



Ранжит Моханти

ЛЕЧЕБНАЯ СИЛА ВОДЫ



**Секреты
индийских
мудрецов**

 **ПНТЕР®**

Ранжит Моханти
Лечебная сила воды.
Секреты индийских мудрецов
Серия «Без таблеток.ru»

Издательский текст

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=169910

Лечебная сила воды. Секреты индийских мудрецов: Пупер; СПб.; 2015

ISBN 978-5-496-01667-4

Аннотация

Подлинная мудрость индийских гуру – в каждой строчке новой книги врача и Учителя Ранжита Моханти. В ней он рассказывает о чрезвычайно простом и доступном каждому способе обретения здоровья. Речь идет о целебных свойствах чистой питьевой воды. Ранжит Моханти утверждает: если выпивать в день по 12–14 стаканов воды, то уже через 48 часов вы почувствуете потрясающие изменения! Болезни, даже хронические, отступят. Вас больше не будут беспокоить астма, артриты, головная боль, проблемы мочеполовой системы, гипертония и многие другие болезни. Как комнатные цветы, расцветающие после обильного полива, вы обретете новые силы и желание жить!

Содержание

Введение	4
Глава 1	8
Поразительное открытие доктора Батмангхелиджа	9
Случаи из медицинской практики доктора Батмангхелиджа	13
Жажда и ее признаки	17
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Ранжит Моханти

Лечебная сила воды. Секреты индийских мудрецов

Введение

Человек всегда сознавал, какое огромное значение имеет вода для здоровья. Древние индийцы рассматривали воду как один из пяти важнейших элементов природы, из которых состоит человеческое тело. Система традиционной индийской медицины Аюрведа отводит воде очень важную роль в деле поддержания здоровья и определяет необходимое количество и порядок потребления воды. Современные исследования доказывают истинность того, что Аюрведа утверждала тысячи лет назад.

К сожалению, современный человек очень мало знает об этом важном аспекте, и ему кажется, что любая жидкость, которую он пьет, может заменить воду. Например, большинство людей убеждены, что газированные напитки служат прекрасным заменителем обыкновенной воды. Но мало кто знает, что употребление соков, газированных напитков, чая,

кофе, а также любых алкогольных напитков может привести к обезвоживанию, каким бы парадоксальным это ни представлялось.

Средства массовой информации пока еще недостаточно освещают проблемы, с которыми сталкивается человек, страдающий обезвоживанием. Да что там СМИ, если даже многие врачи не хотят придавать этому должное значение! Поэтому многие люди своеобразно «следят» за своим здоровьем: они очень озабочены тем, что за пищу едят, какие в ней содержатся витамины и минералы, какова калорийность потребляемых ими продуктов и т. п., но редко придают значение воде как средству поддержания хорошего здоровья. Но кто бы что ни думал, правильное потребление воды должного качества в должном количестве намного важнее, чем качество пищи, которую мы едим.

За последние двадцать лет в Японии и Германии были проведены обширные исследования, посвященные роли воды в поддержании хорошего здоровья. Насколько вода важна для хорошего здоровья и самочувствия, свидетельствует факт, что тело человека на 70–75 %, а мозг почти на 90 % состоят из воды.

Эта книга даст вам детальное представление об исследованиях в данной области, проведенных различными учеными в разных странах мира. Надеюсь, она позволит вам по достоинству оценить чудесные свойства воды и признать в ней величайшее лекарственное средство. Но если этих мо-

их доводов недостаточно, чтобы убедить вас, дорогой читатель, что именно эта книга сможет повернуть вашу жизнь, как реку, в нужное русло, то сформулирую некоторые тезисы в более доступной и краткой форме. Я хотел бы напомнить некоторые причины, по которым вода необходима нашему организму.

– Вода – основа жизни на земле.

– Вода – лучший тонизирующий напиток без побочных эффектов.

– Вода помогает восстанавливать силы, снимает усталость.

– Вода снимает стресс и депрессию.

– Вода оживляет все клетки организма, насыщая их энергией молодости.

– Вода повышает работоспособность, улучшает фиксацию внимания.

– Вода является главным растворителем всех видов пищи.

– Вода – это лучшая диета. Достаточно пить воду вовремя, и вы сбросите лишний вес без диет.

– Вода уменьшает эффект старения, бережно заботясь о вашей коже.

– Вода поможет вам избавиться от некоторых вредных привычек, таких как пристрастие к кофеину и алкоголю.

– Вода продлит ваше сексуальное долголетие.

Итак, вы хотите стать здоровым человеком без особых усилий и затрат? Хотите удивлять всех блеском глаз, граци-

ей, уверенностью в себе? Тогда эта книга действительно для вас!

Ранжит Моханти

Глава 1

Доктор, исцеляющий водой

Я начал мечтать о знакомстве с доктором Феридуном Батмангхелиджем в середине 80-х, когда мне на глаза попалась его книга «Ваше тело молит о воде» (*Your Body's Many Cries For Water*). Я досконально изучил ее, и она перевернула все мое мировоззрение с ног на голову, как посчитали бы непосвященные и, с моей точки зрения, невежественные люди. Именно этому доктору я обязан своим здоровьем, здоровьем моих близких и моих пациентов. Его труды помогли мне пойти в нужном и единственно правильном направлении.

И каким же счастьем была встреча с моим кумиром доктором Батмангхелиджем на конгрессе врачей в Лондоне, где мы с ним могли общаться на равных. Как я и предполагал, д-р Феридун Батмангхелидж оказался человеком с горячим сердцем, широкой душой и заразительной улыбкой, которой он помимо здоровья щедро одаривал своих пациентов, учеников и последователей.

Прежде чем я коснусь непосредственно методов этого чудесного доктора, мне хотелось бы вкратце познакомить вас с его нелегкой судьбой, которая в какой то мере послужила причиной его открытий.

Поразительное открытие доктора Батмангхелиджа

Д-р Феридун Батмангхелидж родился в 1931 г. в Иране. Он прекрасно учился и успешно поступил в Медицинскую школу св. Марии в Лондоне. Завершив медицинское образование, он стал работать в лондонской больнице св. Марии. Движимый желанием принести благо своей родине, д-р Батмангхелидж в 1978 г. возвратился в Ирак и посвятил себя созданию одного из крупнейших медицинских комплексов в стране, призванного на благотворительной основе предоставлять людям медицинские услуги повышенного качества.

Однако в это время Иран переживал политические потрясения, и некоторые люди в революционном правительстве, проникшись неприязнью к доктору, выдвинули против него всевозможные обвинения. В 1979 г. его арестовали и бросили в тюрьму предварительного заключения. Именно в тюрьме д-р Батмангхелидж и открыл чудесные целительные свойства воды. Это открытие изменило весь ход его жизни и побудило его посвятить себя распространению знаний о важности воды.

В тюрьме однажды ночью к нему привели пожилого человека, который страдал от острой боли в области живота. После предварительного обследования д-р Батмангхелидж пришел к выводу, что у больного язва. Однако в тюрьме не бы-

ло никаких лекарств, необходимых в подобных случаях, и д-р Батмангхелидж в полной растерянности посоветовал пациенту выпить два стакана воды. Каково же было удивление нашего героя, когда через пару минут больной сообщил, что ему стало намного лучше! Тогда д-р Батмангхелидж посоветовал пациенту выпивать определенное количество воды каждые двадцать минут, и спустя каких-то восемь часов тот без всяких лекарств избавился от боли. Д-р Батмангхелидж решил, что происшедшее не что иное как чудо. В течение следующих двух лет он изучал целебные свойства воды, вылечивая с ее помощью сотни заключенных, страдавших от различных болезней.

Пребывание в тюрьме практически всегда вызывает у человека сильный стресс и связанные с ним заболевания. Иранская тюрьма, в которой оказался наш герой, не была исключением, и в отсутствие лекарств больным волей-неволей приходилось следовать рекомендациям доктора, который советовал им для избавления от болезней изменить режим приема воды. К всеобщему удивлению, этот метод действовал, болезни излечивались, и вскоре д-р Батмангхелидж заключенные стали называть не иначе как чудо-доктор. Тем временем суд приступил к рассмотрению его дела. Обвинения, выдвинутые против него, были столь серьезны, что неминуемой казалась смертная казнь.

Когда настало время вынесения приговора и судья спросил д-ра Батмангхелиджа, что он может сказать в свое оправ-

дание, тот подробно сообщил о работе, которую проделал за время заключения. К счастью, судья был неглупым и неординарным человеком. Поэтому рассказ д-ра Батмангхелиджа произвел на него огромное впечатление. Этот просвещенный человек понял, что труд, предпринятый нашим героем, может помочь миллионам людей по всему миру, и поэтому снял все обвинения и распорядился выпустить доктора на свободу.

Д-р Батмангхелидж вышел из тюрьмы в 1982 г., проведя за решеткой два года и семь месяцев. Вскоре после освобождения он переехал в США, где живет и поныне. Теперь дело его жизни – обучать людей, как извлекать благо из питья чистой воды. Статьи д-ра Батмангхелиджа выходят в таких уважаемых изданиях, как «Журнал клинической гастроэнтомологии» (*Gastro Ento-mology*) и «Нью-Йорк таймс». Его книга «Ваше тело молит о воде» стала в Америке бестселлером и получила высокую оценку и у простых людей, и у беспристрастных специалистов в области медицины. Просто принимая воду по системе, разработанной д-ром Батмангхелиджем, тысячи людей избавились от своих болезней.

Сейчас д-р Батмангхелидж стремится обращаться непосредственно к людям. Он считает, что учреждения, созданные в различных странах, чтобы поддерживать здоровье граждан, справляются со своей задачей не лучшим образом, и человеку следовало бы взять заботу о своем здоровье в собственные руки.

Эти благородные порывы лишней раз убеждают всех в широте души этого великого человека. Он не гонится за собственной выгодой, стремясь набить свой кошелек, поскольку, как вы сами понимаете, **методы выздоровления посредством воды не могут быть дорогостоящими**. Он предпочел не пудрить мозги своим пациентам, выписывая дорогостоящие лекарства, а стараться действенно и гарантированно помочь им.

Случаи из медицинской практики доктора Батмангхелиджа

В клинику д-ра Батмангхелиджа в 1987 г. вошел очень худой изможденный человек с потрескавшимися губами. На вид ему можно было дать около сорока лет, но, как выяснилось позже, мужчине не было и тридцати пяти. Это был Николас Барри, который с детства страдал от аллергии. Из рассказа этого пациента выяснилось, что аллергия проявилась у него в семь лет, когда он пошел во второй класс. Затем появился частый сухой кашель. Дыхание больного сильно затруднялось, глаза слезились, стоило ему оказаться рядом со свежескошенным газоном. Ни о каких летних и весенних прогулках за город маленький Николас и помыслить не мог. К тому же аллергии сопутствовал упадок сил, который развился далее в аллергические обмороки. Когда м-р Барри уже в зрелом возрасте обратился к врачу, ему поставили диагноз – аллергия и астма. Николасу назначили уколы от аллергии и ингаляции. Но это лечение только ухудшило состояние больного. Визит к д-ру Батмангхелиджу был его самой последней надеждой. Прежде всего, доктор поинтересовался, какие напитки употребляет больной и пьет ли он простую воду. Выяснилось, что м-р Барри выпивал в день от двух до пяти чашек кофе, пару стаканов лимонада, немного чая и, случалось, немного алкоголя. Какого же было удивле-

ние этого больного, когда д-р Батмангхелидж сказал ему, что необходимо пройти курс лечения простой водой. Через две недели после визита к доктору, когда Николас довел прием воды до 3,5 л, астма и аллергия перестали его беспокоить.

Однажды д-р Батмангхелидж получил следующее письмо. «Меня зовут П. Л. Сейчас мне 47 лет, и чувствую я себя прекрасно. Но были времена, когда я был не рад, что когда-то появился на свет. Еще год назад я выглядел стариком, отягощенным кучей болячек. А все началось давно, когда мне было 16 лет. Мне поставили диагноз „диабет“. Именно в ту пору я начал употреблять диетические напитки, выпивал не более двух стаканов воды в день и стал часто „баловаться“ кофе. Диабет привел меня к нескольким госпитализациям. В 23 года у меня начали опухать ноги. А когда мне исполнилось 30, у меня проявилась диабетическая ретинопатия: в сетчатке глаз были обнаружены увеличенные и кровоточащие кровеносные сосуды. Врачи пытались прижечь разорванные сосуды и предотвратить появление новых разрывов. Но это не дало никаких положительных результатов.

К 33 годам у меня ухудшилось периферийное и сумеречное зрение. Так я продолжал мучиться еще двенадцать лет, пока мои друзья не принесли мне вашу книгу о водолечении. Я стал постепенно увеличивать суточный рацион воды. Довел его до 4,5 л и отказался от кофе. И хочу вам признаться, что буквально второй раз родился! Я похудел на 20 кг! Мои потребности в инсулине снизились с 95 до 35 единиц в день.

Теперь мне не нужно принимать антибиотики. Опухоли ног меня больше не беспокоят. Мне кажется, что теперь, в 47 лет, ко мне вернулась молодость. Спасибо вам за это счастье новой жизни!»

Глория Дейл, приятная шестидесятилетняя дама, давно страдала от гипертонии. Давление у нее поднималось настолько высоко, что при вставании с кровати или стула голова начинала кружиться, перед глазами начинали мелькать черные «мошки», и Глория нередко падала в обморок. Д-р Батмангхелидж объяснил своей пожилой пациентке, что зеленый чай, который она пьет по семь чашек в день, не может удовлетворить потребности ее организма в воде. Таким образом, Глория заменила зеленый чай водой, а затем увеличила прием воды до четырех литров в день. Причем, как только у нее начиналось головокружение, Глория начинала пить воду, и головокружение проходило. Еще д-р Батмангхелидж посоветовал ей использовать методику индийских суфиев:

Вечером поставить на стол стакан с обыкновенной питьевой водой. Наутро, слегка помассировав голову пальцами, надо медленно встать и потянуться. Затем взять в руку стакан с водой и высоко поднять вверх. В другую руку взять пустой стакан и поднять на тот же уровень. Переливать воду из стакана в стакан 30 раз, стараясь не расплескать. Затем все, что не расплескалось, маленькими глотками выпить.

Таким образом Глория лечилась около двух месяцев. Давление у нее снизилось с 210/100 до 120/60, прошли голово-

кружения, обмороки и головные боли. Пациентка признавалась, что сначала, когда она переливала воду из стакана в стакан, у нее дрожали руки. Теперь же она выполняет этот утренний ритуал ежедневно как зарядку, и вода из стаканов не расплескивается. Дрожь в руках прошла.

Мало того, шестидесятилетняя Глория стала настолько бодро себя чувствовать, что решила посещать школу бального танца, где не перестает удивлять всех своей грацией и жизнелюбием.

Своей методикой исцеления водой д-р Батмангхелидж доказывает, что лечение с помощью обычных лекарственных средств представляет собой лишь полумеру. Оно не способно избавить ни от какой болезни, поражающей наш организм. Причина самой болезни – обезвоживание. Чтобы различные органы функционировали должным образом, телу необходимо каждый день получать достаточное количество воды. Какого рода болезнь – не важно. Это может быть гипертония, язва, диабет, повышенное содержание холестерина в крови (*high cholesterol*), ангина (*angina pain*) и т. д. В основе всех болезней лежит обезвоживание. Правильно снабжайте свое тело водой – и вы исцелитесь без всяких лекарств.

Жажда и ее признаки

Первейшее средство, созданное природой для того, чтобы человек сознавал свою потребность в воде, – это чувство жажды. Жажда – одно из основных побуждений нашего организма, и если лишь эта функция бывает в порядке и мы ощущаем жажду всякий раз, когда тело нуждается в воде, количество болезней, жертвой которых мы становимся, резко уменьшается.

К сожалению, этот величайший инстинкт убивается еще на самых ранних стадиях детства, в результате чего современный человек никогда не испытывает жажды. Поскольку у большинства людей чувство жажды уничтожено, важно проследить, почему это происходит.

Когда плачет новорожденный, мать всегда думает, что он просит есть. В первый год жизни чувство жажды сильно, но так как пища, которую ребенок в это время ест, в основном жидкая, его потребность в воде удовлетворяется сама собой. Проблема начинается, когда на определенной стадии развития ребенка возникает необходимость перехода от жидкой пищи к твердой. Для должного переваривания и усвоения твердой пищи необходимо больше воды, но как раз в это время мать ненамеренно уменьшает количество жидкости, которую ребенок потребляет. Так как ребенок ощущает сильную жажду, он плачет, требуя воды, но поскольку он еще

не научился говорить, взрослые не могут понять настоящей причины его плача. Они думают, что он хочет есть, и снова и снова предлагают ему пищу. Родители не в состоянии вообразить, что все, чего хочет ребенок, – это обыкновенная вода.

Другая проблема, возникающая после рождения ребенка, связана с типом жидкостей, которые дают ему в качестве пищи. Большинству из них придается приятный сладковатый вкус. Простую воду ребенку иногда вообще не дают, поэтому у него нет возможности оценить ее вкус и развить привычку к ее регулярному употреблению. Когда происходит переход к твердой пище, ребенку хочется жидких смесей, которыми его кормили, так как они подменяют в его сознании воду, а именно в ней он на самом деле и нуждается. Ее же, разумеется, ему снова не дают. Таким образом, всякий раз, когда ребенок требует воды, взрослые либо вообще никак не реагируют на его плач, либо предлагают ему какую-нибудь твердую пищу. Необходимо отметить, что никакая другая жидкость, в том числе молоко и фруктовый сок, не может заменить воду, и потому даже если ребенок пьет упомянутые напитки, он все равно страдает от обезвоживания.

Поскольку все просьбы о воде, которые ребенок выражает в форме плача, остаются неудовлетворены, эта потребность в конце концов исчезает. Ребенок как бы говорит себе: «Ничего не поделаешь. Их никак не заставить дать мне воды!» Так как ребенок лишен возможности испытать живи-

тельное чувство утоления жажды посредством чистой воды, он больше не просит ее, и периодическое ощущение жажды у него уходит. Даже когда человек вырастает, опыт жизни без воды остается глубоко укорененным в его уме. Поэтому неудивительно, что современный человек не испытывает потребности время от времени выпивать определенное количество воды, в то время как другие живые существа утоляют жажду исключительно ею. За день люди делают, быть может, несколько маленьких глотков воды и отчасти увеличивают ее потребление лишь между приемами пищи. Они считают, что все, что им нужно, чтобы поддерживать здоровье на должном уровне, – это качественная пища вместе с витаминами и минеральными добавками. Однако чтобы каждый орган мог функционировать должным образом, ему необходимо достаточное количество воды, а заменить ее не способно ничто.

Давайте же определим некоторые признаки жажды:

Тяга к кофе, чаю и слабоалкогольным напиткам

Эти желания основаны на условном рефлексе, связывающем насыщение водой с приемом этих напитков. На практике это приводит к обезвоживанию организма.

Чувство вялости

Оно возникает тогда, когда кровообращения недостаточно для хорошего функционирования мозга. Из-за этого могут возникнуть головные боли, если приток крови к мозгу не приводит к достаточному насыщению его клеток водой. Ведь клетки мозга в ходе своей непрерывной деятельности произ-

водят токсичные отходы метаболического процесса, которые необходимо регулярно удалять.

Чувство усталости

Для нашего организма вода является главным источником энергии. Да, не удивляйтесь, именно вода, а не пища. Пища же сама получает от воды заряд энергии во время пищеварительного процесса.

Чувство тревоги

Куда вы стремитесь выехать на выходные? За город, поближе к воде? Вы можете часами смотреть на маленький водопад или на ровную гладь озера? А почему? Потому что это успокаивает, приводит все наши чувства в состояние покоя, умиротворения. Так уж заведено природой. Так и стакан воды может помочь нам избавиться от беспричинной тревоги. А отсутствие в нашем организме необходимого количества воды может, напротив, эту тревогу вызвать – так у нашего организма срабатывает инстинкт самосохранения.

Раздражительность, гнев

Таким образом наш мозг пытается избежать выполнения деятельности, при которой затрачивается большое количество энергии. А вода, как уже говорилось выше, является главным источником энергии.

Прилив крови к лицу

Наше лицо снабжено множеством нервных окончаний, которые ведут непрерывное наблюдение за окружающим миром и передают информацию в мозг. Напрашивается вывод,

что лицо и мозг связаны между собой. Поэтому приливы крови к лицу – это последствия приливов крови в мозг.

Вы, наверно, замечали, что у людей, страдающих алкоголизмом, красные лица. Это вызвано обезвоживанием мозга и всего организма, что и вызывает похмельный синдром и головные боли.

Невнимательность

Чаще всего невнимательностью страдают дети. А вы вспомните, чем вы, родители, поите своих детей. Помимо молока и кисломолочных продуктов, которые вы считаете чрезвычайно полезными, вы стараетесь дать своим чадам что-то вкусненькое, где, с вашей точки зрения, содержится больше витаминов. И в ход идут соки, лимонады, газированная вода. Но все эти напитки не способны насытить мозг нужным количеством энергии, и он продолжает «лениться», что и становится причиной невнимательности. Помните, что от невнимательности вас и ваших детей спасет только вода.

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.