

Аурика Луковкина

# Золотой ус против бессонницы



Аурика Луковкина

**Золотой ус против бессонницы**

«Научная книга»

2013

## **Луковкина А.**

Золотой ус против бессонницы / А. Луковкина — «Научная книга», 2013

Безусловно, для человека сон является неотъемлемой частью жизни. Когда происходят какие-либо нарушения, связанные со сном, то на человеке это сказывается не самым лучшим образом. Такие нарушения являются очень серьезными и могут нанести вред здоровью, поэтому очень важно вовремя позаботиться о своем здоровье. В этом вам сможет помочь лекарь от многих недугов – золотой ус. Здесь вы найдете народные рецепты, которые помогут восстановить здоровый сон и избавиться от бессонницы.

© Луковкина А., 2013

© Научная книга, 2013

## Содержание

Глава 1. Золотой ус, или каллизия душистая	5
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Аурика Луковкина

## Золотой ус против бессонницы

### Глава 1. Золотой ус, или каллизия душистая

В настоящее время не только не утихает, но и продолжает увеличиваться интерес к золотому усу, который называют еще и «растением-пауком», поскольку его многочисленные усы напоминают лапки крупного насекомого. У этого удивительного растения действительно имеется много других названий: «домашний женишень», «дальневосточный ус», «кукурузка», «живой волос», (при разрыве листа из него вытягиваются тонкие волоконца и как бы удерживают разорванные половинки), «венерин волос», «каллисия» или «каллизия душистая» (от латинского *callisia fragrans*), «ректантера душистая», «спиронема душистая», «золотой ус» (от латинского *dihorisangra mikan*), названного из-за его лечебных свойств и целительной силы.

Родом это растение из Мексики. Но в Европе и Америке более распространенным является другое название – «растение-корзинка» (*basketplant*), или «ампельное растение». Корзинку золотой ус напоминает, если обрезать основной стебель, оставляя только спускающиеся побеги. Возникает ощущение, что это не один цветок, а сразу несколько, помещенных в одну корзинку.

Уже было упомянуто, что родиной этого чудодейственного растения является Мексика. Оно произрастает в диком виде и в переменнно-влажных тропических лесах Гватемалы, полуострова Юкатан. В настоящее время золотой ус растет в диком виде в южных штатах Америки, а также в Китае и Индии. Как и многие тропические растения, каллизия душистая цветет в засушливый жаркий период, при избыточной влажности цветков не образуется. Именно по этой причине золотой ус очень редко цветет в домашних условиях, несмотря даже на то, что за ним хорошо ухаживают, вовремя поливают и подкармливают.

Каллизия душистая – это крупное растение с двумя типами побегов. Побеги первого типа прямостоячие, мясистые, похожие на молодую кукурузу, от 70–80 см до 2 м высотой. У нее нормально развиты листья, которые достигают в длину 20–30 см, в ширину – 5–6 см. Достигнув зрелого возраста, растение выбрасывает отростки-усы, на концах которых формируется листовая метелка. Лечебные свойства золотой ус приобретает после того, как на отростках образуется не менее 9 полноценных суставчиков. Побеги другого типа – горизонтальные. На них вырастают не до конца развитые листья, уже упомянутая листовая метелочка. Цветки мелкие, менее 1 см в диаметре. Плотные пучки собраны в метельчатые соцветия. Однако стоит отметить, что для того, чтобы увидеть, как цветет золотой ус, и почувствовать тонкий, необыкновенно нежный, гиацинтовый запах его цветков, необходимо правильно ухаживать за растением.

В комнатах встречается и другая разновидность растения – каллизия изящная с листьями длиной 5–7 см и шириной 2,5–3 см, листья у которой сверху бархатистые, темно-зеленые с узкими продольными серебристо-белыми полосками по жилкам, снизу – фиолетово-зеленые или фиолетовые. Все растение бархатно-опушенное.

Большинство людей с сожалением говорят о том, что у них плохо растут, вянут, чахнут любые комнатные растения, а не только золотой ус, по непонятной им причине, несмотря на то, что ухаживают за ними вроде бы правильно. Но эти люди обращают внимание только, так сказать, на практическую сторону дела, не беря во внимание духовную и энергетическую составляющие. Дело в том, что любое комнатное растение, пусть даже очень неприхотливое, быстро реагирует на домашнюю атмосферу, на отношения в семье и вообще на эмоционально-психологический фон в квартире или доме. Если в семье постоянно возникают скандалы, идут бес-

конечные выяснения отношений, то вся обстановка в доме, включая и «зеленых друзей», буквально пропитываются не самой лучшей энергетикой и отрицательными эмоциями. Растения выступают в роли своеобразной лакмусовой бумажки, индикатора, который отражает все происходящее вокруг, вбирает в себя весь поток негативной информации, от которой в очень скором времени начинаются его болезни. Попробуйте для начала, если это необходимо, прежде чем заводить комнатные растения, урегулировать отношения в семье, вернуть гармонию, доброту, взаимопонимание и любовь ко всему живому и нуждающемуся в вашей заботе и уходе. Только при таком условии вы сможете впоследствии получать от растений, вещей, окружающих вас, отдачу, помощь и любовь.

Особо следует обратить внимание на популярную в настоящее время философию Фэн-шуй. Золотой ус – растение необычное и оригинальное по своей форме: крупные острые листья сочетаются и одновременно контрастируют с тонкими отростками – усами. С первого взгляда каллизия не особо привлекательное растение: темный зеленый (или фиолетовый) цвет листьев плавно перетекает в светлый, и наоборот. Но ценится она благодаря своим внутренним качествам. Золотой ус широко применяется в народных способах лечения, его компоненты входят в состав различных лекарственных средств, используется в косметических целях для поддержания красоты и здоровья.

Этому цветку необходимы хорошее естественное освещение и оптимальный уровень влажности. Для того чтобы золотой ус служил вам долгие годы и приносил практическую лекарственную пользу вам и вашим близким, необходимо поливать его, как, в принципе, и любое растение, желательно разместить его рядом со спокойно текущей водой, например, рядом с комнатным фонтанчиком.

В зависимости от стиля оформления вода в таком устройстве либо сочится из расщелины в камне, либо ровной струйкой течет поверх вращающегося мраморного шарика, либо плещется, падая на уступы или лопасти, либо каплями выступает из куска туфа. Находясь рядом с таким приспособлением, золотой ус (и не только он, но и многие другие комнатные растения) получает необходимое количество атмосферной влаги, впитывает ее, начинает излучать дополнительную положительную энергию.

Поскольку золотой ус изначально рос в солнечной и теплой Мексике, то является светолюбивым растением, но он не любит прямых ультрафиолетовых лучей, ему необходим яркий, но рассеянный солнечный свет. Надо отметить, что при избытке солнечного света хлорофилл, содержащийся в листьях, частично разрушается, листья становятся желтоватыми, рост растения замедляется, оно становится приземистым, с широкими и короткими листьями. При недостатке же света растение начинает сильно вытягиваться в длину и теряет яркость окраски, что особенно заметно на стебле и усах. И только при оптимальном освещении рассеянными солнечными лучами они приобретают характерную темно-фиолетовую окраску. Лучше всего каллизии душистую размещать около окон, которые выходят на юго-запад или на юго-восток. Если же ваше окно обильно освещено, то растение следует притенить или просто переставить его в другой конец помещения. Если же вы решили поменять местоположение золотого уса в связи с ремонтом или перестановкой, то не делайте этого сразу, в один присест, поскольку это может повредить растению.

Выращивание золотого уса не является очень сложной задачей. Необходимыми для каллизии являются широкий и просторный горшок (пластмассовый, керамический или глиняный – дело вашего вкуса), лампа дневного света, установленная около растения (это в основном касается осеннего и зимнего периодов), и достаточно высокая температура воздуха – приблизительно 20–25°. Золотой ус ко всему названному любит высокую влажность, которую необходимо обеспечивать в зимний период, когда воздух становится сухим из-за работы радиаторов центрального отопления, и в летний период (особенно в жаркие сухие дни). Решить эту проблему можно, если поставить рядом с растением емкость с водой (например, аквариум, ком-

натный фонтанчик и т. п.), которая будет поддерживать постоянную влажность. Чтобы золотой ус чувствовал себе хорошо в любое время года, не забывайте регулярно опрыскивать его, но оптимальная температура воды для полива должна быть не менее 20–30°, потому что холодной воды каллизия не любит. Ко всему прочему вода должна быть отстоявшейся, чтобы все вредные вещества и их различные соединения испарились.

Подробнее остановимся на вопросе, как золотой ус можно вырастить в домашних условиях (немного было сказано об этом выше). Однако все не так просто. Для того чтобы золотой ус отблагодарил вас целебными свойствами и стал настоящим эликсиром здоровья, придется проявить максимум внимания и заботы. Но поверьте, затраченные усилия стоят того! Растение приобретает целебные свойства только тогда, когда на горизонтальных отростках образуется не менее 9 полноценных суставчиков, которые в процессе роста становятся фиолетовыми. Если же горизонтальные побеги остаются зелеными даже при достижении каллизией зрелого возраста, то ваше растение, к сожалению, целебным не стало. Ему чего-то не хватило, например, солнечных лучей, необходимых для выработки полезных веществ.

Золотой ус размножается верхушечной частью горизонтальных побегов, которую срезают на 2 суставчика ниже листовой метелочки, посередине 3-го, и ставят в стакан с водой до образования корней. Причем отросток можно брать только у того растения, побеги которого выросли до 12 суставчиков. Пока отросток находится в воде, ухаживать за ним нужно особенно тщательно, ведь именно сейчас в нем закладываются целебные свойства. Каллизия станет лучше расти и будет более мощной, если корневая система растения хорошо разовьется. Поэтому многие люди, практикующие разведение золотого уса в домашних условиях, советуют не спешить пересаживать отросток в грунт сразу же при появлении первых тоненьких корешков. Лучше пересадить растение в горшок с землей, когда корневая система будет уже достаточно сформирована.

Но помещение в воду не единственный способ размножения золотого уса. Можно срезать черенки и посадить их непосредственно в землю. Для этого хорошенько опрыскайте посаженное растение, закройте его стеклянной банкой или просто прозрачным пакетом и поставьте в хорошо освещенное место. Получится своеобразная теплица. Через 3 дня уберите банку и переставьте золотой ус в затененное место. Не забывайте поливать черенок ус и регулярно обрызгивать водой. Затем поместите растение в более освещенное место. Необходим обильный полив в течение нескольких дней. Это требуется для лучшего укоренения. Существует еще несколько способов размножения золотого уса. Один из них особенно удобен, если вы собираетесь высаживать растение в открытый грунт. Да-да, не удивляйтесь, многие успешно выращивают золотой ус на даче. При этом удастся получить больше сырья для приготовления лекарственных препаратов. Этот способ заключается в том, что боковые побеги растения укореняются при присыпании грунтом прямо в почве. Нужно обязательно позаботиться об опоре для ствола. Лишь в таком случае боковые побеги будут свободно расти. Они дорастут до почвы и, если их слегка присыпать землей, укоренятся в ней самостоятельно. Конечно, этот процесс можно ускорить. Распределите побеги по всей грядке, присыпьте землей, но ни в коем случае не отрезайте от растения. Сделать это можно будет только спустя несколько дней, когда побеги дадут корни. Вот теперь можете пересаживать растение в любое удобное для вас место. Выкапывайте его осторожно, стараясь не повредить корни.

Тем, кто собирается выращивать золотой ус на даче, можно предложить еще и другой, более простой способ. В середине весны поместите отростки в воду, а когда они дадут корни, высадите на хорошо удобренные грядки.

Как утверждают специалисты, наиболее благоприятный период для разведения растения – март и апрель. Однако практика показывает, что этим правилом вполне можно пренебречь. Не бойтесь пересаживать золотой ус в любое другое время.

Существует специальный прием, который позволяет вырастить как можно больше горизонтальных побегов на каллизии. Как только на усах сформируется листовая метелочка, нужно срезать ее. После этого побег раздвоится и будет расти уже в виде двух веточек, на концах которых со временем сформируется еще по одной листовой метелочке. Если впоследствии использовать для посадки метелочки с раздвоенных усов, то и потомство получится с раздвоенными боковыми побегами.

Земляная смесь для посадки золотого уса не должна быть плотной. Оптимальный вариант – дерновая земля и парниковый перегной с добавлением 30 % крупного речного песка. При пересадке золотого уса обязательно используйте толченую яичную скорлупу. Не забудьте про опору, которая необходима для слабого стебля.

Перед посадкой землю необходимо обильно полить, сделать глубокое отверстие и добавить 1 ч. л. гумата. Если углубление достигает, например 12 см, то ствол макушки надо погрузить в землю на 5 см, хорошо уплотнив землю вокруг него.

В летний период, если есть такая возможность, выносите растение на балкон – это значительно улучшит лекарственные свойства золотого уса. А в теплых районах можно на весь летний период высаживать растение в открытый грунт, где оно прекрасно приживется.

Но помните, что в полдень растение должно находиться в тени! Золотой ус – теплолюбивое растение, однако прямые солнечные лучи ему противопоказаны. Интенсивное облучение может привести к тому, что кончики листьев станут коричневыми и завянут. Появление этих признаков говорит и о других ошибках в уходе за растением: нехватке минерального питания, недостаточном поливе и т. д. Поливать золотой ус следует умеренно, особенно в зимний период, и делать это нужно только в вечернее время. Здесь важно избежать и другой крайности – не доводить землю до пересыхания. Земля должна быть немного влажной летом и чуть подсушенной в зимнее время.

В период интенсивного роста не забывайте о комплексных удобрениях, предназначенных специально для комнатных растений.

Отдельно стоит сказать о месте, в котором будет жить ваше растение. Золотой ус любит просторные помещения со свежим воздухом, поэтому кухня, наполненная пусть и восхитительными, но губительными для растения ароматами готовящейся пищи, не подойдет. Нельзя помещать растение и в комнату, где постоянно присутствует запах табака.

При следовании всем этим рекомендациям вы сможете вырастить уникальное растение, которое обеспечит вам здоровье на долгие годы.

Но золотой ус дарит вам не только здоровье. Поклонники стиля фэн-шуй считают комнатные растения символом радости, успеха и процветания. Растения следует размещать в разных частях дома и непременно в юго-восточном секторе, который отвечает за материальное благосостояние, а также раскрытие и развитие творческих способностей.

Специалисты по эзотерическим наукам считают, что золотой ус помогает сохранить мир и гармонию в семье, предотвратить ссоры между супругами. Не секрет, что усталость делает нас чересчур раздражительными. Хроническое переутомление может превратить любого человека в монстра, тем более, если вы – неисправимый трудоголик. Гнев – это конфликты, подорванное здоровье. Мы выплескиваем агрессию на окружающих, которыми, как правило, оказываются близкие люди. Это может показаться удивительным, но золотой ус помогает избежать такой проблемы.

Общение с живой природой помогает нам обрести душевное спокойствие, восполнить запасы потраченной энергии. Наши предки верили в то, что у каждого растения есть своя душа, собственный разум, оно способно слушать и понимать. Вполне возможно, что вы так не думаете. Однако постарайтесь отбросить сомнения и поверить, что между вами и растением под названием «золотой ус» может установиться особая связь. Для этого нужно не так уж много –



ежедневно дотрагиваться до его листьев. Впоследствии вам будет намного проще справиться с любым недугом с помощью препаратов, приготовленных на основе этого растения.

По состоянию золотого уса можно судить об атмосфере в доме. Если вы окружаете растение заботой, холите его и лелеете, но тем не менее его состояние нельзя назвать хорошим, это тревожный сигнал. Наверняка вы и сами чувствуете, что семейным отношениям недостает тепла и взаимопонимания. А чуткое растение ощущает все неблагоприятные вибрации. И если с каллизией что-то произошло, это говорит о присутствии достаточно серьезной проблемы. Возможно, вам стоит пересмотреть свои отношения с окружающими.

Бывает и наоборот – в силу занятости человек не может уделять много времени уходу за комнатными растениями. Однако, несмотря на это, золотой ус выглядит на редкость ухоженным и свежим. Все дело – в благожелательной атмосфере, царящей в доме.

Но если это растение отличается гиперчувствительностью, как же его использовать для приготовления лекарств, не причинив вред? Я хочу дать вам такой совет: если в вашем доме растет только один золотой ус, не используйте его для приготовления лекарственных средств. Возьмите отросток (а лучше несколько) и рассадите в другие горшки.

Если у вас есть дети, обязательно поместите одно растение в их комнату. Золотой ус выделяет фитонциды, которые обладают антисептическими свойствами, так что многим бактериям вход на эту территорию будет воспрещен.

Старайтесь по возможности чаще вытирать пыль с широких листьев, иначе степень энергетической защиты вашего дома значительно снизится.

Цветение золотого уса – явление довольно редкое, и говорит оно не только о хорошем уходе. Таким образом, растение показывает, что в вашем доме нет проблем.

Современная наша жизнь, к сожалению, не располагает к общению с природой. С раннего утра до позднего вечера мы чем-то заняты: работа, домашние дела, телевизор, газеты, компьютер. Безусловно, никто не собирается утверждать, что нужно жить отшельником где-нибудь в лесной глуши. Жизнь идет вперед быстрым шагом, и наша задача – не отставать от нее. Но ведь в наших силах превратить собственную квартиру в настоящий райский уголок, выращивая цветы. А выращивание такого растения, как каллизия душистая, доставит вам не только эстетическое удовольствие, но и поможет обеспечить себя и своих близких бесплатными лекарствами от самых разных болезней.

Золотой ус обладает необыкновенными оздоравливающими свойствами. Действуя на организм как биогенный стимулятор, это растение помогает бороться со многими недугами, при этом спектр действия золотого уса чрезвычайно широк.

От одних недугов растение помогает избавиться окончательно, при других облегчает состояние больного, и можно с уверенностью сказать, что нет такого заболевания, которое бы не было подвержено целебному влиянию золотого уса. Это растение – кладезь биоактивных веществ, минералов и витаминов – всего того, что несет нам здоровье.

Даже если вы считаете себя практически здоровым человеком, все равно познакомьтесь с каллизией душистой. Вы будете приятно удивлены тем, как это на первый взгляд невзрачное растение способно дать вам прилив сил, бодрости, энергии, улучшить общее самочувствие и дать осознание того, что у вас ничего не болит, ничто не беспокоит.

Ошибочно считать, что какое-либо растение, включая и золотой ус, является буквально панацеей от всех болезней и недугов. Всегда найдутся как показания, так и противопоказания для их использования. И это является естественным, поскольку любое лекарственное средство может стать ядом, если заниматься самолечением, предварительно не посоветовавшись с врачом. Если вы действительно хотите помочь своему организму избавиться от болезни, укрепить, восстановить силы, то обязательно проконсультируйтесь с доктором. Здесь уместным будет вспомнить слова великого Парацельса: «Все есть лекарство и яд, и только доза может определить и то и другое».

### **Биохимический состав золотого уса**

Золотой ус – поистине таинственное растение, дающее избавление от многих недугов, но на данный момент нельзя представить исчерпывающий список веществ, содержащихся в этом растении, которые делают его высокоэффективным и надежным лекарственным средством. Однако ряд исследований в этой области уже проведен.

## **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.