

Александр Кородецкий

Полное очищение организма по Малахову

рекомендации Геннадия Малахова 💧
методы нетрадиционной медицины 💧
секреты фитотелительства 💧
обновленная лечебная методика 💧
авторские рецепты 💧



ПИТЕР®

Александр Владимирович Кородецкий

Полное очищение

организма по Малахову

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=422132

Полное очищение организма по Малахову.: Питер; СПб.; 2010

ISBN 978-5-49807-565-5

Аннотация

Известный петербургский фитоэнергетик и автор популярных книг Александр Владимирович Кородецкий долгие годы изучал методы нетрадиционной медицины и секреты фитотелительства у знаменитых травников. Но даже став непревзойденным специалистом в области траволечения, он продолжает учиться у своих коллег и перенимать их опыт. Именно поэтому Александр Кородецкий стал одним из первых зрителей и участников программы «Малахов+». Многие рекомендации Геннадия Малахова и советы участников передачи «Малахов +» удачно дополняют методику фитолечения и естественного очищения организма Александра Кородецкого. Обновленная лечебная методика уже проверена на практике и показала впечатляющие результаты. Об этом свидетельствуют отзывы благодарных пациентов и тысячи писем с просьбами о помощи, которые получает Александр Кородецкий. Данная книга не

является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

Содержание

Предисловие	5
Введение	7
Глава 1	10
Когда загрязнен кишечник	10
Что испытывает зашлакованная печень	12
О страданиях суставов	13
Что происходит с сосудами	15
Опасность хронического отравления	18
Внешние и внутренние загрязнители	19
Признаки хронического отравления	20
Что дает организму чистка	23
Глава 2	24
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Александр Владимирович Кородецкий Полное очищение организма по Малахову

Предисловие

Известный петербургский фитоэнергетик и автор популярных книг Александр Владимирович Кородецкий долгие годы изучал методы нетрадиционной медицины и секреты целительства у знаменитых травников. Теперь он и сам обладает уникальным опытом сбора, приготовления и использования целебных растений с учетом их биоэнергетических особенностей. Глубокие познания в этой сфере позволили ему составить тысячи рецептов уникальных сборов, обладающих высокой эффективностью. Но Александр Владимирович не останавливается на достигнутом. Даже став непревзойденным специалистом в области траволечения, он продолжает учиться у своих коллег и перенимать их опыт. Например, много нового он открыл для себя благодаря телевизионной передаче «Малахов+».

Александр Владимирович убедился в том, что многие ре-

цепты и советы участников передачи удачно дополняют его методику фитолечения и очищения организма с помощью природных средств. Поэтому он решил включить этот материал в свою программу оздоровления и лечения, которая от этого стала еще более эффективной. Конечно, ему пришлось проверить обновленные лечебные методики на практике. Результаты проведенного исследования оказались впечатляющими! Сотни людей получили долгожданное исцеление: к одним вернулось зрение, у других прошли мучительные боли и прекратились обострения хронических недугов. Об этом свидетельствуют отзывы благодарных пациентов. Но тысячи писем с просьбами о помощи, которые получает Александр Кородецкий, свидетельствуют о том, насколько нужна людям его обновленная программа исцеления. Вот почему целитель решил создать новую серию книг, в которых его собственная оздоровительная система очищения будет сочетаться с рецептами и советами Г. Малахова, а также участников телепрограммы «Малахов+».

Введение

Что такое очищение

Эту книгу мы пишем вместе с вами, дорогие читатели и участники передачи «Малахов+». Все, что я увидел и услышал в ней, настолько расширило мои представления о фитоэнергетике, и в частности очищении, что я мог не взять на вооружение советы «малаховцев». Почему именно я пишу об этом, ведь передачу увлеченно смотрят тысячи поклонников Малахова и приверженцев его оздоровительных методик? Да потому, что нет ничего более важного для человека, чем его здоровье. А ваш скромный слуга всю свою жизнь посвятил поиску целебных трав и созданию принципиально новой системы оздоровления. Так почему бы нам всем вместе не взяться за дело? Мой опыт и ваши наблюдения – это прекрасное сочетание.

Все рецепты, которые я узнал, все советы, которые прозвучали в передачах, мы вместе с друзьями и помощниками еще раз проверили. Я говорю о соавторах моих книг: это биолог и путешественник Илья Ильич Прохоров, петербургская травница Валентина Ивановна Морозова, биолог из Тулы Дмитрий Свечкин и, конечно, Лариса и Глеб Погожевы.

В процессе подбора и комбинирования новых рецептов от некоторых мне пришлось отказаться. Другие стали для ме-

ня открытием и внесли существенный вклад в мою систему оздоровления. Теперь я с радостью и благоговением включаю их в свою методику, отдавая должное истинным авторам этих рецептов.

В этой книге речь пойдет об очищении с помощью растительного сырья, а именно о мягком очищении. Несколько советов и предостережений. Как вы помните, существуют два метода очищения: ударное и мягкое. Быстрое, или ударное, очищение чрезвычайно просто. К сожалению, такие чистки, как и все сильные средства, небезопасны. При хронических заболеваниях печени, почек и желчного пузыря они могут нанести серьезный вред организму. Известны случаи, когда после некоторых чисток, даже проводимых профессионалами с медицинским образованием, людей увозили на «скорой». Как говорится, для того чтобы лечиться, надо здоровье иметь...

Любая ударная чистка – это сильнейшая нагрузка на организм. Кому-то такой стресс, конечно, нужен, а для кого-то он будет разрушителен. А вот мягким очищением занимаются и люди не очень здоровые. Такая чистка может рассматриваться и как метод лечения, и как способ профилактики.

Мягкие чистки продолжаются от нескольких дней до нескольких месяцев. Например, настой хвоща или спорыша пьют вместо чая не меньше 8 месяцев, что производит комплексное очищение организма. Есть и более быстрая процедура, например с помощью чеснока. Полное очищение орга-

низма чесноком длится около месяца.

Какой метод более предпочтителен, решать вам. Я по мере сил постараюсь облегчить вам выбор: на страницах книги вы найдете не только противопоказания и показания, но также информацию о том, кому больше подойдет та или иная процедура или методика.

Как всегда, я не ограничиваюсь рецептами и рекомендациями, но стараюсь объяснить суть действия целебных средств, поскольку считаю, что любое лечение, а особенно самолечение, должно быть сознательным.

Глава 1

Все болезни от шлаков

Когда загрязнен кишечник

От работы кишечника зависит функционирование печени, почек, желчного пузыря и, конечно, сосудов и сердца. Установлено, что 95 % всех хронических заболеваний связаны с нарушением работы кишечника. Даже при ежедневном стуле неминуемо отложение шлаков, а его отсутствие усугубляет ситуацию.

Мало кто задумывается над тем, что происходит в организме, если кишечник не опорожняется ежедневно. Из-за оседания каловых масс нарушается всасывание пищи, а это ведет к образованию каловых камней и интоксикации организма. Кишечник раздувается так, что увеличивается в два раза. От этого страдают соседние органы, которые вынуждены потесниться. В результате почки, печень поджелудочная железа, селезенка и органы малого таза сдвигаются, а их кровоснабжение и питание нарушается. Организм теряет способность к саморегулированию. Отсюда плохое самочувствие и развитие острых и хронических патологий. Чем больше накапливается шлаков, тем больше страдает орга-

низм. Любые, даже на первый взгляд не связанные с кишечником, недомогания являются следствием его зашлакованности: депрессии, головные боли, болезни кожи, раннее старение и, конечно, более серьезные недуги, такие как сердечно-сосудистые заболевания.

Когда организм зашлакован, в нем нарушается обмен веществ. А это приводит к снижению функций нервной, иммунной и эндокринной систем. Отсюда тысяча болезней, в том числе аллергии, ставшие настоящим бичом нашего времени. Проблемная кожа и морщины – это также результат незаметного насыщения микрофлоры кишечника совершенно не нужными ей элементами. В результате появляются отеки, закупориваются поры, возникают гнойнички, кожа плохо дышит, сохнет, шелушится, морщины прибавляются не по дням, а по часам.

Лечение любого заболевания должно начинаться с очищения организма. Чаще всего оно этим и заканчивается, ведь избавленный от шлаков организм начинает сам регулировать свою работу, то есть происходит самооздоровление.

Что испытывает зашлакованная печень

К заболеваниям печени относятся цирроз печени, стеатоз (жировая дистрофия), а также гепатит. Гепатит – острое или хроническое воспаление печени, которое вызывают вирусы А, В, С и Б.

Воспаление печени возникает не только из-за воздействия вирусов, но и от зашлакованности. Человек с больной печенью испытывает боль в правом подреберье, слабость, потерю аппетита; повышается температура тела. Кроме того, появляются боли в суставах, тошнота, рвота, усиленное образование газов, боли или тяжесть в верхней части живота справа.

Тяжелая хроническая форма гепатита часто переходит в цирроз печени, который характеризуется разрушением печеночной ткани. В процессе заболевания происходит полная перестройка структуры печени с нарушением микроциркуляции крови.

Особенно опасны алкогольная и лекарственная интоксикации, которые вызывают цирроз печени.

О страданиях суставов

Артрит – это воспаление сустава, при котором поражаются его внутренние оболочки, суставной хрящ, капсула и другие элементы. К артритам относятся ревматоидные воспаления, подагра, остеоартрит. Признаки артрита: опухоль сустава, местное повышение температуры, покраснение, боль и ограничение в движениях. Артрит – хроническое заболевание, которое может быть вызвано разными причинами: травмой, инфекцией, нарушением обмена веществ, иммунной патологией. Тяжелая форма артрита – полиартрит (воспаление сразу нескольких суставов).

Артроз – прогрессирующее заболевание опорно-двигательного аппарата, при котором одновременно с воспалительным процессом происходит дистрофия ткани. Артрозы чаще всего поражают суставы кистей рук, позвоночника (остеохондроз), тазобедренные, коленные, голеностопные суставы.

Подагра – заболевание, которое известно со времен Гипократа. Это болезнь суставов, обусловленная отложением солей мочевой кислоты. Чаще всего подагрой страдают мужчины после 40 лет. Недуг, как правило, поражает суставы пальцев кистей рук и стоп. Признаки подагры: внезапная сильная боль, покраснение кожи, жар в суставе. К этому заболеванию существует наследственная предрасполо-

женность. Провоцируют его развитие гипертония и сахарный диабет, неправильное питание – употребление большого количества мяса, копченостей и жиров, алкоголя, а также стрессы.

Что происходит с сосудами

Многие, наверное, слышали про холестериновые бляшки, возникающие в сосудах не только у пожилых, но и у молодых людей. Эти бляшки очень опасны, потому что создают препятствие на пути крови. Нарушая ход кровотока, они не только приводят к развитию атеросклероза и сердечной недостаточности, но и провоцируют инфаркты и инсульты и даже вызывают закупорку сосудов. Поэтому сосуды необходимо чистить, то есть убирать из них накопившиеся шлаки, которые ухудшают кровообращение. При очищении бляшки вымываются, а сосуды становятся эластичными и гибкими. В результате можно навсегда избавиться от атеросклероза и вылечить сердечно-сосудистые заболевания. Чистые сосуды – это залог здоровья для всего организма, ведь кровь циркулирует по ним беспрепятственно, разнося питательные вещества ко всем органам. Освобождая сосуды от шлаков, люди избавляются от варикозного расширения вен на ногах, улучшают зрение, слух, снимают головные боли, а вероятность инфаркта и инсульта сводят к нулю.

Ко мне не раз обращались больные, которым не помогало очищение сосудов. Вернее, они чувствовали лишь временное облегчение, через какой-то промежуток времени все болезни возвращались. Люди не понимали, почему так происходит, ведь они старательно проводили чистки и старались

не употреблять продуктов, содержащих холестерин. Чтобы разобраться в этом, надо понять, откуда берутся на стенках сосудов бляшки и другие шлаки.

Всю вину за возникновение холестериновых отложений принято сваливать на неправильное питание – слишком жирную пищу и продукты, богатые холестерином. Поэтому больные садятся на диеты, подсчитывают содержание холестерина в продуктах, но... продолжают болеть. Получается, что одной диетой проблему не решить. Тем более что исключить все жиры, содержащие холестерин, все равно невозможно, да это и небезопасно для организма, который нуждается в определенном количестве холестерина и даже сам вырабатывает его при помощи печени. Ведь холестерин – это вещество, необходимое для образования желчи и формирования некоторых гормонов. Но если он попадает в сосуды, то становится нашим врагом. Это происходит при различных нарушениях в организме, которые не дают жирам возможности расщепляться и всасываться в кровь.

Когда жиры поступают в нормально функционирующую печень, она их успешно перерабатывает, а излишки удаляет. Но если организм не может вовремя усвоить, расщепить и переработать поступающие с пищей жиры, то они прямоком попадают в кровь и затем оседают на стенках кровеносных сосудов в виде холестериновых бляшек. Чаще всего это происходит из-за недостатка необходимых ферментов и других веществ, с помощью которых желудок, кишечник и пе-

чень перерабатывают жиры. Поэтому главное – нормализовать работу кишечника и печени, то есть почистить в первую очередь эти органы, чтобы они не пополняли запасы шлаков в наших сосудах.

Предварительное очищение кишечника важно еще и потому, что постоянно пополняемые каловые завалы превращают толстый кишечник в огромный неподвижный мешок с отходами, который вытесняет с положенных мест внутренние органы, поджимает диафрагму (мышцу, обеспечивающую правильное дыхание и работу сердца), смещает печень, почки, уменьшает подвижность тонкого кишечника. Особенно страдает нижняя часть прямой кишки и заднепроходное отверстие: передавленные вены выпячиваются в виде геморроидальных узлов.

Только после того, как пройден курс очищения кишечника, печени, почек и лимфы, можно приступать к очистке кровеносных сосудов. Тогда новые холестериновые бляшки уже не появятся, и вы сможете заняться очищением сосудов от старых отложений.

Опасность хронического отравления

Хроническое отравление опасно тем, что происходит постепенно и незаметно. Болезненные симптомы появляются не сразу и не одновременно. Именно поэтому мы часто пропускаем начало коварной болезни, ведь она выглядит куда безобиднее, чем грипп или сильный насморк. А когда спохватываемся, токсины уже сделали свое дело, в организме появился целый букет хронических воспалительных заболеваний. Это свидетельствует о слабости тех или иных систем организма, ослабленных длительной интоксикацией. Но надо понимать, что серьезной болезни еще нет, мы видим пока лишь симптомы – предвестники будущих неприятностей. И нет ни малейшей необходимости лечиться сильнодействующими лекарствами, которые лишь усилят интоксикацию организма. Напротив, нужно начинать борьбу с интоксикацией. Полному очищению организма с помощью зеленой аптеки и посвящена эта книга.

Внешние и внутренние загрязнители

Шлаки делятся на внешние и внутренние.

Внешние шлаки попадают в организм вместе с пищей и водой. В промышленных выбросах содержатся соли тяжелых металлов. В пище можно обнаружить пестициды, гербициды, нитраты. Особенно вредны канцерогены, которые могут привести к онкологическим заболеваниям. С внешними шлаками справиться достаточно просто, для этого необходимо употреблять экологически чистые продукты. Воду лучше пить родниковую или очищать ее с помощью бытовых фильтров. И, конечно, бросьте курить!

А вот *внутреннее загрязнение* – это проблема более сложная. Она заключается в аутоинтоксикации, или самоотравлении. В процессе жизнедеятельности организма в клетках и тканях постоянно образуются отработанные вещества. Конечно, при нормально работающих органах выделения они должны полностью выводиться из организма. Увы, идеальная система выделения потому и идеальная, что в природе не встречается. Хотя в молодости организм все же справляется и выводит большинство отработанных и вредных веществ. После 30–40 лет они неизбежно начинают накапливаться. И выход здесь один – очищение организма.

Признаки хронического отравления

Вот тест, в котором описаны наиболее часто встречающиеся симптомы хронического отравления. Вам надо просто взять карандаш, внимательно изучить список симптомов и пометить те из них, которые наблюдаются у вас.

Тест Л. и Г. Погожевых «Степень хронического отравления»

1. Повышенная утомляемость, раздражительность, нервозность.
2. Периодические головные боли.
3. Слабость, потливость, зябкость.
4. Нарушение сна.
5. Повышенное газообразование в кишечнике, запоры или поносы, часто сопровождающиеся выделениями слизи.
6. Неприятный запах изо рта, горечь во рту, обложенный язык, налет на зубах.
7. Частые стоматиты, кровоточивость десен, заболевания голосовых связок и придаточных пазух носа.
8. Желчные и почечные камни, воспаление желчных протоков и мочевыводящих путей.
9. Слизь, выделяющаяся из легких через носоглотку, вызывающая кашель, часто с мокротой; выделения из влагалища.

ща, ведущие к эрозии шейки матки и влагалища, выделения из грудных желез у женщин.

10. Сыпь, угри, прыщи, фурункулезы, экзематозные высыпания, висячие родинки на шее и под мышками. Изменение цвета кожи лица, появление морщин, сухая или жирная кожа; кожа часто трескается.

11. Аллергические реакции, зуд, образование жировиков.

12. Гипертония или гипотония, варикозное расширение вен, тромбофлебит.

13. Неприятный запах тела.

14. Нередкое ощущение вялости, слабости.

15. Перепады давления, предгрозовое время, магнитные и солнечные бури вызывают повышение давления, головные боли и другие болезненные проявления.

16. Плохой сон, пробуждение не приносит бодрости.

17. Быстрая утомляемость.

18. Рассеянность.

19. Плохая память.

20. Во время работы появляются тупые головные боли.

21. Сильно потеют руки, ноги, под мышками либо все тело.

22. Нервность, раздражительность.

23. Плохой аппетит.

24. Снижение половой активности.

25. Головокружения (у женщин).

26. Волосы ломкие, без блеска, выпадают.

27. Снижение упругости кожи, после сна на лице долго остаются складки.

28. Частое раздражение слизистых оболочек носа и глаз, насморк, чихание или слезотечение.

29. На переохлаждение организм отвечает кратковременными несильными ознобами, покашливанием, першением в горле (симптомы вскоре исчезают, а простудное заболевание не развивается).

30. После вполне качественного обеда возникают неприятные ощущения: боль в желудке, тошнота и головные боли, однократный жидкий стул, боли в кишечнике.

31. После работы ненадолго отекают ноги или появляются боли в суставах.

32. Стоит понервничать, как начинаются скачки давления, которые пропадают после небольшого отдыха.

33. После незначительного приема алкоголя возникают быстро проходящие боли в желудке.

34. Раз в неделю бывают задержки стула или несильный понос.

Участник телепередачи «Малахов+» доктор медицинских наук Юрий Захаров считает, что поредение волос и проблемы с кожей могут быть не просто сигналом к очищению, а свидетельством поражения какого-то органа. Это относится, прежде всего, к почкам. Поэтому если имеются локальные изменения, которые не проходят, то, безусловно, нужно обследоваться у специалиста.

Что дает организму чистка

После правильно проведенной чистки организма удастся избавиться практически от всей грязи, шлаков и ядов. В результате нормализуются биологические и психические процессы в организме. Резко улучшается самочувствие. Тело становится легким, гибким, выносливым, будто оно помолодело на 15 лет. Повышается иммунитет, вы перестаете простужаться. А некоторые с удивлением замечают, что их хронические болячки отступили, а то и вовсе исчезли. Все это означает одно: вы стали моложе, а значит, проживете дольше.

Для того чтобы почувствовать себя здоровым, молодым, энергичным, перестать постоянно болеть, жаловаться на головную боль и винить в ней погоду и атмосферное давление, прекрасно подходит мягкое очищение организма. Этот путь проверен не только мной и деревенскими целителями Ларисой и Глебом Погожевymi, но и десятками, если не сотнями, людей, которых я видел на передаче «Малахов+».

Глава 2

Основы очищения

Каковы же способы очищения?

- Фитотерапия и очищение промыванием.
- Очищение с помощью пиявок – гирудотерапия.
- Лечебное голодание.
- Диетическое питание.
- Очищение водой (бани, очищающие ванны).

Как найти свой метод очищения?

Правило 1. Для каждого человека, а больного тем более, важнейшим условием является врачебная заповедь: НЕ НАВРЕДИ! Поэтому отсутствие побочных эффектов и будет первым критерием выбора.

Правило 2. Как говорил Гиппократ, лечит врач, но излечивает природа. Значит, нужны природные, естественные методы очищения, то есть использование трав.

Правило 3. Особое внимание уделяем диете, берем на вооружение голодание, пьем чистую воду и проводим водные процедуры. Кстати, баня – не просто полезный, а чудодейственный способ природного очищения.

Правило 4. Жизнь – это движение. Без него очищение невозможно – кровь будет застаиваться, и все шлаки опять к вам вернуться. Значит, очищаемся с помощью физических

упражнений.

Правило 5. Очищение воздухом легких и крови – это особый, простой и очень эффективный вид очищения. Каждую прогулку можно превратить в занятие дыхательной гимнастикой.

Вот и получилась целая система очищения. Чтобы вам было легче начать, приведу пример: расскажу, как воспользовались этой системой мои знакомые. Эти милые, но чрезвычайно болезненные люди не стали себя мучить многодневным голоданием и изнурительной уринотерапией, они пощадили свой организм, мягко очищая его природными способами.

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.