для каши должна быть приготовлена при отцеживании отогретого кислого молока.

3. Через 20 минут – 3–4 ст. ложки жмыха (яблочного, капустного, морковного).

4. Через 20 минут выпить сок капусты с соком репчатого лука (180–190 г капустного сока на 10–20 г сока репчатого лука).

### **Ужин**

1. 50 г зернового хлеба.

2. 100–150 г творога (самодельного), салат, яйцо (или без него), каша гречневая (пшеничная, рисовая), сваренная на сыворотке.

3. Через 30 минут надо выпить 180–190 г сока капусты с 10–20 г сока лука.

4. Через полчаса, лучше через час, можно пить сыворотку. Еще лучше вообще ничего не пить. После этого надо сделать отдых на 1–2 месяца.



# Основные процедуры и препараты

## Окисление организма

После восстановления ЖКТ лечение продолжается путем окисления организма (разжижения крови).

Для окисления применяют специальные препараты: ферменты, квасы, квашения, уксусные настойки, «царскую водку». Кроме того, организм питают кислыми продуктами через кожу (применяют потогонные процедуры, компрессы на ферментах и уксусах).

Квасить можно все овощи, фрукты и растения. Если правильно и рационально производить квашение овощей, фруктов, листвы растений и семян, употребляя все ферменты в широком разнообразии, можно добиться окисления всех элементов организма и добиться полной невосприимчивости к инфекционным заболеваниям, так как они могут развиваться только в щелочной среде.

Окисление проводится в течение месяца. При приеме жмыхов, квасов, употреблении соли и «царской водки» окисление обязательно наступит через месяц. Чтобы точно знать, окислен организм или нет, можно использовать лакмусовую бумажку, называемую рН-метром.

**Тест на окисленность организма.** Если бумага, помещенная в мочу на 1–2 секунды и извлеченная из нее, синееет – организм ошелочен. В этом случае нужно продолжать окисление. Если цвет лакмусовой бумажки не меняется или приобретает красновато-оранжевый цвет – организм окислен.

В некоторых случаях после окисления организма необходимо провести кратковременное ошелачивание. Обычно эту процедуру проводят, когда лечение связано с выводом нерастворимых солей (например, при выводе камней и солей из почек или желчного пузыря). О необходимости ошелачивания в зависимости от конкретного заболевания подробно рассказано в третьей части книги. Ошелачивание (солерасстворение) проводят с помощью препаратов из желчи птиц (желчных шариков), ошелачивающих чаев, соков.

Обычно лечение начинают с окисления организма, а когда окисление исчерпает свои возможности, переходят к ошелачиванию (1–2 дня), а потом вновь к окислению. Помните, что при ошелачивании кровь густеет, а при окислении ферментами и квасами – разжижается.

Иногда в ходе лечения необходимо нормализовать солевой баланс организма с целью достичь минимального расхода пепсинов и соляной кислоты в желудке, а также желчи и трипсинов в двенадцатиперстной кишке. Это обеспечивает минимум затрат энергии на переваривание животной и растительной пищи.

Для повышения уровня солевого баланса принимают по 1 г соли 2–3 раза в день.

1 г соли надо положить на язык на несколько минут и проглотить соленую слюну. Процедуру делают сразу после еды, а также через час после приема пищи.

После этого надо перейти к употреблению вместо соли соленой морской капусты (не менее 4 ст. ложек в день).

У человека отсутствуют рецепторы, которые отличают кислоту от щелочи. Кислый вкус может говорить как о наличии кислот, так и о наличии щелочей. Поэтому люди не могут самостоятельно, основываясь только на собственных ощущениях, отличить полезные продукты от вредных. Необходим сознательный выбор. Поэтому мы подробно рассмотрим все окисляющие препараты и методики, предусматривающие их употребление.

## **Ферменты**

Ферменты – новое слово в медицине. Это препараты, приготовленные путем микробного брожения. Эти ферменты можно легко приготовить в домашних условиях. К настоящему времени разработан целый ряд ферментов, обладающих мочегонными, желчегонными, трипсиногонными, инсулиногонными, обезболивающими, противоопухолевыми и другими свойствами.

Существуют два вида ферментов (квасов) Болотова: ферменты на молочной сыворотке и ферменты на воде.

## **Ферменты на молочной сыворотке**

По данной методике готовят квасы из сильнодействующих (ядовитых) растений (аконита джунгарского, очитка едкого, лютика едкого и других). Дело в том, что при активном микробном перебраживании ядовитые растения становятся безопасными, а их аминокислотный состав не меняется.

Берем 3 л молочной сыворотки, сахар для закисания, стакан сухой или свежей травы или иного растительного сырья. Траву помещаем в марлевый мешочек и с помощью грузила (камешка) погружаем траву на дно банки. Через 2 недели фермент будет готов.

## **Ферменты на воде**

По следующей методике готовят ферменты из условно ядовитых и безопасных растений.

Берем 3 л воды, 1 стакан сахара, 1 ч. ложку свежей сметаны или 0,5 л молочной сыворотки, стакан сухой или свежей травы или иного растительного сырья. Траву (растительное сырье) помещаем в марлевый мешочек и с помощью грузила (камешка) погружаем траву на дно

банки. Через 2 недели фермент будет готов.

## **Наиболее часто задаваемые вопросы по поводу приготовления ферментов**

*Вопрос:* «Как определить, что фермент готов?»

*Ответ:* «Об окончании процесса свидетельствует прекращение выделения пузырьков газа».

*Вопрос:* «Почему фермент не настаивается, остается мертвым?»

*Ответ:* «Такая ситуация возникает, если молочная сыворотка погибла. В этом случае в приготавливаемый фермент следует добавить около 1 ч. ложки свежей сметаны. Лучше использовать сметану из козьего молока».

*Вопрос:* «Каким образом подбирается фермент для квашения?»

*Ответ:* «Ферменты для квашения подбираются в зависимости от того, какой орган или систему вы будете лечить (информацию можно получить в главе 4 или части III данной книги)».

*Вопрос:* «Фермент слишком сильно пахнет, киснет, слишком много мушек».

*Ответ:* «Такая ситуация возникает по двум причинам. Во-первых, сыворотка или сметана могут быть не слишком качественны. Вторая причина: возможно, вы забыли, что

фермент надо периодически очищать от плесени. Если ее образуется слишком много, то очищение надо проводить каждый день».

*Вопрос:* «Фермент слишком слаб, вместо него получилась вода».

*Ответ:* «Такая ситуация возникает, если вы используете не очень качественную сыворотку или сметану. В этом случае надо оживить фермент: добавить 1 ст. ложку свежей сметаны. Кроме того, возможно, вы готовили фермент из неправильно заготовленных сухих растений или растений, срок хранения которых закончился. Лучше всего готовить ферменты из свежих растений».

*Вопрос:* «Как и где хранить фермент?»

*Ответ:* «Фермент следует хранить в теплом затененном месте. Банка покрывается только несколькими слоями марли, чтобы не заводились винные мошки».

**Наиболее часто задаваемые вопросы по поводу приема ферментов и других окисляющих препаратов**

*Вопрос:* «Какова последовательность приема квасов, уксусов и „царской водки“?»

*Ответ:* «Сначала 2 недели пьют квас на чистотеле, затем 2 недели можно пить квас на банановых шкурках. Уксус можно принимать все время, независимо ни от чего. И квасы, и „царскую водку“ надо принимать в период лечения, в остальное время их прием не нужен. Достаточно придерживаться правильного режима питания. Сочетать с квасами „царскую

водку“ можно».

*Вопрос:* «Можно ли принимать несколько ферментов одновременно?»

*Ответ:* «Выбирают 2 растения и готовят ферменты (из каждого растения отдельно). Принимают от 1 ст. ложки до 1 стакана 3–4 раза в день за 30 минут до еды. Сначала 2 недели принимается один фермент, затем 2 недели – другой. В дальнейшем отдается предпочтение тому ферменту, который кажется на вкус приятнее».

*Вопрос:* «Что делать при переокислении?»

*Ответ:* «Переокисление организма нежелательно. При возникновении изжоги можно пить уксусную воду. В 1 стакан воды вливают 1 ст. ложку 9-процентного уксуса и выпивают не менее 0,5 стакана. Также изжога проходит, если на язык положить 1–2 г соли. Соль заставит организм выделить кислые желудочные ферменты, которые снимут раздражение желудка желчью».

## **«Царская водка»**

«Царскую водку» применяют при лечении множества заболеваний. Можно ее использовать и как профилактическое средство. Если самочувствие неплохое, принимать «царскую водку» надо по 1 ч. ложке 4 раза в день (после каждого приема пищи и сразу после сна), разбавляя 0,5 стакана любой жидкости. Во время сна в организме скапливаются вредные

вещества, из-за этого мы порой чувствуем вялость. «Царская водка» нейтрализует эти вещества и улучшает самочувствие. При серьезных заболеваниях «царскую водку» пьют 3 раза в день по 1–2 ст. ложки.

**«Царская водка».** На 1 л воды берут по 1 ч. ложке соляной и серной кислот, 0,5 стакана виноградного уксуса или вина из красного винограда, 4 таблетки нитроглицерина. При необходимости добавляют ацетилсалициловую кислоту, янтарную кислоту, метионин, триптофан, метилаланин или тирозин, адреналин. Обычно в литровую бутылку опускают стручок горького перца, который не только очень полезен и придает напитку приятный вкус, но и дает столь необходимую нам горечь. Кроме того, можно добавлять кориандр и тмин.

**«Царская водка», настоящая на живокости (окопнике).** На 1 л воды берут по 1 ч. ложке соляной и серной кислот, 0,5 стакана виноградного уксуса или вина из красного винограда, 4 таблетки нитроглицерина. Добавляют 1 ст. ложку сухих корней живокости (окопника). Кроме того, в литровую бутылку опускают стручок горького перца. Можно добавлять также кориандр и тмин. «Царскую водку» на окопнике принимают по 1–2 ч. ложки на 1 стакан чая или кофе с добавлением 1 ч. ложки настойки валерианы.

**Компрессы с растениями на «царской водке».** Для компресса готовится смесь из измельченных в порошок корней аира болотного, корней багульника,



корней девясила и соли, взятых в равных частях. Компрессы накладываются на больные суставы и смачиваются «царской водкой».

## **Квашенные растения и переброды**

Для закисления того или иного органа необходимо подобрать для него соответствующее растение (см. главу 4). Если известно действие растения, то приготовленные из него ферменты будут преимущественно окислять соответствующий орган, что не даст развиваться в нем болезнетворным бактериям.

**Квашение бобовых.** На 3-литровую банку бобов взять 1 стакан сахара, 1 ст. ложку поваренной соли, залить все водой и добавить 1 ч. ложку сметаны из козьего или коровьего молока (лучше всего из свиного). Дать прокиснуть в тепле 2 недели. Пить по 0,5 стакана перед едой, а бобы употреблять как приправу.

**Квашение гороха.** В 3-литровую банку насыпать горох, залить водой, затем всыпать 1 ст. ложку поваренной соли, 1 стакан сахара и 1 ч. ложку сметаны из козьего молока (можно и коровьего). Все бродит не менее 2 недель. После брожения можно употреблять как рассол, так и переброженный горох.

**Дрожжевой препарат с солью для лечения печени.** Возьмите 3-литровую банку, полностью заполненную необходимым растительным сырьем,

залейте раствором поваренной соли, добавьте 1–3 ст. ложки сахарного песка и 1 ч. ложку сметаны или 1 г дрожжей (кабанных). Все перебродивают не менее недели. Употребляют в сыром виде.

**Переброды на растительных маслах.** Растительное масло смешивают с сахаром или медом в пропорции 1:1 и хранят в тепле около года. Потом берут 0,5 стакана этой массы, смешивают с 3 л молочной сыворотки, дают прокиснуть в тепле в течение 2 недель. Пьют по 0,5 стакана за 10–15 минут до еды.

**Переброды орехов.** Берут 1 кг размельченной массы орехов, смешивают с 1 стаканом сахара и оставляют для брожения на 2 недели. Принимают по 2 ст. ложки.

**Квашение растений.** Заполнить 3-литровую банку растением (например, молодило), положить 1 ч. ложку поваренной соли и 0,5 г дрожжей и поставить квасить на несколько дней. Потом принимают по 1–3 ст. ложки кваса во время еды.

**Переброженная паста из орехов и пшеницы.** Для ее приготовления берут 1 кг размельченной массы в пропорции 1:1, смешивают с 1 стаканом сахара и оставляют для брожения на 2 недели. Принимают по 2 ст. ложки. Готовят также массу из лимона и смешивают ее в пропорции 1:1 с медом. Принимают по 1 ст. ложке во время еды.

## Сахарные и дрожжевые перебраны

**Перебран на сахаре.** Перебраны готовят следующим образом. Сок растения наносят на кусочки сахара, которые укладывают в банки, прикрывают от пыли и хранят в теплом месте. Через 2–3 месяца сахар пьет с чаем (по 2–3 кусочка на стакан).

**Сахарный перебран на чистотеле.** Сок травы чистотела нанести на кусочек рафинада (1–5 капель). Кусочки сахара складывают в банку, горловину завязывают несколькими слоями марли и дают перебранить в течение нескольких месяцев. За это время сахар отсыреет (намокнет) и расплывется, вместо сахара образуется жидкая масса, похожая на мед по виду и вкусу. Его употребляют по 1 ч. ложке с чаем.

**Противоопухолевое пиво.** На 3 л воды берут 1 стакан мелко нарезанных цветов или 30–40 плодов каштана,

1 стакан сахара, 1 ч. ложку сметаны. Все киснет в тепле не менее 2 недель. Пьют без нормы. Каждый раз выпитая часть кваса компенсируется добавлением воды и сахара. На следующий день квас вновь будет готов к употреблению.

**Перебраны растительных масел.** Растительное масло смешивают с сахаром или медом в пропорции 1:1 и хранят в тепле около года. Потом берут 0,5 стакана этой массы, смешивают с 3 л молочной сыворотки и

дают прокиснуть в тепле в течение 2 недель.

**Сахарный переброд на соке.** Берут 3 л сока белокочанной капусты (моркови самосейки, черной неочищенной редьки) на 1 стакан сахара и ставят для брожения на 2–3 недели. Пьют по 3–4 ст. ложки через 10 минут после еды.

**Медовый переброд на соке.** Берут 3 л яблочного сока на 1 стакан меда и ставят для брожения на 2–3 недели. Пьют по 3–4 ст. ложки через 10 минут после еды.

**Сахарный переброд можжевельника.** На 1 кг размолотой массы можжевельника казацкого берут 2 кг сахара. Все тщательно размалывают и размешивают и хранят при комнатной температуре не менее 1 месяца. Когда масса из темно-зеленой станет коричневой, ее можно употреблять внутрь по 1 ст. ложке во время еды.

**Сахарный переброд на виноградном вине.** Растительное сырье размалывают и смешивают с сахаром (1:1). Хранят массу в течении 2–3 месяцев в тепле, пока она не потемнеет. Употребляют внутрь во время еды.

**Переброженое тесто Болотова.** Лекарственные растения (семена, цветы, листья, стебли, корни) должны быть в обязательном порядке преобразованы с помощью дрожжей и бактерий брожения. Например, семена дурмана размалывают, смешивают с сахаром (1:1), добавляют 1 г дрожжей и хранят в темном месте не меньше недели. Затем употребляют тесто внутрь или смазывают им опухоли.

## **Окисляющие уксусные настойки**

### **«Быстрая» окисляющая уксусная настойка.**

Приготавливают чай из коры осины (коры черемухи, вербы, сухих шишек сосны, сухой шелухи лука или сухой травы полыни). В чай на 1 стакан добавляют 1–2 ст. ложки 9-процентного уксуса. За день выпивают 5–10 стаканов.

**Окисляющий уксус на чистотеле.** На 150 г 9-процентного уксуса берут 0,1 стакана мелко нарезанного чистотела. Доводят до кипения и настаивают в термосе в течение 1 часа.

**Окисляющий уксусный настой багульника.** В 0,5 л 9-процентного уксуса всыпают 0,5 стакана измельченного багульника (или корней лилии болотной, травы лютика, травы чемерицы) и затем настаивают не менее 2–4 дней. На 1 стакан добавляют 5–6 капель йода.

**Окисляющий медовый раствор уксуса.** После потоотделения обтирают кожу питательным медовым раствором яблочного уксуса (на 1 ст. ложку яблочного уксуса 0,5 стакана меда).

**Окисляющий компресс на основе багульника.** Берут багульник и соль в соотношении 1:1, настаивают в 0,5 л 9-процентного уксуса 2 дня, затем смачивают этой настойкой больное место и прикладывают к нему горячую грелку.

**Окисление печеным луком (окисляющий компресс).** Печеный репчатый лук прикладывают к местам опухолей, например, к увеличенным лимфоузлам. Головка лука запекается в закрытом сосуде, затем в теплом виде прикладывается к опухоли и держится как можно дольше. Процедуру надо повторять до полного исчезновения опухоли.

## **Ощелачивание организма**

Как уже говорилось, в некоторых случаях после окисления необходимо провести кратковременное ощелачивание. Обычно эту процедуру проводят, когда лечение связано с выводом нерастворимых солей (например, при выводе камней и солей из почек или желчного пузыря).

В этом случае необходимо сделать следующее (узнать о необходимости ощелачивания в случае конкретного заболевания можно в третьей части книги).

## **Ощелачивающие чаи**

Чай из корней подсолнуха ощелачивает организм, растворяет многие соли. Хорошо растворяют соли чаи из спорыша, полевого хвоща, арбузных корок, тыквенных хвостов, толокнянки, сабельника болотного.

**Солерастворяющий чай.** Чай из корней

подсолнуха пьют большими дозами в течение месяца и более. При этом соли начинают выводиться только после 2 недель и выводятся до тех пор, пока моча не станет прозрачной, как вода, и в ней не будет осаждаться взвесь солей. Если собрать путем отстаивания мочи все вышедшие соли, их наберется до 2–3 кг. При употреблении чая из подсолнуха нельзя есть острые и сильно соленые блюда (например, сельдь), а также употреблять квасы и уксусы. Пища должна быть в меру соленой. После первых дней приема чая возможны болевые ощущения. Они вызываются движением песка по почкам и мочеточнику. В этом случае необходимо уменьшить дозу; можно принять болеутоляющее средство типа но-шпы.

## **Ощелачивающие соки**

Для растворения солей пользуются и соками некоторых растений. Так, например, сок черной редьки хорошо растворяет минералы в желчных протоках и желчном пузыре и минеральные соли, откладывающиеся в сосудах, почечной лоханке, мочевом пузыре.

Проводя лечение, необходимо соблюдать пресную диету, избегать острых и соленых продуктов, но только во время употребления сока. Когда сок закончится, необходимо есть жмыхи, которые к тому времени уже прокиснут. Во время еды принимают по 1–3 ст. ложки жмыхов. Лечение способ-

ствует укреплению организма, особенно легочных тканей и сердечно-сосудистой системы.

Соли поддаются растворению и соками корней петрушки, хрена, листьев мать-и-мачехи, цикория, репы.

## **Ощелачивание желчью**

Ощелачивают и растворяют соли также и желчью птиц. Действительно, давно замечено, что куры склевывают камушки. Делают они это для формирования скорлупы яйца, а растворяет камни желчь, что накапливается у птиц в печени. Оказалось, что куриная желчь великолепно растворяет минералы не только в желчных протоках, но практически везде. Поскольку витилиго (обесцвечивание кожи) возникает от закупорки капилляров кожи солевыми накоплениями, то применение куриной желчи приводит к очищению капилляров от солей и полному излечению витилиго. Аналогичными свойствами обладает утиная, гусиная и индюшачья желчь. Желчь размещают в специальных желатиновых капсулах, которые используют для горьких лекарств. Иногда желчь принимают также в хлебных шариках.

**Шарики с желчью.** Из хлебного мякиша делают маленькие шарики величиной с лесной орех и добавляют в них по несколько капель желчи. Глодают 2—5 таких шариков через 30—40 минут после еды. На курс лечения уходит 5-10 желчных пузырей. Желчь хранят в



специальной полиэтиленовой посуде в холодильнике.

Максимальная доза желчи не должна превышать 20–50 капель. После ощелачивания организма его надо снова закислять.

## **Потогонные процедуры**

Потогонные процедуры очень эффективны. Через кожу можно не только выводить шлаки, но и питать организм. Потогонные процедуры состоят из 3 этапов.

1. Разогрев кожного покрова и очищение организма (солерастворение и вывод солей) с помощью потогонных квасов и чаев, обработка кожи потогонными чаями и уксусами.

2. Снятие шлаков и защитного жирового слоя с кожи при помощи специальных чаев и уксусов.

3. Введение в организм необходимых веществ с помощью ферментных и уксусных обтираний и компрессов.

Во время потоотделения кожа способна испарить до 3–4 л жидкости. Примерно столько же жидкости можно ввести через кожу, когда организм сильно обезвожен. При циррозе печени, когда этот орган оказывается практически недееспособным, канал обмена питательных веществ через кожу является основным.

Через кожу вводятся полезные вещества и выводятся вещества, вредные для организма. Например, при гипертонии без применения гемитона, адельфана и других сосудорасши-

ряющих веществ можно снизить давление путем потения, то есть выведения вредных для организма веществ с потом. Для этого кожу достаточно обогреть и обработать специальными растворами, усиливающими потливость (например, чаем из багульника). Конечно, предварительно нужно разогреться в парилке или сауне. Увеличивает потение обработка кожи березовым веником, предварительно обогретым на сильном пару. Хорошо, если стены сауны внутри обшиты липовыми досками (в липе присутствуют серосодержащие вещества, которые стимулируют потовыделение).

## **Разогрев кожного покрова**

Разогревание происходит в парилке, сауне или ванной комнате.

За 10–15 минут до обогрева надо выпить потогонного квасу. Разогреваться надо примерно 5–10 минут. В это время можно периодически пить потогонный квас. Общая продолжительность процедуры – 1–2 часа.

**Ванна для разогрева.** На ванну добавляется 1 стакан 9-процентного уксусного настоя багульника. Для изготовления этого настоя смешивают 0,5 стакана растения и 2,5 стакана 9-процентного уксуса. Настаивают в течение суток.

**Потогонный квас.** На 3 л воды берут 1–2 стакана варенья из малины или плоды свежей малины, 1 стакан

сахара (при использовании варенья сахар не добавлять). Для брожения добавляют 1 ч. ложку сметаны. Хранят в тепле (20–30 °С) в течение 2 недель. Квас употребляют без нормы, каждый раз добавляя в банку по мере его потребления воду и соответствующее количество сахара. Банки кваса может хватить на весь курс лечения.

**Потогонный чай.** В стакане воды кипятят 1–3 минуты 1 ст. ложку корней багульника или 2 ст. ложки листьев березы. Можно использовать цветы липы или бузины.

## **Снятие с кожи шлаков и защитного жирового слоя**

После разогрева обязательно надо обтереть тело уксусными настойками девясила или шалфея, а также выпить подкисленный потогонный чай из фиалки или кипрея, чередуя его с чаем из эвкалипта или ферментами на эвкалипте и мать-и-мачехе. Ранней весной полезно пить проквашенный березовый сок.

# 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.