

Вода

ДЛЯ ВАШЕГО
ЗДОРОВЬЯ



Именно воде дана волшебная власть
быть Соком Жизни на Земле.

Леонардо да Винчи

**Борис Николаевич Джерелей
Александр Николаевич Джерелей
Вода для вашего здоровья
Серия «Болезни:
профилактика и лечение»**

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8688832
Вода для вашего здоровья: АСТ; Москва; 2011
ISBN 978-5-17-074980-5*

Аннотация

О целебной силе воды – природной, талой, кварцевой, шунгитовой, серебряной, «живой» и «мертвой» и др., способах ее очищения и обогащения природными веществами вы узнаете из этой книги. А применяя различные методики водолечения и оздоровления с помощью воды, вы сможете восстановить здоровье и долголетие.

Для широкого круга читателей.

Содержание

Предисловие	4
Вода и ее роль в жизни человека	10
Основные источники воды	19
Как устроена вода	22
Вода загадочная и волшебная	27
Роль воды в живом организме	31
Целебная сила воды	40
Виды воды и ее модификации	40
Конец ознакомительного фрагмента.	121

Александр Николаевич Джерелей, Борис Николаевич Джерелей Вода для вашего здоровья

Предисловие

*Именно воде дана волшебная власть быть Соком
Жизни на Земле.
Леонардо да Винчи*

Эта книга о том, как сохранить и восстановить здоровье простейшими и вполне доступными способами. В частности, мы расскажем о целительной силе воды и различных методах оздоровления с ее помощью. Это и различные водолечебные процедуры, обертывания, обливания, ингаляции, ванны, бани, прием минеральной воды и многое другое. При правильном применении вода оказывает поистине потрясающий лечебный эффект. Однако и здесь нужно быть очень осторожным. С ее помощью в одних случаях вы сможете справиться с болезнью сами, в других – вам несомненно потребуется помощь специалиста. К примеру, одним людям подходит для лечения минеральная вода «Ессентуки 17», а вот для других

она может оказаться не только бесполезной, но и противопоказанной. Поэтому всегда необходимо выяснить у врача, какой именно способ водолечения нужен конкретному человеку.

Напомним, что рекомендации по применению водных оздоровительных методик в борьбе с болезнями и их профилактике, приведенные в этой книге, не всегда гарантируют желаемый результат в связи с тем, что они могут оказаться не вполне подходящими именно для вас. Это нередко встречается в медицинской практике. Универсальных рецептов и панацеи в такой многогранной науке, как медицина, не существует. Поэтому всегда будет лучше все ваши действия согласовать с грамотным специалистом. Если при консультации с ним вы получите рекомендации, не совпадающие с описанными в книге, строго придерживайтесь именно его указаний – он учтет ваши персональные особенности, специфику конкретной ситуации, индивидуальные особенности воздействия различных оздоровительных мероприятий на ваш организм.

Использовать эту книгу как руководство по лечению допустимо лишь в ситуации, когда почему-либо отсутствует возможность лечения у специалиста или во время его ожидания.

Помните, что есть ситуации, когда опасно заниматься самолечением и нужно обратиться за помощью только к врачу, и притом неотложно. Вот их примерный перечень:

- при сильных повреждениях (травмах);
- при отсутствии пульса или дыхания;
- если человек задыхается;
- при потере сознания;
- при заторможенности или сонливости;
- при расстройствах ориентации;
- при сочетании одышки, холодного пота и сильной боли;
- когда беспокоит боль (стеснение, сжатие, жжение, тяжесть и т. п.) в области сердца или в области диафрагмы –

слева, в подреберье, особенно если она отдает под лопатку и в левую руку по внутренней стороне;

- при всех ушибах головы, после которых появились тошнота, головокружение, заторможенность сознания или психическое возбуждение;

- при ушибах позвоночника, особенно его шейного отдела;

- при повторных рвотах, при рвотах с желчью и, тем более, с кровью;

- при болях и спазмах в брюшной полости, особенно при опоясывающих болях выше пупка, сопровождающихся рвотой и без таковой; при болях в области пупка и ниже, справа от него, приступообразных, усиливающихся при движении;

- при остро возникшей резкой боли, как при ударе кинжалом в живот;

- при ущемлении грыжи;

- при нагноениях, которые продолжают распространять-

ся, не ограничиваются, не принимают округлую форму, не имеют головки – намечаемого выхода гноя, особенно если при этом повышается температура тела;

- при любой опухоли, где бы она ни была обнаружена;
- при наличии увеличенных, болезненных, тем более – безболезненных, а еще серьезнее – неподвижных, спаянных с окружающими тканями лимфатических узлов;

- когда беспокоит головная боль, особенно в области затылка, сопровождающаяся ощущением ползания мурашек, онемения (а тем более нарушения движений) руки или ноги с одной стороны тела;

- при головной боли, сопровождающейся нарастающей заторможенностью сознания, двоением в глазах, мушками, вспышками, блестящими точками перед глазами, болью при наклоне головы вперед, подведении подбородка к груди;

- при боли в области лба над переносицей, усиливающейся при постукивании по кости в этом месте; боли в области гайморовых пазух;

- при любом нагноении в полости рта, даже без зубной боли;

- при нагноении в полости носа, в ухе и на ухе, на лице выше линии рта;

- при всех кровотечениях изо рта, если точно установлен источник его в полости рта;

- при кровотечениях из ануса, если точно не установлено, что они геморроидального происхождения;

- при всех гинекологических кровотечениях;
- при наличии крови в мокроте, выделениях из влагалища, в стуле или моче;
- при болях в пояснице, односторонних, резко отдающих в пах, не ослабевающих в покое;
- при всех ушибах в области почек;
- при болях в горле, особенно сопровождающихся затруднением глотания и резко усиливающимися при глотании;
- при всех затруднениях глотания.

Если вы болеете долго, то вам также необходимо обратиться к врачу. К его консультации нужно прибегнуть:

- при любой незаживающей язвочке на коже, губе, в полости рта, в носу, на половых органах;
- при необъяснимом и прогрессирующем исхудании;
- при изменении цвета лица: нарастающей бледности, желтизне, серости, землистости, синюшности;
- при необъяснимой, прогрессирующей потере аппетита;
- при нарастающей слабости мышц;
- при возникновении отеков ног, особенно односторонних и сопровождающихся возникновением варикоза – набухания и расширения вен;
- при быстро прогрессирующем ухудшении зрения, особенно в одном глазу;
- при преждевременном и бурном старении с потерей тонуса кожи и подкожной клетчатки;
- при быстром угасании половой функции, исчезнове-

нии месячных, которые нельзя объяснить усталостью и естественными возрастными изменениями, депрессии, апатии;

- при нарастании хрупкости костей и усилении туго-подвижности связок, суставов, которые нельзя объяснить возрастом.

Вода и ее роль в жизни человека

В истории нашей планеты вода имеет исключительно важное значение. Пожалуй, никакое другое вещество не может сравниться с водой по своему влиянию на ход тех величайших изменений, которые претерпела Земля за многие сотни миллионов лет своего существования.

Вода – одно из самых распространенных веществ в природе (гидросфера занимает 71 % поверхности Земли). Вода принадлежит важнейшая роль в геологии, истории планеты. Без воды невозможно существование живых организмов. Дело в том, что тело человека почти на 63–68 % состоит из воды. Практически все биохимические реакции в каждой живой клетке – это реакции в водных растворах.

Ученые утверждают: нет на Земле вещества, более важного для нас, чем обыкновенная вода, и в то же время не существует другого такого вещества, в свойствах которого было бы столько противоречий и аномалий.

Кровь Земли – это вода, а кровеносные сосуды – реки, речушки, ручьи и озера. И это не просто сравнение, художественная метафора. Вода на Земле играет ту же роль, что и кровь в организме человека; и как недавно заметили ученые, структура речной сети очень похожа на структуру кровеносной системы человека. «Возница природы» – так назвал воду великий Леонардо да Винчи. Именно она, переходя из поч-

вы в растения, из растений в атмосферу, стекая по рекам с материков в океаны и возвращаясь обратно с воздушными потоками, соединяет друг с другом различные компоненты природы, превращая их в единую географическую систему. Как и кровь, она переносит с собой огромное количество химических веществ, экспортируя их из почвы в растения, с суши в озера и океаны, из атмосферы на землю.

Все растения могут потреблять питательные вещества, содержащиеся в почве, только с водой, где они находятся в растворенном состоянии. Если бы не приток воды из почвы в растения, все травы, даже растущие на самых богатых почвах, погибли бы «от голода».

Вода снабжает питательными веществами и обитателей рек, озер и морей. Ручьи, весело стекающие с полей и лугов во время весеннего таянья снега или после летних дождей, собирают по пути хранящиеся в почве химические вещества и доносят их до жителей водоемов и морей, связывая тем самым наземные и водные участки нашей планеты.

Все воды на земле, не входящие в состав горных пород, объединяются понятием «гидросфера». Ее вес столь велик, что обычно его измеряют не в килограммах или тоннах, а в кубических километрах. Один кубический километр – это куб с размером каждого ребра в 1 км, постоянно занятого водой. Вес 1 км^3 воды равен 1 млрд. тонн. А если учесть, что на всей земле содержится $1,5 \text{ млрд. км}^3$ воды, то можно только представить, сколько много она весит! На каждого человека

приходится в среднем по $1,4 \text{ км}^3$ воды, или по 250 млн. тонн.

Геофизики утверждают, что Земля давно бы остыла и превратилась в безжизненный кусок камня, если бы не вода. Нагреваясь, она поглощает тепло; остывая, отдает его. Земная вода и поглощает, и возвращает очень много тепла и тем самым «выравнивает» климат. А от космического холода предохраняют Землю те молекулы воды, которые рассеяны в атмосфере – в облаках и в виде паров... Без воды обойтись нельзя – это самое важное вещество на Земле.

«Земля – планета поразительной голубизны»! – восторженно докладывали возвращавшиеся из далекого Космоса после высадки на Луну американские астронавты. Да и могла ли наша планета выглядеть по-другому, если более $\frac{2}{3}$ ее поверхности занимают моря и океаны, ледники и озера, реки, пруды и водохранилища.

Велика роль воды и в технике. Невозможно представить такую отрасль промышленности, где бы в том или ином виде не применялась вода. Вода является источником энергии. Вода переносит тепло. Вода используется как прекрасный растворитель для многих веществ. Вода является той средой, в которой протекает огромное количество различных химических процессов.

Кроме того, вода входит в состав почвы, горных пород и минералов (таких как глина, гипс и др.), она находится во всех растительных и животных организмах, достигая в некоторых случаях 90 % их веса.

В земных глубинах вода выполняет огромную работу, разрушая породы и минералы, растворяя соли, перекристаллизовывая осадки. Она принимает непосредственное участие в большинстве химических процессов, происходящих на поверхности планеты.

Не менее важна роль воды для жизни растительного и животного мира Земли. Вода может существовать без всякого участия жизни, но жизнь без воды невозможна. Уже один этот факт дал право нашим предкам утверждать, что вода появилась на Земле раньше, чем зародилась жизнь. Нельзя забывать и о том, что жизнь на планете Земля, как считают ученые, впервые появилась в воде, а лишь потом живые существа вышли на сушу. Свою зависимость от воды организмы сохранили в ходе эволюции в течение многих миллионов лет. Вода – главный «строительный материал», из которого состоит их тело. В человеке весом 70 кг содержится 50 кг воды! Но еще больше ее в человеческом зародыше: в трехдневном – 97 %, в трехмесячном – 91 %, в восьмимесячном – 81 %.

Проблема «водного голодания» состоит именно в необходимости неудержания определенного количества воды в организме, так как идет постоянная потеря влаги в ходе различных физиологических процессов. При потере живым организмом 10 % воды наступает самоотравление, а при потере более 20 % – смерть.

Наша кровь на 90 % – вода, мускулы содержат 75 % воды,

а кости – 28 %. Без пищи человек может прожить 40 дней, а без воды погибает на восьмые сутки.

В организме взрослого человека содержится примерно 5–6 литров крови, большая часть которой непрерывно циркулирует между различными частями его тела.

Благодаря повседневному контакту с водой мы настолько привыкли к ней и к ее разнообразным проявлениям в природе, что часто не замечаем целого ряда ее отличительных свойств. А ведь именно этим свойствам мы обязаны тем, что наши озера и реки не промерзают зимой до дна, что сильные весенние паводки сравнительно редки, что, замерзая, вода может производить большие разрушения и т. д. Многие привычные нам явления природы связаны именно с особенностями воды. А кто удаляет отходы, образующиеся в результате жизнедеятельности различных географических систем? Опять же вода. Причем в должности «акселератора» она работает намного лучше кровеносной системы человека, которая лишь частично выполняет эту функцию.

Феномен воды состоит и в том, что, прежде всего, будучи первоосновой биологической жизни, она являет собой исключительно подвижную и высокочувствительную систему с выраженным набором аномальных свойств в зависимости от воздействия на нее окружающей среды. К воде слово «исключительно» можно применять бесчисленное число раз. Она является, например, исключительным растворителем. В ней растворяется практически все – любые вещества

и соединения в любом агрегатном состоянии (жидком, твердом и газообразном). Поэтому воды в химически чистом виде в природе не бывает и ее свойства, в том числе биологические, зависят от многих факторов.

Эта величайшая из стихий природы с незапамятных времен вызывала у людей благоговение. Тексты на глиняных табличках, найденные археологами в долине Тигра и Евфрата, где процветала цивилизация шумеров, рассказывают, что «еще не было вверху неба, а внизу земли, но уже властвовал бог океана Апсу». Об этом же говорится и в Библии: «Земля же была безводна и пуста, и тьма над бездною; и Дух Божий носился над водою» (Бытие; 1:2). На рисунке, украшающем вазу возрастом более 5000 лет, древний художник изобразил морские волны, из которых выходят люди, животные и растения. По древнегреческой мифологии, богиня любви и красоты Афродита тоже родилась из морской пены. Вода – это колыбель и источник жизни на Земле.

Выдающийся мыслитель древности Платон (ок. 427–347 г. до н. э.), его ученик Аристотель (384–322 г. до н. э.) и другие ученые в системе мироздания отводили воде фундаментальную роль.

Самый прославленный из семи мудрецов Древней Греции Фалес из Милета (ок. 625–547 г. до н. э.) первооснову всего сущего видел в воде. Он считал, что из воды все вещи зарождаются в самом начале и в нее превращаются при окончательном уничтожении, причем первооснова остается неиз-

менной, а меняются только ее состояния.

Согласно Библии, все живые существа порождены водой. В четвертый и пятый периоды творения по велению Творца из воды родились пресмыкающиеся, птицы, скоты, звери и гады «по роду их». В книге Бытие (1: 20–21; 24) написано: «И сказал Бог: Да произведет вода пресмыкающихся, душу живую. И птицы да полетят над землей, по тверди небесной. И стало так. И сотворил Бог рыб больших и всякую душу животных и пресмыкающихся, которых произвела вода, по роду их, и всякую птицу пернатую по роду ее...».

Легенды, сказки, мифы, а также священные писания разных народов донесли до нас извечную мечту людей о «живой» воде, способной излечивать болезни, побеждать смерть, давать человеку неувядаемую молодость и даже бессмертие.

Библия также красноречиво свидетельствует о «живой» воде. Первое соприкосновение с живой водой после потопа произошло в жизни патриарха Исаака – сына Авраама! «И было дней жизни Исааку 180 лет» (Бытие; 35:28–29). В чем же был секрет долгой и счастливой жизни Исаака? Вот что говорит об этом Библия: «И копали рабы Исааковы в долине, и нашли там колодец «живой» воды» (Бытие; 26:19).

В Библии описаны все аспекты взаимодействия человека и воды. Вода используется как напиток, как вода для приготовления пищи, для растворения праха. Водой поят скот, в ней крестили Иисуса Христа и других людей. Вода выступа-

ет не только как бесценный дар Бога человеку, но и как средство Божьего наказания, как проявление чудес Бога (вода из скалы, по воде ходит Иисус Христос, море расступается, чтобы пропустить 600 тысяч евреев из египетского плена).

Персонажи Библии встречаются со всеми фазовыми превращениями воды: росой, дождем, градом, облаком, влагой в море, озере, реке, в небольшом источнике. Даже одно из названий иудейского бога Яхве, открытого Моисею на горе Хорив, означает «роняющий молнии и дождь». Имя Моисей также связано с водой. Дело в том, что дочь фараона дала его спасенному еврейскому мальчику, который приплыл в корзине по Нилу, и оно означает «спасенный из воды».

Крещение водой возникло в Месопотамии как языческий культ. Это было не христианское изобретение. Крещение водой родилось на берегах Евфрата еще в III тысячелетии до н. э. Впоследствии его использовали как духовное очищение при погружении в воду многие иудаистские секты, прежде всего секта ессеев, с которой был связан Иоанн Креститель. Обряд крещения водой был распространен в Египте и в других странах Ближнего Востока, где были христианские и иудейские общины.

Вода в библейские времена была свободна от земных загрязнений. Люди по указанию Бога доживали до 120 лет, а праотцы и библейские патриархи – в несколько раз больше. Одним из факторов долгой жизни патриархов была чистая природная вода.

Таким образом, вода – это уникальное вещество, обладающее ни с чем не сравнимыми физико-химическими и биологическими свойствами.

Основные источники воды

Земля – самая водная планета Солнечной системы. Общее содержание воды на Земле составляет примерно 1400 млн. км³ ($1,4 \times 10^{18}$ м³).

По современным данным, водные ресурсы Земного шара состоят из воды:

- морей и океанов – 1350 млн. км³ ($1,35 \times 10^{18}$ м³) с минерализацией 35 г/л;
- полярных ледников – 30–40 млн. км³ ($3,5 \times 10^{16}$ м³) пресной, но малодоступной для использования;
- рек и озер – 0,4 млн. км³ (4×10^{14} м³) пресной и доступной для использования;
- подземной, пресной или минерализованной, залегающей до глубины 800 м – 4 млн. км³ (4×10^{16} м³) и до 1600 м – 4 млн. км³ (4×10^{15} м³)

В атмосфере также содержится вода, причем на высоте до 1 км над поверхностью Земли концентрация водяного пара в воздухе в среднем составляет около 2 %.

Пресной воды – всего 0,06 % от всех доступных нам водных ресурсов, что составляет 826000 кубических километров.

Большая часть воды находится не в открытых водоемах, а

в земной коре: 110–190 млн. км³. Эти воды подразделяются на два типа в соответствии с глубиной их залегания: подземные и поверхностные воды.

Подземные воды глубокого залегания расположены в десятках и даже сотнях метрах от поверхности земли, они пропитывают пористые горные породы, а также образуют гигантские подземные бассейны, окруженные водонепроницаемыми слоями. Вода в таких подземных резервуарах находится под давлением.

Другой тип подземных вод – поверхностные, расположенные в почве и верхних слоях земной поверхности на глубине нескольких метров. По сравнению с водами глубокого залегания у них есть один недостаток и одно преимущество. Недостаток: эти воды гораздо активнее контактируют с поверхностью земли и поэтому они слабее защищены от загрязнений, чем воды глубокого залегания. Преимущество этих вод заключается в том, что они более доступны и легко накапливаются в колодцах и поверхностных резервуарах.

Следующий по величине массив пресных вод (20–30 млн. км³) сосредоточен в ледниках Антарктиды, Гренландии и островов Северного Ледовитого океана.

Пресную воду из атмосферы (около 13 тыс. км³) мы получаем в виде осадков – дождя и снега.

Основной запас пресной воды, употребляемой человеком, сосредоточен в озерах и реках. Одно из крупнейших рос-

сийских озерных хранилищ воды – озеро Байкал – содержит около 20 тыс. км³ воды. На сегодняшний день байкальская вода считается самой чистой в мире.

Другой источник воды – живые организмы. В растениях и животных, состоящих на две трети из воды, содержится 6 тыс. км³ воды. Так распределены водные ресурсы на нашей планете.

Как устроена вода

Каждая молекула воды состоит из трех атомов: одного атома кислорода и двух атомов водорода. Все три атома расположены в молекуле таким образом, что если мысленно соединить их линиями, то образуется равнобедренный треугольник, у которого две стороны равны.

Атомы соединены в ней друг с другом силами, которые называют силами химического сродства. Величина и направление действия этих сил таковы, что молекула воды является устойчивой именно тогда, когда атомы образуют треугольник. Всякая другая «постройка» из атомов оказывается менее устойчивой. И если по каким-либо причинам расположение «атомов» изменится, то после устранения этой причины атомы вновь образуют такой же треугольник.

Взаимодействием между молекулами воды и объясняются в первую очередь незакономерно высокие температуры ее плавления и кипения. Нужно подвести дополнительную энергию, чтобы расшатать, а затем разрушить водородные связи. И энергия эта очень значительна. Именно поэтому так велика теплоемкость воды.

В молекуле воды имеются две полярные ковалентные связи Н-О. Они образованы за счет перекрывания двух одно-электронных р-облаков атома кислорода и одно-электронных S-облаков двух атомов водорода. В молекуле воды атом

кислорода имеет четыре электронных пары. Две из них участвуют в образовании ковалентных связей, т. е. являются связывающими. Две другие электронные пары являются не связывающими. В молекуле имеются четыре полюса зарядов: два – положительные и два – отрицательные. Положительные заряды сосредоточены у атомов водорода, так как кислород электроотрицательнее водорода. Два отрицательных полюса приходятся на две не связывающие электронные пары кислорода: подобное представление о строении молекулы позволяет объяснить многие свойства воды – в частности структуру льда.

Поведение воды «нелогично». Получается, что переход воды из твердого состояния в жидкое и газообразное происходит при температурах, намного более высоких, чем следовало бы. Этим аномалиям найдено объяснение. Молекула воды H_2O построена в виде треугольника: угол между двумя связками кислород – водород – 104° . Но поскольку оба водородных атома расположены по одну сторону от кислорода, электрические заряды в ней рассредоточиваются. Молекула воды полярная, что является причиной особого взаимодействия между разными ее молекулами. Атомы водорода в молекуле H_2O , имея частичный положительный заряд, взаимодействуют с электронами атомов кислорода соседних молекул. Такая химическая связь называется водородной. Она объединяет молекулы H_2O в своеобразные полимеры пространственного строения; плоскость, в которой

расположены водородные связи, перпендикулярна плоскости атомов той же молекулы H_2O .

Любая вода, откуда бы она ни была взята – из Северного Ледовитого океана, из глубокой шахты Донбасса, была заключена в снежинке или сверкала ранним утром в капельке росы на цветке, – состоит из одинаково построенных молекул. Однако взаимное расположение отдельных молекул относительно друг друга в жидкой воде, снежинке или в паре из парового котла оказывается неодинаковым.

Пары воды, нагретые до $300\text{ }^{\circ}\text{C}$, при атмосферном давлении подобны обычным газам: в них расстояния между молекулами достаточно велики, так что каждая отдельная молекула может существовать более или менее самостоятельно, не испытывая существенного взаимодействия со стороны своих соседей, за исключением тех случаев, когда молекулы в результате беспорядочного теплового движения сталкиваются друг с другом.

В снежинке или кусочке льда молекулы сближены и закреплены в определенных местах кристаллической решетки; движения молекул в большинстве своем ограничиваются колебанием около некоторых средних положений.

Изучение строения воды с помощью инфракрасных и рентгеновых лучей дало возможность считать, что при температурах, близких к точке замерзания, молекулы жидкой воды собираются в небольшие группы и «упаковываются» в пространство приблизительно так, как в кристаллах, а при

температурах, близких к точке кипения воды, при нормальном давлении, они располагаются более свободно, беспорядочно. Однако «каркас», составленный в жидкой воде из отдельных молекул, должен быть очень гибким. Иначе трудно было бы объяснить подвижность воды, способность ее быть «рабочим телом», приводящим в движение тяжелое колесо турбины, и переносчиком различных питательных веществ по тончайшим сосудам живых организмов.

По-видимому, и в водяном паре при невысоких температурах часть молекул воды объединена или, как говорят, ассоциирована.

Вода – это единственное вещество в природе, которое в земных условиях существует во всех трех агрегатных состояниях: жидком – вода; твердом – лед; газообразном – пар. Выдающийся ученый В. И. Вернадский писал: «Вода стоит особняком в истории нашей планеты. Нет природного тела, которое могло бы сравниться с ней по влиянию на ход основных, самых грандиозных геологических процессов. Нет земного вещества – минерала горной породы, живого тела, – которое ее бы не заключало. Все земное вещество ею проникнуто и охвачено».

Имеются сведения и о том, что вода может запоминать, хранить и передавать информацию о различных воздействиях, т. е. обладает памятью. Считается также, что негативное воздействие (например, плохие мысли), записавшись в воде, передается с водой человеку. Точно так же и положительные

мысли записываются и передаются человеку с водой.

За память живых организмов отвечает в частности нервная система. За «память» воды отвечает ее структура. В зависимости от воздействия структура воды меняется и сохраняется некоторое время. Эта сохранившаяся структура и воздействует на человека.

Вода загадочная и волшебная

Вода – загадочное вещество. Удивительны и уникальны ее свойства. Воду, пожалуй, можно назвать «непослушным» веществом. Она не подчиняется многим физико-химическим закономерностям, справедливым для других соединений, потому что взаимодействие ее молекул необычайно велико, и требуется их особенно интенсивное тепловое движение, чтобы преодолеть дополнительное притяжение.

Почти все физико-химические свойства воды – исключения в природе. Некоторые из этих аномалий имеют определяющее значение для развития и возникновения жизни, формирования климата и рельефа нашей планеты. Аномальны, например, такие характеристики, как температура кипения и замерзания воды – $100\text{ }^{\circ}\text{C}$ и $0\text{ }^{\circ}\text{C}$. Напомним, что составные части воды – водород и кислород – кипят и замерзают соответственно при температурах порядка $200\text{ }^{\circ}\text{C}$ и $250\text{ }^{\circ}\text{C}$. Согласно аналогиям с веществами, схожими по молекулярным строениям, вода должна была бы кипеть при $70\text{ }^{\circ}\text{C}$, а замерзать при $-90\text{ }^{\circ}\text{C}$. Но это значило бы, что вода смогла бы существовать на нашей планете лишь в виде пара. И планета была бы мертва. К счастью, молекулы воды обладают необычайно сильной способностью притягиваться друг к другу, а разрываются с большим трудом, поэтому температуры плавления и кипения воды гораздо выше «нормаль-

НЫХ».

Издавна известны и другие аномальные свойства воды. Они-то и позволяют воде играть заметную роль как в природных, так и в технологических процессах. Например, замораживание воды сопровождается не сжатием (как у других жидкостей), а расширением. Затвердевая, вода становится менее плотной – лед плавает. У нее высокие теплоемкость и растворяющая способность. Если бы не эти аномальные свойства, мы не могли бы сохранять температуру своего тела, усваивать питательные вещества. Водоемы промерзли бы до дна. Иными словами, если бы не эти и другие аномалии воды, жизнь в современной ее форме была бы просто невозможна.

Одной из самых больших загадок воды является то, что она способна воспринимать и «записывать» информацию об окружающем мире. Разумеется, далеко не всякая вода обладает ярко выраженными информационными свойствами. Это как у людей: сильная личность проявляет себя во всем. Точно так же по-настоящему «сильная», гармоничная вода имеет не только хорошие физико-химические показатели, но и структурную упорядоченность, природную энергетику.

Оказывается, вода очень чувствительна к различным «внешним раздражителям». Например, звон церковного колокола действует на нее, как магнит на металлические опилки: молекулы выстраиваются в правильную структуру и приобретают необычайную стабильность. Если воде «дать по-

слушать» классическую музыку, то после замораживания ее кристаллы приобретают правильную форму, а после роковых композиций – рассыпаются в хаотичном порядке. По своему вода «отзывается» на добрые слова, молитвы, ругательства, контакты с различными предметами.

Давно уже известен способ защиты растений от весенних заморозков с помощью воды. Когда поздней весной внезапные ночные заморозки угрожают цветущим плодовым деревьям, опытные садоводы находят выход, кажущийся совершенно неожиданным: они проводят дождевание сада. Пелена мельчайших водных брызг окутывает замерзающие деревья, и капельки воды покрывают лепестки цветков. Превращаясь в лед, вода одевает цветы в ледяную шубу, отдавая при этом свое тепло (335 Дж от 1 г замерзающей воды). Этот способ защиты сада основан на аномальных свойствах воды – высокой теплоемкости.

Поглощая огромное количество теплоты, сама вода существенно не нагревается. Удельная теплоемкость ее в 5 раз выше, чем у песка, и почти в 10 раз выше, чем у железа. Вот эту теплоту и отдает вода, превращаясь в лед. А теплопроводность льда намного меньше, чем у воды, поэтому «ледовая» шуба защищает цветки.

Привычные понятия «норма», «логика» – не для таких уникальных научных объектов, как вода. «А именно вода, эта древнейшая из всех стихий, вечно ставила в тупик физиков и химиков», – считал известный английский мыслитель

тель-естествоиспытатель Джон Бернал.

Мы привыкли к тому, что в природной воде постоянно растворены разнообразные примеси. Однако даже незначительное количество некоторых из них совершенно неожиданным образом изменяет привычные свойства воды. Аналогично проявляется и воздействие определенных физических факторов. Это позволяет намного увеличить эффективность обычных свойств воды или найти им новое применение.

«Вещество № 1», «самое необыкновенное вещество», «самое драгоценное ископаемое», «обыкновенное чудо» – так называют воду и ученые, и популяризаторы, и далекие от науки поэты и публицисты.

Роль воды в живом организме

Вода играет важнейшую роль в жизни человека, удовлетворяя его физиологические, гигиенические и хозяйственные потребности. Потребность организма человека в ней составляет в сутки 2000–2500 мл. Это количество воды поступает из следующих основных источников: вода, потребляемая в виде питья (900–1000 мл); вода, которая образуется в организме в результате химических превращений питательных веществ (300–350 мл); оставшая вода – пищевая (супы, овощи, фрукты и т. д. – примерно 1,5 л).

Основными органами, которые удаляют воду из организма, являются почки, потовые железы, легкие и кишечник.

Почки за сутки удаляют из организма 1000–1500 мл воды в виде мочи. Потовые железы через кожу выделяют 500–1000 мл в обычных условиях, а при усиленной работе или в жарком помещении потоотделение резко увеличивается. С помощью легких в виде водяных паров выдыхается 350 мл воды. Это количество резко возрастает при углублении и учащении дыхания, и за сутки может выделиться до 800 мл воды. Через кишечник с калом выделяется 100–150 мл воды.

Площадь кожи взрослого человека – 1,5–2,0 м². Она пронизана миллионами пор, через которые в определенных условиях небольшое количество воды проникает в организм человека. Некоторое количество воды проникает в наш ор-

ганизм и с вдыхаемым воздухом.

За 60 лет человек выпивает 50 м^3 воды. Если пищу научились получать искусственным путем, то вода – единственное вещество, которое нечем заменить.

Тело ребенка до годовалого возраста на 80–85 % состоит из воды. По достижении 18 лет содержание воды уменьшается до 65–70 % (кости и жировая ткань на 25–30 % состоят из воды, мышцы и внутренние органы – 70–80 %, кровь – 90 %, слюна – 99,5 %). С возрастом организм как бы усыхает, содержание воды в клетках уменьшается, они изменяют свою форму и объем. Именно в обезвоживании чешский ученый Ружичка видел причину старения организма.

Наше тело на 80 % состоит из воды, а в трехдневном человеческом зародыше ее количество достигает 97 %. Причем эта вода не пресная, а минеральная – в ней растворены различные компоненты, необходимые для нормального функционирования организма. Вода – это минеральная основа всех клеток и тканей, не говоря уже о жидких средах – крови, лимфе, желудочном соке, слюне, желчи. В крови она выполняет роль транспортного средства: доставляет клеткам кислород, питательные вещества и уносит ненужные продукты обмена, т. е. «вымывает» из клеток шлаки.

Вода с пищей или с напитками направляется в кровяное русло и распределяется по тканям организма. Лишь с помощью воды происходят процессы пищеварения и усвоения пищи в желудочно-кишечном тракте, а также синтез и рас-

пад живого вещества в клетках организма. Из клеток и тканей вода вымывает отработанные продукты обмена веществ, выносит их через почки с мочой или через кожу с потом. Вода с содержащимися в ней липо-протеиновыми комплексами служит своеобразной смазкой для суставов, сухожилий и мышц.

Человек состоит из воды, которая в основном распределяется между клеточным содержимым, межклеточной жидкостью, кровью, лимфой, различными секретами желез и др.

Вода играет исключительно важную роль в организме человека:

- является средой, в которой протекают все физико-химические процессы;
- участвует в процессах окисления, гидролиза и др.;
- необходима для растворения различных веществ в организме;
- выполняет транспортную, выделительную функцию;
- участвует в терморегуляции.

Для нормального существования в условиях умеренного климата человеку необходимо получать с питьем и пищей около 3,5 л воды в сутки, в пустыне это норма возрастает как минимум до 7,5 л. Без пищи человек может существовать около сорока дней, а без воды гораздо меньше – 8 дней. По данным специальных медицинских экспериментов, при потере влаги в размере 6–8 % от веса тела человек впадает в полуобморочное состояние, при потере 10 % – начинаются

галлюцинации, при потере 12 % воды человек уже не может восстанавливаться без специальной медицинской помощи, а при потере 20 % жидкости наступает неизбежная смерть.

Потери воды в организме компенсируются при таких условиях: человек в сутки выпивает примерно 1,5 л воды, получает с пищей – 600–900 мл; в результате окислительных процессов в организме в сутки образуется 300–400 мл воды.

Естественно, что суточный объем потребления и выделения воды может достаточно широко варьировать в зависимости от температуры окружающей среды, интенсивности физической работы, привычек конкретного человека и т. д.

При обычной температуре и влажности воздуха суточный водный баланс здорового взрослого человека составляет примерно 2,2–2,8 л. Но иногда мы пьем и больше двух литров жидкости: в жару, после бани, после тяжелой физической работы или спортивных занятий, во время болезни. Это считается нормальным.

В организме человека всю жидкость, окруженную биологическими мембранами, можно разделить на два типа: внутри- и внеклеточную. Внутриклеточная жидкость включает $\frac{2}{3}$ массы воды. Она растворяет соли, создает ионную силу внутриклеточного раствора и тем самым обеспечивает тургор клетки. Выстраиваясь на поверхности ДНК, белков, мембран и других органоидных структурах клетки, вода создает матрицу из водородных связей, по которым движутся протоны и электроны. Тем самым она обеспечивает условия для

тысяч биохимических реакций, протекающих в клетке.

Внеклеточная жидкость включает $\frac{1}{3}$ всей воды, которая распределяется между клетками и в так называемом интерстициальном пространстве. Внеклеточная жидкость обеспечивает систему доставки питательных веществ из ЖКТ к тканям. С ее помощью к клеткам поступают питательные вещества, кислород, различные ионы и микроэлементы, а также многочисленные молекулы регуляторов (гормонов), координирующих работу пространственно разобщенных клеток. Внеклеточная жидкость удаляет углекислый газ, отходы обмена веществ, токсические или обезвреженные вещества из непосредственного окружения клетки.

Питательные вещества попадают в кровь через стенки пищеварительного канала. Через эти стенки могут проникать только вещества, растворенные в воде, только жидкости. Так, если бы кусок сахара не растворился в слюне и в желудочном соке, сахар не попал бы в кровь. Белок яйца, крахмал хлеба и картофеля не растворяются в воде, но желудочный и кишечный соки содержат особые вещества – ферменты, которые расщепляют белок и крахмал и переводят в вещества растворимые. Это расщепление идет только в воде. Кровь, состоящая на $\frac{4}{5}$ из воды, разносит питательные вещества по всему организму. В каждой клетке организма происходят свои процессы, и они неизменно связаны с присутствием в клетке воды. Таким образом вода нужна для организма человека как растворитель питательных веществ и как среда,

в которой протекают различные процессы, связанные с жизнедеятельностью.

Выделяясь потовыми железами и испаряясь с поверхности кожи, вода регулирует температуру нашего тела. Кроме того, вода необходима для выведения из организма различных вредных веществ, образующихся в результате обмена.

Таким образом, вода в живом организме, как и в природе, не находится в состоянии покоя. Все новые и новые ее количества поступают в организм с пищей и такие же количества выделяются.

Человеческий организм находится в состоянии непрерывного водного обмена с окружающей средой: он выделяет воду в виде пота и мочи и ежедневно восполняет водные потери пресной водой. Если нет возможности напиться, то вода теряется с потом и с выдыхаемым воздухом, и в результате наступает угроза обезвоживания (дегидратации) организма. На первой стадии учащается пульс, возникает слабость, затем появляются головокружение и одышка. При обезвоживании, составляющем 10 % от массы тела, происходят нарушение речи, зрения и слуха и потеря сознания. Гибель организма наступает от необратимых изменений в нервной и сердечно-сосудистой системах при водопотере 15–25 % от массы тела (в зависимости от температуры окружающей среды).

Самочувствие человека в значительной степени зависит от водного баланса в организме. Этот баланс бывает положительным (в организм поступает излишнее количество воды)

и отрицательным (организму не хватает воды). С водным балансом тесно связан обмен солей, макро– и микроэлементов. Организм, теряя жидкость, как бы усыхает, дряблой становится кожа, слабеют мышцы. Иногда недостаток воды проявляется заторможенностью, снижением внимания, состоянием растерянности, запорами.

Специалисты установили, что недостаточное поступление воды в организм может вызвать головную боль, утомление, рассеянность, нарушение памяти, снижение интеллектуальной активности. Объясняется это тем, что мозг на 75 % состоит из жидкости.

Не следует забывать о том, что в жаркую погоду потребность в воде возрастает. Чувство жажды позволяет нам следить за потребностями организма в жидкости. Но только появляется оно уже после того, как возникает обезвоживание. И даже если вы немедленно утолите жажду, организму потребуется определенное время на ликвидацию дефицита жидкости.

Между тем обезвоживание – это действительно не самое лучшее состояние. Конечно, опасность для жизни оно представляет только в том случае, если человек не пил более суток. В нашей жизни такое, к счастью, бывает редко. Но и в «легкой форме» обезвоживание отрицательно воздействует на организм. Если дефицит воды не был ликвидирован, могут возникнуть тошнота и головокружение. Затем поднимается температура, возникает общая слабость, могут даже на-

чаться судороги. Но, конечно, до таких крайностей можно прийти, только оказавшись в очень неблагоприятных условиях. Обычно же обезвоживание можно остановить на самой ранней стадии, просто выпив стакан воды.

Любителям кофе стоит запомнить, что на каждую порцию любимого напитка должен приходиться стакан воды, т. к. кофе способствует обезвоживанию организма. То же касается и алкоголя. Кстати, больше воды нужно употреблять практически всем, кто имеет вредные привычки. Доказано, что при курении организм сильнее подвержен обезвоживанию, поэтому курильщикам также рекомендуется употреблять больше жидкости.

Вода имеет отношение к долголетию человека. Древнегреческие мифы повествуют о том, что даже боги, чтобы сохранить юность и бессмертие, пользовались паровыми ваннами. Ученые утверждают, что человеческая жизнь, все функции нашего организма – это в некотором смысле «борьба за воду». В процессе старения организм как бы усыхает. И первейшая задача человека – активизировать приспособительные системы, применяя различные средства для повышения жизненного тонуса (например, закаливание и водолечение).

Йоги также считают, что значительное количество заболеваний связано с недостатком воды в организме. Если не хватает воды – все функциональные системы работают не в оптимальном режиме: не вырабатывается достаточного коли-

чества важнейших соков, без которых невозможно пищеварение, а это, в свою очередь, является причиной возникновения многих заболеваний органов пищеварения, обмена веществ; несвоевременно удаляются продукты обмена веществ и тот «биологический мусор», который непрерывно образуется при обновлении органов и тканей. Малая нагрузка на почки обуславливает болезни мочевыделительной системы (нефриты, нефрозы). Недостаток воды в организме влечет за собой концентрацию солей в тканях, их отложение в почках, желчном пузыре (что усугубляется несбалансированной диетой), в суставах.

Целебная сила воды

Виды воды и ее модификации

Целебную силу природной воды можно усилить, воздействуя на нее различными способами.

Активированная (активная вода, биологически активная вода)

Это вода, которую организму легче использовать, так как не нужно затрачивать энергию на активацию воды. Способов активации – огромное множество. Они заключаются в превращении обычной воды в биологически активную.

Алмазная вода

Для получения этой воды алмаз помещают на ночь в стакан воды. Выпитая на следующий день, она действует как сердечное тонизирующее средство. Считается также, что эта вода действует на организм омолаживающе.

Алычевская вода

Это вода, получаемая путем перегонки жмыха, оставшегося после отжима из ядер косточек алычи масла. Оказывает успокаивающее и обезболивающее действие.

Анисовая вода

Это вода, которая получается при смешивании с дистиллированной водой анисового масла (1 часть масла, 1000 частей воды). Употребляют внутрь по 1 ст. ложке 3–6 раз в день после еды или $\frac{1}{2}$ стакана 3–4 раза в день за полчаса до еды при желудочно-кишечных недомоганиях. Действует как противомикробное, слабительное и отхаркивающее. Считается также средством, увеличивающим количество молока у кормящих матерей.

Анодная вода

Это вода, полученная на отрицательном электроде при ее электролизе. Она содержит положительно заряженные ионы. Она имеет рН меньше 7 и положительный окислительно-восстановительный потенциал.

Антарктическая вода

Ученые утверждают, что абсолютной чистотой обладает вода, полученная в процессе таяния реликтовых льдов Антарктиды – единственного в мире экологически чистого региона.

Неоспоримый аргумент в пользу употребления антарктической воды – ее способность (в отличие от обыкновенной) активно проникать через мембраны клеток, обновляя и очищая их. В определенной степени такую воду можно назвать

«живой»: попадая в организм, она не требует энергии на свою перестройку и усвоение.

Талая вода из антарктических льдов способна предотвращать рак, противодействуя его развитию, кардинально улучшать состав крови и облегчать работу всех внутренних органов, повышать функциональную активность половых клеток и, самое главное, оказывать мощное стимулирующее воздействие на иммунную систему.

Ароматическая вода

Из растительного сырья, содержащего эфирные масла, получают своеобразные водные извлечения, которые называют ароматическими водами. Они прозрачны, слабо опалесцируют и обладают запахом входящих в них веществ. Ароматические воды используют для исправления вкуса и запаха лекарств, в состав которых включены вещества с неприятными органолептическими свойствами. Некоторые воды, благодаря антисептическим свойствам, обладают терапевтическим действием, повышают двигательную и всасывающую активность желудка. К ароматическим водам относятся, например, вода горького миндаля, укропная вода, вода перечной мяты, розы.

Артезианская вода

Это вода, находящаяся на глубине 25–200 м под гидравлическим давлением и заключенная между водоупорными

слоями.

Вскрытие артезианских вод искусственным путем приводит к тому, что вода поднимается выше кровли водоносного пласта, при достаточном напоре она выливается на поверхность земли и иногда фонтанирует.

Воды глубокого залегания лучше защищены от различных промышленных и бактериальных загрязнений. Состав артезианских вод зависит от глубины их залегания. Такая вода может иметь повышенную жесткость и содержать бактерии и органические вещества. Кроме того, из-за плохого соединения труб в скважинах в артезианскую воду могут просачиваться загрязнения из более высоких водоносных слоев. Обычно эту воду необходимо фильтровать и очищать.

Аэрированная (праническая) вода

Это вода, заряженная согласно учению йогов. Воду переливают из стакана в стакан 35 или 42 раза (или другое количество, кратное числу 7). Переливать воду лучше на открытом воздухе или, в крайнем случае, возле окна. Тогда вода насыщается праной и кислородом. Такое обогащение воды подавляет болезнетворные микробы в желудке и кишечнике, обновляет слизистую оболочку и энергонасыщает организм. Воду для насыщения праной желательно брать талую, горячую или свежеекипяченую. Пьют ее утром после пробуждения.

Аэрация воды кислородом может проводиться и при ее

облучении низкочастотными гармоническими колебаниями. В этом случае аэрация происходит в несколько раз быстрее.

Белковая вода

Используется для лечения дизентерии в течение острого периода заболевания. Она готовится так: хорошо разболтать сырые яичные белки с водой – настолько, чтобы можно было легко глотать. Пить понемногу в теплом виде. Используют также как обволакивающее средство при различных желудочных отравлениях.

Березовая вода

На Руси была известна как «березовая водица». Собственно говоря, это не чистая вода, а березовый сок. Березовый сок разливают в емкости сразу же после его заготовки. В каждую 3-литровую банку кладут по 2 ч. ложки сахарного песка, цедру $\frac{1}{2}$ лимона и несколько изюминок, тщательно закупоривают и ставят до наступления теплых дней в холодное место. Когда наступают теплые дни, березовую воду ставят в подвал или холодильник. Перед питьем добавляют 1 ч. ложку сахара на стакан этой воды. Она очень сильно пенится. В косметических целях используют березовую воду как смесь дистиллированной воды и натурального березового сока. Эта вода оказывает питательное действие на волосы, способствует их росту.

Борная вода

Это 2–4 %-ный водный раствор борной кислоты. Применяется наружно для полосканий рта, зева и для промывания глаз.

Брусничная вода

Вода, получаемая от вымачивания ягод брусники. Имеет слабительное свойство. Считают, что она гонит солитера.

Вишневая вода

Получают из цветков вишни при перегонке с водяным паром. Помогает при воспалительных заболеваниях глаз.

Вода с полезными минералами

Это вода, которая прошла через минералы и обогатилась их частицами. Полезные минералы – кальций, магний. Они не имеют ограничений по токсичности. Остальные минералы имеют такие ограничения. Поэтому минерализованная вода нуждается в постоянном контроле состава, чтобы не было превышений.

Водичка

Прохладительные напитки, которые издревле готовили на Руси из кипяченой воды с соками ягод (клюквы, морошки, малины, земляники, красной и черной смородины, крыжов-

ника и т. п.) с незначительным добавлением сахара или меда.

Водопроводная вода

Вода, поступающая для потребления из крана, называется водопроводной водой. Подготовка водопроводной воды обычно включает пять стадий: механическую фильтрацию, отстаивание, фильтрацию через слой песка, аэрацию и стерилизацию.

После механической фильтрации через специальные фильтры-решетки воде дают отстояться в больших отстойниках, где из нее осаждаются частицы песка и другие мелкие частицы. Для удаления очень мелких частиц воду сначала делают слегка основной, добавляя в нее гидроксид кальция, а затем добавляют сульфат аммония. В результате химической реакции образуется пористый желатинообразный осадок. Этот осадок медленно осаждается, захватывая с собой взвешенные в воде частицы, благодаря чему из нее удаляются практически все тонкоизмельченные вещества и большая часть бактерий. Затем воду профильтровывают через слой песка. После фильтрации воду иногда разбрызгивают в воздухе, чтобы ускорить окисление растворенных в ней органических веществ.

Иногда воду приходится подвергать дополнительной обработке, чтобы снизить в ней концентрацию ионов кальция и магния, которые вызывают жесткость воды. Вода не из всех источников требует умягчения.

На последней стадии подготовки воду обычно обрабатывают каким-либо химическим веществом для уничтожения бактерий. Наиболее эффективен в этом отношении озон, но его приходится вырабатывать в том месте, где он используется. По этой причине более удобен хлор. Его поставляют к месту потребления в сжиженном виде в цистернах, а затем распределяют через измерительное устройство непосредственно в водопроводную сеть. Хлор раздражающе действует на слизистую оболочку желудка и кишечника и является ядом, который подавляет не только патогенную микрофлору, но и полезную. Конечно, содержание его в водопроводной воде не столь велико, но не следует забывать, что человек ежедневно выпивает в среднем 2 л такой воды.

Для того чтобы избавиться от хлора, воду перед употреблением надо отстаивать в открытом сосуде не менее 1 часа. Газообразный хлор полностью улетучивается из открытого сосуда. Соли хлора хорошо выпадают в осадок при замораживании и последующем размораживании.

Доочищение водопроводной воды с целью максимального приближения ее к питьевой можно сделать с помощью очистительных установок для домашнего использования.

Геотермальная вода

Геотермальными называются выделяющиеся из недр Земли воды с температурой выше 20 °С. В большинстве случаев они имеют температуру от 40 до 100 °С. Наибольшая темпе-

ратура поступающей к земной поверхности геотермальной воды может достигать 300 °С, а температура пара доходит до 600 °С. Геотермальные воды температурой 20–40 °С используют для лечебных целей, а температурой 40–60 °С – для выращивания растений в парниках.

Геотермальные воды температурой 20–40 °С содержат ценнейшие для жизнедеятельности организма минеральные вещества: кальций, калий, медь, магний, цинк, железо, марганец, кремний. Каждый из этих микроэлементов оказывает на организм определенное воздействие. Так, ионы меди и магния блокируют активность энзимов, которые разрушают коллагеновые волокна и способствуют разглаживанию морщин. Магний играет существенную роль в восстановлении структуры кожи, а медь и железо обеспечивают клетки кожи жизненной энергией. Калий и кальций необходимы для нормальной работы мембран клеток.

Геотермальные воды обладают бактерицидным свойством, улучшают обмен веществ, тонизируют, охлаждают и освежают кожу лица, предотвращают ее преждевременное старение, оказывают на кожу глубокое очищающее действие, удаляют излишки кожного жира и загрязнения кожи.

Гидродинамически активированная вода («А»-вода).

Это вода, которую пропускают через специальное устройство – гидродинамический реактор (или дезинтегратор), где

она подвергается интенсивному перемешиванию. В таком устройстве пальцы роторов, вращающиеся навстречу друг другу, разгоняют частички воды до огромных скоростей – 200, 300 и даже 450 м/с. Такое гидродинамическое перемешивание позволяет разорвать «слипшиеся» под действием электромагнитных сил длинные цепочки молекул воды на отдельные группы, состоящие из 1–2 молекул. Пройдя такую специальную обработку, вода меняет свою структуру, в ней повышается концентрация кислорода, она приобретает необычную способность растворять различные химические соединения. Одновременно жидкость становится биологически более активной, повышается ее бактерицидность.

Такая вода легче проникает через клеточные стенки и мембраны, и транспортный «конвейер» живых организмов начинает двигаться быстрее. При использовании внутрь активированную воду разбавляют на 50 % обычной водой, иначе избыток «а»-воды заставляет живой «конвейер» двигаться слишком быстро. Из-за этого питательные вещества не успевают перевариваться в пищеварительном тракте.

Лечебное действие такой воды мало изучено, но можно рекомендовать ее кратковременное применение в небольших дозах ($\frac{1}{2}$ стакана в день в течение 1 недели) для усиления обмена веществ и лечения болезней, связанных с его понижением.

Глиняная вода

В сосуд насыпают 1 ч. ложку очищенной глины и заливают 0,5 л кипятка. Смесь взбалтывают и дают настояться несколько часов. Употреблять внутрь следует хорошо отстоявшуюся жидкость – на дне в глине «собираются» вредные вещества. Эта вода рекомендуется при гастритах, язве желудка, коликах, метеоризме, для очищения организма от радионуклидов и токсинов. Она улучшает цвет лица, очищает желудок, кишечник, устраняет запах чеснока.

Гомеопатическая вода

В общем случае подразумевается вода, в которой имеются следы гомеопатического лекарства. Свои «слежки» в воде оставляют любые вещества (в том числе и лекарственные). Причем эти «слежки» способны копироваться – получается, что молекул лекарства уже нет, а «слежки» их остались (гомеопатический принцип).

Иногда применяется универсальная гомеопатическая вода – роль гомеопатического лекарства в ней играет собственная урина. В 99 частей дистиллированной воды добавляют одну часть собственной урины. Смесь взбалтывают вертикальными движениями (вертикально, сверху вниз) строго 20 или 30 раз (но не 21 или 31 раз – есть свои законы по «технологии» приготовления). Средство получается очень сильное и действенное. Дозировка – не более 10 капель на прием.

Можно приготовить еще более сильное средство: берут 1 часть уриновой смеси и разводят ее 99 частями дистиллиро-

ванной воды, повторяя предыдущие взбалтывания. Делают шесть повторных разведений и только после этого употребляют для лечебных целей. Можно сделать и до 30 повторов, если есть время – эффект будет выше.

В такой гомеопатической воде, даже с помощью современных методов химического анализа, не удастся обнаружить следы урины и тем более следы антител самой болезни. Вероятно, такие следы надо искать не на уровне вещества, а на уровне полей. Хотя механизм действия не ясен, но результаты целебного воздействия очевидны.

В отличие от обычных гомеопатических средств, где для всех пациентов при аналогичных симптомах применяются одинаковые препараты, в данном методе препарат строго индивидуализирован и «подстроен» под микроструктуру клеток и биополя человека, т. к. урина несет информацию о всем спектре индивидуальных особенностей организма и всех отклонениях от нормы на молекулярном и полевом уровнях. А потому гомеопатическая вода, приготовленная на собственной урине, является универсальным лекарством от всех болезней и отклонений именно для данного организма. Она действует постепенно, незаметно, но основательно и устойчиво. Как и всякое гомеопатическое средство, эту воду надо принимать в малых количествах, в строгой дозировке и регулярно. Может быть рекомендован курс лечения (или профилактики зарождающихся болезней) в течение 1 месяца, перерыв 1 месяц, повторение курса, перерыв 2 месяца и

снова месячный курс приема.

Гороховая вода

Вода, в которой в течение 7–14 часов вымачивался обычный горох или нут (макудо). Такая вода при питье дает хорошую и быструю поправку телу. Ее можно пить как в сыром виде (она полностью очищается от биопатогенных образований), так и прокипятив ее вместе с горохом и остудив. Вода из замоченного нута, кроме того, обладает ферментными свойствами и повышает половую потенцию, если пить ее натошак. Лучше всего принимать ее с другими средствами, дающими поправку телу, в течение 2 недель – от начала нового месяца до полнолуния.

«Грозовая» вода

Имеется в виду вода, находившаяся на открытом пространстве при грозовых атмосферных разрядах (желательно в глиняном или стеклянном сосуде). Вода насыщается электричеством, т. е. ионизируется, что и служит одной из форм ее активации. Энергонасыщенность такой воды очень велика, и прием ее следует ограничивать несколькими глотками.

Гудронова вода

Это вода, настоянная на древесной смоле. Для ее получения берут 400 г истертой в порошок древесной толченой смолы и настаивают его 8–10 дней в 2,5 л холодной воды, пе-

риодически взбалтывая, после этого процеживают для употребления. Эта вода применяется наружно для обработки ран, сыпей (при золотухе), лишая и при других поражениях кожного покрова.

Гуляфная вода

Это арабское название розовой воды.

Декокт

Особый вид воды в виде отвара из овощей, фруктов и трав. Для приготовления декокта сырье сильно измельчают, заливают холодной водой и доводят до кипения. Кипятят 1–2 минуты, после чего немедленно процеживают в еще теплом состоянии. По методу декоктов приготавливают некоторые диетические блюда, чтобы максимально сохранить витамины и биоактивные вещества.

Дегазированная, «живая» вода

Положительным свойством кипячения является дегазация воды, «стирание» в ней «памяти» (в частности, патогенной), уничтожение микроорганизмов и патогенных полей как в воде, так и на предметах или продуктах, подвергаемых кипячению (или ошпариванию). Эти качества кипятка широко используются в быту, кулинарии и медицине. К получению дегазированной воды ученые пришли, изучая свойства талой воды. В результате исследований было установле-

но, что биологическая активность талой воды вызвана пониженным содержанием в ней растворенных газов воздуха по сравнению с обычной водой. На этой основе был разработан другой способ извлечения из природной воды растворенного в ней воздуха. Такую воду называли дегазированной.

Чтобы получить ее, достаточно нагреть обычную воду до температуры 90–95 °С и тут же принудительно охладить до 20–25 °С. Закипевшая и быстро охлажденная вода в условиях, исключающих доступ атмосферного воздуха, обладает биологической активностью, превышающей в 5–6 раз активность обычной воды и в 2–3 раза – снеговой, или талой. Такая вода в 3–4 раза активнее поглощается клетками организма, увлажняя его и снабжая питательными веществами. Она улучшает общее самочувствие, повышает работоспособность. Пить ее надо в течение 2–3 часов после приготовления.

Однако после того, как такая вода постоит несколько часов, она снова впитывает в себя газы и снова становится обыкновенной водой. Этот парадокс ученые пока не могут объяснить. Они проводили эксперимент: выводили газы из воды, помещая ее в вакуум. Затем давали пить добровольцам 1 раз в день по $\frac{1}{2}$ стакана натошак. Результат был тот же. Более того, при умывании дегазированной водой кожа становится мягче и эластичнее, быстрее заживают ушибы и ожоги, различные ранения.

Дегазированная вода хорошо зарекомендовала себя как

профилактическое средство при частых ангинах – для этого надо регулярно полоскать ею горло. Она также хорошо очищает зубы, укрепляет десны. Известно действие этой воды в качестве обезболивающего средства – при болях в желудке, при острой зубной боли. Дегазированную воду с успехом можно использовать вместо крема после бритья. Экспериментальным путем, промывая руки дегазированной водой, избавлялись от экземы, возникшей от постоянного контакта с кислотами и щелочами.

Систематически употребляя дегазированную воду утром натощак, человек легче переносит летнюю жару. Кроме того, такая вода повышает работоспособность, успокаивающе действует на нервную систему. Дегазированную воду можно употреблять внутрь не более месяца, затем следует сделать месячный перерыв.

Приготовление дегазированной воды. В эмалированный чайник или кастрюльку с открытой крышкой налить обыкновенной воды из-под крана (колодца, родника), поставить на огонь, довести до 90–95 °С, т. е. до состояния «белого ключа», когда уже бурной цепочкой всплывают пузыри, но вода в целом еще не кипит. Если воспринимать на слух, то это момент, когда чайник начинает шуметь. Вскипевшую таким образом воду надо немедленно плотно закрыть крышкой так, чтобы между крышкой и водой практически не было воздуха. В таком виде емкость устанавливают в другой сосуд и охлаждают проточной водой до 20–25 °С. Можно исполь-

зовать также снег, лед. Для эффективности охлаждения воду льют на крышку и по возможности создают условия пленочного обтекания воды на поверхности емкости. Через 3–5 минут дегазированная вода будет готова. Пить ее желательно сразу же.

При невозможности быстрого использования дегазированную воду хранят в плотно закрытом сосуде без доступа воздуха. При этом она сохраняет свою биологическую активность до двух суток (некоторые специалисты этот срок продляют до 5–7 суток). Срок хранения в открытом сосуде зависит от объема воды, но не превышает 1 часа. Если на поверхность воды положить лист пенопласта, то срок хранения значительно увеличивается.

Таким способом получают воду с единой кристаллической структурой. Применять ее можно так же, как и талую воду.

Дегтярная вода

Это вода, в которой растворен березовый деготь. Для ее получения наливают в 4 л холодной воды 0,5 л березового дегтя и тщательно перемешивают деревянной палочкой или ложкой в течение 5–6 минут. После этого плотно закрывают сосуд и оставляют стоять 2 суток, чтобы деготь отстоялся. Перед разливом для хранения осторожно снимают пену и сливают прозрачную жидкость, не взбалтывая. Дегтярную воду следует хранить в плотно закупоренной бутылке. Хо-

рошая дегтярная вода имеет прозрачный вид, а внешне приближается к цвету хорошего сухого виноградного вина.

Дегтярную воду для наружного применения готовят в такой пропорции: 2 л кипящей воды на 1 л березового дегтя. Ее можно делать крепче или слабее. Используется для обмывания больных частей тела при мочекаменной болезни, чесотке, а также при язвах, золотухе и проказе. Кроме того, эта вода полезна при лечении оспы, кровотечений, изъязвления кишок, опухолей, гангрены, рожи, бронхиальной астмы, расстройства пищеварения, водянки, истерии. При втирании в кожу головы способствует росту и густоте волос.

Дистиллированная вода

Дистиллированная вода – это чистая вода с ничтожно малыми примесями инородных веществ. Используется в основном для медицинских или исследовательских целей. Ее производят в специальных дистилляторах путем выпаривания обычной пресной воды с последующей конденсацией пара – дистилляцией. При этом все присутствующие в воде примеси остаются в выпаренном остатке. Этот процесс основан на принципе, что вода представляет собой летучее вещество, а соли являются нелетучими веществами. Также поступают с морской водой, чтобы избавиться ее от солей и минеральных включений. В тропических зонах солнечным теплом нагревают воду в мелких лотках (парниковый эффект), после чего происходит конденсация водяного пара.

Другой способ получения пресной воды, основанный на замораживании морской воды, заключается в том, что ее распыляют в вакуумных камерах. Техника вакуумного охлаждения, уже используемая в пищевой промышленности, позволяет охлаждать воду ниже температуры замерзания, в результате чего образуется смесь кристаллов льда в рассоле. После отделения льда его подвергают повторной перекристаллизации до тех пор, пока не будет достигнут необходимый уровень чистоты.

Поскольку дистиллированная вода бедна микро- и макроэлементами, ее пьют, компенсируя отсутствие в ней нужных веществ специальной диетой, сыроедением, овощами, фруктами, препаратами микроэлементов и т. д.

Вода без минералов – это и вода после обратного осмоса. На основе этой технологии устроены многочисленные фильтры для воды и системы очистки воды. Такая вода теоретически вымывает соли из костей, отчего они становятся хрупкими и ломкими. Часто в этой связи употребляется словосочетание «оптимальный состав минералов». Условное отношение дистиллированной воды к «мертвой» правомерно не столько из-за отсутствия в ней солей, сколько из-за малого содержания в ней газов, активизирующих жизненные процессы самой воды. «Оживить» ее можно многократным переливанием или механическим перемешиванием.

Главным свойством дистиллированной воды, полученной путем дистилляции, следует считать стертую «память» на

предшествующие контакты с вредными веществами и полями, которые несут негативную и патогенную информацию. Такую очищенную от негативной информации воду можно заряжать положительной энергией и информацией, что делает ее чисто целебной.

Дождевая вода

Это природная дистиллированная вода, идеальная для употребления внутрь. Содержит минимальное количество солей и органических примесей, не обременена негативной памятью, заряжена солнцем, атмосферным электричеством и другими природными энергетическими потоками. Она хорошо усваивается организмом, способствует перевариванию пищи и помогает ей дойти до всех органов и клеток. Сохраняет влагу тела и поддерживает ее в равновесии, способствует более качественному перевариванию и усвоению пищи. Сохраняет влагу кожи и поддерживает ее в равновесии.

К сожалению, современная экология существенно портит эту воду, и ее подчас, особенно в больших городах, нельзя использовать ни для внутреннего, ни для наружного употребления. В нынешних условиях обычная дождевая капля массой 50 мг, падая, промывает 16 л воздуха. А один литр ее поглощает примеси, содержащиеся в 3000 л воздуха. Таким образом, состав дождевой воды зависит и от того, над какой территорией образовалось облако, насколько сильно загрязнена там атмосфера. Соединения серы и азота, всту-

тая в атмосфере в реакцию с водой, превращаются в кислоты и выпадают на землю в виде так называемых кислотных дождей. При нынешнем экологическом неблагополучии любой дождь можно назвать «кислотным». Поэтому сейчас дождевую воду нельзя не только пить, но даже мыть в ней голову и стирать белье.

Железистая вода

Вода, в которой гасили нагретое до красного каления железо, или вода, насыщенная тем или иным способом солями железа (например, марциальная и джермукская минеральные воды). Не следует путать эту воду с ржавой водой, текущей иногда из водопроводного крана. В ржавой воде частички окиси и закиси железа находятся во взвешенном состоянии и не активны.

Железистая вода укрепляет желудок, легкие, рассасывает уплотнения селезенки, усиливает половую потенцию, укрепляет половой член, печень, желудок, помогает при сердцебиении, малокровии, сильной потливости, укрепляет волосы при мытье. В то же время, длительное употребление воды с повышенным содержанием железа (больше чем 0,3 мг/л) увеличивает риск инфарктов и отрицательно влияет на репродуктивную функцию организма человека.

«Живая» и «мертвая» вода

Единого определения этих терминов нет. Обычно в суще-

ствующей литературе к «живой» воде относят: структурированную воду, пи-воду, серебряную воду, катодную воду (каталит), омагниченную воду, воду с хорошей информацией, святую воду, активированную (активную, биологически активную) воду, воду с минералами, талую воду, воду из фруктов и овощей, воду из артезианских скважин и источников, родников.

К «мертвой» воде относят: воду без минералов, дистиллированную воду, воду с плохой памятью, воду, прошедшую по трубам с прямыми углами, неструктурированную воду, серебряную воду, анодную воду, пассивную воду, воду из реки, болота.

«Живая» и «мертвая» вода электролизного изготовления

«Живую» и «мертвую» воду впервые получил изобретатель Кратов, исцелившийся с их помощью от аденомы и радикулита. Эти жидкости производят с помощью электролиза обычной воды, причем кислую воду, которая собирается у положительно заряженного анода, называют «мертвой», а щелочную (концентрирующуюся около отрицательного катода) – «живой». По описаниям в литературе, «живая» вода-каталит – мягкая, светлая, с щелочным привкусом, иногда – с белым осадком; ее $\text{pH} = 10\text{--}11$ ед. «Мертвая» вода-анолит – коричневатая, кисловатая, с характерным запахом и $\text{pH} 4\text{--}5$ ед.

Антибактериальное действие живой воды дифференцированное: бактерицидный эффект проявляется относительно энтеробактерий, устойчивыми к нему являются энтерококки и стрептококки группы В, а в отношении грамотрицательных микроорганизмов – только бактериостатическое. По данным специалистов, «живая» вода вызывает ускорение процессов регенерации, корректирует иммунитет, усиливает детоксицирующую функцию печени, стабилизирует проницаемость мембран клеток, нормализует энергетический потенциал клеток, повышает энергообеспечение клеток.

«Мертвая» вода по параметрам острой токсичности при введении в желудок и нанесении на кожу относится к 4 классу малоопасных веществ по ГОСТ 12.1.007–76 и обладает в данном классе минимальной токсичностью. При ингаляционном введении «мертвая» вода с содержанием оксидантов 0,02 % и общей минерализацией 0,25–0,35 % не оказывает раздражающего действия на органы дыхания и слизистые оболочки глаз. При введении внутрь не подавляет иммунитет.

Можно привести следующие обобщенные данные о некоторых свойствах и лечебном действии «живой» и «мертвой» воды:

- «мертвая вода» обладает антибактериальным, противовирусным, антимикозным, антиаллергическим, противовоспалительным, противоотечным, противозудным и подсушивающим действием, может оказывать цитотоксическое и ан-

тиметаболическое действие, не причиняя вреда клеткам тканей человека;

- «живая вода» обладает антиоксидантными, иммуностимулирующими, детоксицирующими свойствами, нормализует обменные процессы, стимулирует регенерацию тканей и стимулирует рост и деление клеток, улучшает трофические процессы и кровообращение в тканях.

В медицине электроактивированные растворы (как анолиты, так и католиты) находят достаточно широкое применение. Наиболее широко известно применение анолитов с целью дезинфекции и стерилизации инструментов, помещений, аппаратуры, предметов ухода, кожи и слизистых и т. д., а также для лечения гнойных ран. Испытание анолитов показало, что они при экспозиции 5–10 минут для полоскания полости рта снижают обсемененность микроорганизмами полости рта и глотки в 25–100 раз, что подтверждается успешным применением их для полосканий при заболеваниях зева. Использование смоченных в анолите салфеток позволяет полностью очистить раневые полости при огнестрельных ранах, флегмонах, абсцессах, трофических язвах, маститах, обширных гнойно-некротических поражениях подкожной клетчатки за 3–5 дней, а последующее применение католита в течение 5–7 дней существенно ускоряет процессы заживления.

Имеются также данные о высокой лечебной эффективности электроактивированных растворов при неспецифиче-

ских и кандидозных кольпитах, эндоцервицитах, резидуальных уретритах, эрозии шейки матки, язвах роговицы, гнойных кератитах, инфицированных ранах кожи век, при коррекции дисбактериоза и иммунных нарушений, при лечении стоматитов, гингивитов, пародонтитов, при заболеваниях желудка, при лечении сальмонеллеза, дизентерии, а также при лечении сахарного диабета, тозиллитов, гнойных отитов, жирной и сухой себореи лица, выпадения волос, контактных аллергодерматитов, коррекции морщин. Хороший эффект выявлен при применении католита при гастритах, язвенной болезни желудка, геморрое, дерматомикозе, экземе, аденоме предстательной железы и хроническом простатите, тонзиллите, бронхите, хроническом пиелонефрите, хроническом гепатите, вирусном гепатите, деформирующих артрозах и т. д.

Установлен ряд других лечебных эффектов электроактивированных водных растворов.

«Живая» вода с пониженным содержанием дейтерия и трития (ЖТВ)

Не всякая, даже талая вода, может быть «живой», то есть приносить здоровье всему растительному и животному миру. Талая вода с повышенным содержанием дейтерия и трития, а также если в ней растворены вредные и ядовитые вещества, скорее приближается к «мертвой» воде. В то же время специалисты утверждают, что талая вода с пониженным

содержанием дейтерия и трития лечит почти все болезни, омолаживает организм и продлевает жизнь.

Особенно полезна «живая» талая вода детям, беременным женщинам и пожилым людям. Надо, однако, помнить, что оздоровление наступает при систематическом и длительном ее использовании (не менее 6 месяцев).

При систематическом употреблении ЖТВ у пожилых людей, помимо общего улучшения самочувствия, в ряде случаев возвращаются ранее утраченные или ослабленные функции организма, в том числе здоровый сон, память, потенция, творческая работоспособность и др., что можно объяснить как эффект омоложения.

Получают ЖТВ следующим образом:

- исходную воду кипятят в стеклянной или эмалированной посуде в течение 1–2 минут;
- резко охлаждают ее при закрытой крышке в холодной проточной воде до 20 °С и ниже;
- разливают воду в стаканы, уширенные кверху;
- замораживают воду (например, в морозильной камере);
- после полного замораживания воды стаканы вынимают из морозильной камеры и ставят в емкость (кастрюлю) для медленного таяния льда. Затем ледяной стакан замороженной воды обмывают горячей водой из-под крана, так же как и внутреннюю поверхность стакана. При этом удаляется значительная часть тяжелой воды, замерзающей первой на стенках стакана. Обмытый ледяной цилиндр замороженной во-

ды из стакана снова помещают в тот же стакан и последний оставляют при комнатной температуре для таяния.

Таяние льда в стаканах осуществляют до образования плавающей сосульки величиной с куриное яйцо. В этой сосулке содержатся ядовитые и вредные компоненты воды, в том числе повышенное содержание дейтерия и трития. Поэтому ее необходимо выловить ложечкой и выбросить. Многократное замораживание, оттаивание и выбрасывание сосульки с D и T позволяет снижать содержание D и T на 10, 12, 20, 25 %.

«Живую» талую воду желательно хранить в холодильнике. Полученную воду используют для питья, приготовления пищи, напитков (чай, кофе), настоя трав и т. д. Ею растирают лицо и все тело. На ней готовят косметические средства.

«Живую» талую воду нагревают не выше 95 °С, т. к. она уже была кипяченая.

Железная вода

Железо играет важную роль в жизни практически всех организмов, за исключением некоторых бактерий. В организме животных железо (в очень малых количествах, в среднем около 0,02 %) входит в состав множества ферментов и белков, участвующих в окислительно-восстановительных реакциях, главным образом в процессе дыхания. В состав белков и ферментов железо входит в виде комплекса, называемого гемом. В частности, этот комплекс присутствует в ге-

моглобине – важнейшем белке, обеспечивающем транспорт кислорода с кровью ко всем органам человека и животных. Именно он окрашивает кровь в характерный красный цвет.

В организм животных и человека железо поступает с водой и пищей. Потребность человека в железе на 1 кг веса составляет 0,1 мг, а для детей – 0,05 мг. Недостаток железа в организме приводит к серьезным аномалиям и заболеванию крови – анемии.

Избыточная доза железа (200 мг и выше) может оказывать токсическое действие. Передозировка железа угнетает антиоксидантную систему организма, поэтому употреблять препараты железа здоровым людям не рекомендуется. В связи с этим очень важно контролировать содержание железа в питьевой воде.

Наличие железа в питьевой воде, не прошедшей фильтры воды для обезжелезивания, ухудшает ее вкус и запах, окрашивает воду в коричневатый цвет. При регулярном употреблении такой воды возрастает опасность различных заболеваний внутренних органов, в первую очередь печени и почек. Кроме того, избыточное количество железа неблагоприятно воздействует на кожу человека, влияет на морфологический состав крови, может быть причиной возникновения аллергических реакций.

Выбор оптимального метода обезжелезивания воды определяется конечными целями, для которых эта вода будет использоваться.

Перечислим методы очистки воды от железа:

- очистка воды от железа окислительным обезжелезиванием;
- очистка воды от железа при помощи аэрации;
- очистка воды окислением двухвалентного железа с добавлением сильных окислителей;
- очистка воды осаждением коллоидного железа традиционным промышленным способом;
- очистка воды от железа при помощи каталитического окисления с последующей фильтрацией;
- применение фильтра обезжелезивания воды;
- очистка воды от железа ионообменным методом;
- очистка воды от железа мембранными методами;
- очистка воды от железа биологическим обезжелезиванием;
- очистка воды от железа электромагнитным полем;
- применение в схеме обезжелезивания блока ультразвука, который устанавливается перед электромагнитным аппаратом, в 3–4 раза увеличивает эффективность сепарации окислов железа, что связано с коагулирующим действием ультразвука на окислы железа, находящиеся в коллоидном состоянии.

Жемчужная вода

Это вода, в которой несколько часов (обычно ночь) находился жемчуг (4–5 маленьких жемчужин на стакан воды).

Такую воду пьют при острых воспалительных процессах, цистите, жжении глаз, кровотечении десен, кровавой рвоте, геморрое.

Женьшеневая вода

Содержит вытяжку корня женьшеня. Обладает регенерирующими свойствами. Обычно используется для ухода за нормальной и жирной кожей лица для предотвращения ее увядания. Противопоказана лицам с расширенными кровеносными сосудами. Используется как тонизирующий напиток, а в горячем виде как тонизирующий чай, заваренный на корнях женьшеня.

Жесткая вода

Жесткость воды определяется наличием в ней растворенных солей кальция и магния. Суммарное содержание солей этих металлов называют общей жесткостью, которая выражается в миллиграммах-эквивалентах на литр (мг-экв/л). Чем больше в воде растворенных соединений кальция и магния, тем она жестче. Жесткость воды бывает четырех типов: мягкая, средняя, жесткая и очень жесткая.

Мягкая – жесткость менее 4 мг-экв/л.

Средняя – жесткость от 4 до 8 мг-экв/л.

Жесткая – жесткость от 8 до 12 мг-экв/л.

Очень жесткая – жесткость выше 12 мг-экв/л.

Согласно ГОСТ 2874–82 жесткость питьевой воды не

должна превышать 7 мг-экв/л. Можно и самостоятельно определить жесткость воды. Если при умывании водой кожа сохнет, грубеет и шелушится, а рассекатель душа зарастает известковыми отложениями – значит, вода жесткая. При кипячении жесткой воды на ее поверхности образуется пленка, а в чае или кофе, заваренных такой водой, может выпасть осадок бурого цвета.

Жесткая вода неблагоприятно действует и на организм человека. Она вредна не только для лица, но и для рук. При длительном применении такая вода закупоривает поры, пересушивает кожу, особенно сухую, тонкую и чувствительную, делает ее шероховатой, шелушащейся. Это обстоятельство вызывается тем, что после мытья в такой воде естественная жировая пленка разрушается, на коже и волосах остается микроскопическая корка. Характерный «скрип» чисто вымытой кожи или волос – тревожный признак разрушения нужной нам защитной жировой пленки.

Косметологи советуют умываться дождевой или талой водой. Или, умывшись водопроводной водой, протереть лицо тампоном, пропитанным кипяченой или дистиллированной водой. В первую очередь это относится к тем, у кого сухая и очень нежная кожа лица. Косметологи также не рекомендуют умываться с мылом каждый день. В крайнем случае, можно пользоваться жидким мылом или специальным гелем, потому что они не нарушают кислотно-щелочной баланс кожи.

Постоянное употребление жесткой воды внутрь способ-

ствуется накоплению солей в организме, что приводит к образованию камней в почках, желчном и мочевом пузыре, артритам и склерозу (отложения солей кальция в суставных сумках и сосудах головного мозга соответственно). С увеличением жесткости потребляемой питьевой воды увеличивается и разносторонность заболеваний. От жесткой воды печень страдает больше, чем от неумеренного пьянства.

Чтобы устранить отрицательное действие жесткой воды, ее необходимо смягчить. Для снижения жесткости воды существует несколько способов. Самый простой – прокипятить воду. В этом случае уберется временная жесткость. Этот способ применим только в том случае, когда жесткость воды небольшая, примерно 5 ммоль/л. Простая кипяченая вода – не самое лучшее питье, в ней нет энзимов, а минеральные микроэлементы видоизменены. Поэтому после кипячения воду нужно остудить и засыпать кислые ягоды: клюкву, бруснику, облепиху, кожуру или сердцевину яблок и т. д. После того как вода немного настоится, ее можно пить. Очень полезны также настои малины, шиповника, черной смородины. Можно добавить в воду немного молочной, винной либо лимонной кислоты.

В других случаях (если жесткость более 5 ммоль/л) поможет фильтрация воды через фильтры, снижающие жесткость.

Заряженная вода

Заряжание или подзаряжание воды энергией и целебной информацией может производиться от минералов, жидкостей, растений, органических или неорганических веществ, различных объектов искусственного или природного происхождения, а также от живых организмов. Остановимся на некоторых широко распространенных способах заряжания воды.

Заряжание воды от минералов и драгоценных камней производится следующим образом: минералы (камни) помещают на ночь в сосуд с водой или рядом с ним на строго определенном расстоянии (расстояние определяется биолокационной рамкой по сферам максимального энергоизлучения). Минералы (камни) излучают энергетические вибрации лечебного действия. Своими положительными и отрицательными вибрациями драгоценные камни излучают и в то же время отталкивают энергию. Полученную такой обработкой воду выпивают небольшими порциями. Минералы для заряжания воды лучше брать согласно индивидуальному гороскопу. При использовании заряженных экстрасенсом минералов необходимо твердо быть уверенным в том, что экстрасенс вам подходит, достаточно опытен и нравственно чист.

Заряжание воды от растений обычно проводится при расположении сосуда с водой вблизи дерева на расстоянии, определяемом биолокационной рамкой по кольцам максимального энергоизлучения, непосредственно на свежем пне или на плашке дерева. Следует отдавать предпочтение дере-

ву, рекомендованному вашим гороскопом, принимая во внимание энергетические

свойства деревьев и назначение заряжаемой воды (заряжать недостающей энергией или отсасывать патогенную энергию), и устанавливать сосуд у энергоподпитывающего или энергоотсасывающего дерева. Для большинства людей европейского континента энергоподпитывающими деревьями в средней полосе являются дуб, береза, сосна, каштан, а энергоотсасывающими – осина, тополь, ель.

Заряжание воды от пирамидальных структур производится фокусированием природных (космических) излучений, проходящих через грани или стороны пирамиды, в зону положительной или отрицательной зарядки. Верхняя треть пирамиды считается зоной положительной зарядки, а нижняя треть – отрицательной. Расположение пирамиды (проводочной или из сплошного органического материала) должно быть строго ориентировано по сторонам света. Древние египтяне в центре пирамид в специальном помещении устанавливали ванну с водой, в которой при посвящении омывались жрецы.

Заряжание воды в кабине Райха. Это разновидность зарядки воды космическими излучениями или, как считают некоторые авторы, наоборот – ограничение поступления различных излучений (в частности, радиационного, геомагнитного, Земли и Солнца), что позволяет воде освободиться от «засоренности» различными полями и «измельчить»

свою структуру.

Заряжание воды, информацией и энергией от сенситивов может производиться различными способами: пассами рук, дистанционно, заговорами, молитвами и просто пассивным способом. Наиболее безопасным способом, с точки зрения внесения «нечистой» информации и «вживания» в структуру жидких сред пациента заряженной воды, следует считать индивидуальную зарядку воды, т. е. зарядку воды энергетикой и информационным полем самого пациента. Прием заряженной сенситивом воды следует ограничить только экстренными случаями при полном доверии и совместимости биополей пациента и сенситива.

Заряжание воды от жидкостей производится путем помещения на определенный срок (обычно от 7 часов до суток) стеклянного сосуда с заряжаемой водой в жидкость, с которой следует «считать» информацию энергонасыщающего или гомеопатического свойства (собственная или детская урина, заговоренная или святая вода и т. п.).

Заряжание воды целительными тонкими энергиями (эманациями) часто происходит вблизи святых мощей. Так, вода из Амвросиева колодца в Оптинской пустыни (у храма, где хранятся мощи преподобного Амвросия) обладает исцеляющей силой, проявляющей свое действие не только на верующих больных, но и на атеистах.

Заговоренная и освященная вода

По мнению специалистов, заговоренная вода – это вода, над которой читались молитва или специальный заговор с целью придания ей определенных свойств. В этом случае напрямую используется такое свойство воды, как «память». Записанная на молекулярной кристаллической решетке «установка» на то или иное действие, на то или иное изменение в организме человека или его связей с окружающими запускает внутренний механизм исполнения. В результате такого «запуска» организм вырабатывает химические, нервные и другие команды, которые и приводят к выполнению «установки», записанной в молекулярном коде заговоренной воды.

Освященная и крещенская вода имеет тот же «механизм» действия, что и заговоренная, но по сравнению с заговоренной водой обладает более тонкими структурами – она наполнена тонкими энергиями, божественными эманациями и позитивной информацией. Это и придает ей высоколечебные качества, если применять ее правильно и с полной верой. Такая вода освящается в храме священнослужителем с обязательным крестным очищением и освящающей молитвой.

Особенно благотворна и целебна вода, освященная в великие религиозные праздники. Вода, освященная в Крещение, кроме того, имеет специфическую, присущую только этому времени года, структуру молекул. Обладая сама по себе целебной силой, крещенская вода после освящения приобретает поистине чудодейственные свойства. Такая вода со-

храняется годами без порчи. Используют ее как в религиозных (для освящения вещей, помещений, мест, при крещении), так и в лечебных целях (для изгнания порчи, лечения больных и пр.). В первом случае «святая вода» как бы нейтрализует негативную информацию, прилипшую к предметам, людям (с предметов снимается негативное лептонное поле), во втором – нейтрализует негативное поле энергий в организме человека и вокруг его тела. В период Крещения (в январе) планеты так выстраиваются, что их сила тяготения активирует молекулу воды, делает воду целебной. Однако целебной становится только чистая вода, несущая след памяти молитвы священника.

Освящение воды крестным знамением позволяет снять с нее биопатогенную энергию. Такая вода активно усваивается организмом, при этом воспринимается только позитивная созидаящая энергия и информация, заложенные в нее. Еще один важный момент: для того чтобы заряженная вода не теряла своей положительной биоэнергии, необходимо, принимая ее или подавая кому-нибудь, пользоваться правой рукой (если она у вас активная, т. е. излучающая энергию). Левая рука у большинства людей (если они не левши) является отбирающей энергию.

Расскажем о методах заговаривания и обращения с заговоренной водой:

- Заговаривают только активную воду положительного заряда, набранную по местному времени с 7.15 до 8.00; с 9.00

до 12.40; с 15.00 до 16.20; с 20.30 до 21.00; с 23.00 до 24.00 часов. Это время неизменно для любых регионов. При переводе часов наш жизненный пульс быстро перестраивается и поэтому указанное время остается неизменным (хотя некоторые астрологи и не разделяют этой точки зрения, приводя это время к истинному астрономическому времени региона). Наберите в указанное время воду в литровую банку и добавьте в нее немного святой воды. Поставьте банку на левую ладонь и опустите в нее кончики трех средних пальцев правой руки. Читайте заговоры от имеющихся болезней, чтобы дыхание едва касалось воды, тем самым представляя, что смысл заговора пропитывает воду. Одновременно представляйте, что в вашу голову вливается божественная энергия и через кончики пальцев правой руки выливается в воду, наполняя ее белым лучезарным светом.

Заговор – это просьба о помощи и разговор с болезнью, поэтому во время чтения целитель постоянно поддерживает связь с христианским эгрегором и одновременно его видение направлено на больной орган. После прочтения заговоров вы должны чувствовать, что вода наполнилась сиянием божественной энергии и впитала в себя информацию.

- Пить заговоренную воду следует 40 дней – по 150 мл утром натощак и 100 мл вечером (независимо от еды), но с тем расчетом, чтобы в эту же банку доверху доливать свежую (не кипяченую) воду в указанные выше вечерние часы.
- Если нет возможности добавлять святую воду, то перед

прочтением заговоров трижды прочитайте молитву Господню «Отче наш», но в этом случае воду не доливают, а выпивают за четыре дня, а затем заряжают новую.

- Заговоры будут иметь силу только в том случае, если их читает человек верующий, сильный духом и серьезным тоном. Выбрасывать и заменять слова заговора нельзя.
- В конце каждого заговора обязательно надо трижды подуть на воду, представляя, что сдуваете болезнь, и трижды сплюнуть через левое плечо. Это необходимо делать всегда.
- Заговоры читают в любой день, кроме понедельника, повернувшись лицом к солнцу.

Звездная вода

Если открытый сосуд с водой поместить на ночь вне помещения, то вода в нем заряжается от космических излучений, характерных только для ночного неба. Такую воду нужно использовать для внутреннего или наружного употребления до первых утренних лучей, т. к. с рассветом радиационный фон неба изменяется, а с ним изменяется и характер заряжания воды. Звездная подзарядка воды происходит и в открытых водоемах. Поэтому, если хотите энергонасытить организм такой космической тонкой энергией, оздоровиться и очиститься, то купаться в водоеме лучше после звездной ночи до восхода солнца. Вероятно, можно использовать для лечебных целей звездную воду, заряженную при прохождении Земли через различные знаки Зодиака, согласно своей

гороскопической карте, но это область специального исследования и экспериментирования.

Зелепухинская вода

Изготовление ее осуществляется следующим образом: берут относительно небольшое количество воды и быстро доводят до 94–96 °С, то есть до состояния «белого ключа», когда уже бурной цепочкой всплывают пузыри, но вода в целом еще не кипит. В этот момент сосуд снимают с огня и помещают для быстреего охлаждения в миску с проточной водой. В результате так же, как и при замораживании, получается вода единой кристаллической структуры. Некоторые специалисты утверждают, что это лечебная вода, и при каких-либо нарушениях в желудочно-кишечном тракте она является лекарством.

Золотая вода

Золото издревле являлось любимым и почитаемым людьми металлом. Этот солнечный металл (так иногда называют золото) обладает мощной энергией, которая заставляет организм человека хорошенько «встряхнуться». Самым простым способом получения такого эффекта является использование воды, обогащенной ионами золота – золотой воды.

Вода, обогащенная ионами солнечного металла, обладает тонизирующими и укрепляющими свойствами. Повышает иммунитет, благотворно влияет на нервную систему, выравни-

нивает пульс, улучшает память и стимулирует умственную деятельность. Золотую воду пьют, делают из нее компрессы, применяют в виде растираний. Золотая вода применяется для профилактики и лечения многих заболеваний, таких как заболевания сердца, радикулит, остеохондроз, болезни органов дыхания, заболевания желудочно-кишечного тракта, железодефицитная анемия, судороги, боли в мышцах, истерия, эпилепсия, бесплодие, слабость печени, импотенция.

Золотая вода с успехом применяется и в косметологии. Она стимулирует кровообращение и укрепляет капилляры, поддерживает мышцы в тонусе. Золотая вода подходит для любого типа кожи, благодаря умываниям и примочкам с такой водой жирная кожа становится матовой и выравнивается, а сухая кожа увлажняется и становится мягкой. На основе воды, обогащенной ионами золота, делают различные косметические маски, при этом золотая вода помогает питательным веществам из основных компонентов маски лучше проникнуть в кожу.

Золотой водой полезно ополаскивать волосы после мытья, это укрепляет волосяные луковицы и оздоравливает кожу головы, что в свою очередь помогает избавиться от перхоти.

Для приготовления золотой воды подойдет любое ювелирное изделие (кольцо, кулон, серьги). Однако при выборе украшения следует соблюдать следующие условия: во-первых, изделие должно быть без каких-либо драгоценных камней; во-вторых, оно не должно содержать большого количе-

ства металлических примесей, лучше всего, если изделие будет желтого цвета; в-третьих, желательно чтобы вес украшения составлял не менее 3 г.

Для приготовления золотой воды нужно промыть под струей проточной воды золотое украшение и положить его в эмалированную посуду. Затем залить в посуду два стакана воды (лучше отфильтрованной) и кипятить до тех пор, пока объем воды не уменьшится в два раза. Принимать золотую воду по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Несмотря на все полезные свойства золотой воды, при ее применении следует соблюдать осторожность. Золотую воду употребляют в небольших количествах и непродолжительными курсами. Перед употреблением воды, обогащенной ионами золота, обязательно проверьте, нет ли у вас аллергии на солнечный металл.

Золотую воду не рекомендуется применять беременным и кормящим женщинам.

1 ч. ложку этой воды принимают 3 раза в день для придания энергии сердцу, нормализации пульса, улучшения памяти, интеллекта, стимулирования пробуждения сознания. Золотая вода обладает согревающим свойством.

Зольная вода

Это вода, настоянная на золе. Золу насыпают в полотняный мешок и слегка промывают холодной водой. При этом из нее вымывается избыточное количество калия, которого в

растениях всегда больше, чем требуется человеческому организму. Потом на оставшейся золе настаивают воду, тщательно процеживают, разбавляют до приятного вкуса и употребляют для питья. Зольная вода используется для промывания ран, при потливости, болезнях нервов, параличе, в виде клизм – при язвах кишок, а в смеси с оливковым маслом выводит из желудка свернувшуюся кровь. Питье зольной воды применяют при звериных укусах. Хорошо использовать для питья в жаркую погоду минеральную воду из растительной золы. Особенно полезна зола березы, но чем больше растений включает смесь золы, тем лучше. Такая вода восстанавливает минеральный обмен в организме (при жаре люди сильно потеют и теряют много солей). Издревле зольную воду использовали для мытья волос (насыщенный раствор зольной воды наносят на мокрые волосы и втирают интенсивными движениями рук в виде массажа, затем ополаскивают волосы подкисленной водой или настоем ромашки).

Известковая вода

Это вода, в которой вымачивалась известь, – 1 ст. ложка негашеной извести на 1 л воды (дать отстояться 5–6 часов). По другой рецептуре 100 г негашеной извести помещают в литровую банку, обдают ее кипятком, чтобы лучше разварилась. Когда известь «закипит», заполнить банку до верха холодной водой, хорошо размешать и оставить отстаиваться на сутки. Затем осторожно снять верхнюю пленку и белова-

тый налет, а чистую воду процедить и употреблять (особо не процеживая). Хранить в закупоренном виде. Можно использовать и толченую известь: 400 г на 1,25 л воды, настаивать 3 дня, периодически взбалтывая, процедить для употребления.

Вода сильно насыщается кальцием, но этот кальций, как считают специалисты, плохо усваивается организмом, т. к. он неорганического происхождения. Употребление этой воды рекомендуется кратковременно для устранения различных острых рецидивов: кровотечений легких, влагалищных, желудочных; при поносах, преимущественно неинфекционного происхождения. Иногда эту воду, 2 ст. ложки в день, рекомендуют пить беременным для лучшего формирования костей ребенка и предотвращения обезвешивания зубов матери. Наружно известковая вода применяется для промывания ран, сыпей, лишая, а в виде компресса в составе с растительным маслом (1:1) способствует быстрому заживлению ран.

Получают известковую воду и из скорлупы яиц. Для этого используют воду после варки яиц или настаивают в воде не менее суток раздробленную скорлупу яиц. Во втором случае, особенно если использовать хорошо вымытую, не подвергнутую тепловой обработке скорлупу яиц, можно получить известковую воду с органическим кальцием, хорошо усваиваемым организмом. Такая известковая яичная вода хорошо восстанавливает кислотно-щелочной баланс в организме

и тем самым устраняет различные щелочные или кислотные сбои в организме. Применяют такую воду при зубной боли, лихорадке, прикладывают ее к нарывам.

Индивидуально заряженная вода

Заряжение воды производит сам больной человек либо пассивным, либо активным способом.

При первом способе зарядки сосуд с водой помещают перед сном у изголовья пациента, и за время сна вода «напитывается» информацией о состоянии всех внутренних структур организма, в том числе и информацией о присутствующих или зарождающихся болезнях. Прием такой воды действует на больного подобно гомеопатическому или сывороточному средству (на полевом уровне), мягко и радикально гармонизируя и оздоравливая организм на клеточном или даже на молекулярном уровне. Для полного и радикального оздоровления необходимо принимать такую воду регулярно длительное время.

При втором способе зарядки на сосуд с водой воздействуют руками или мысленно, при соответствующем навыке и умении концентрироваться. Заряжение с помощью рук обычно проводится в течение 5 минут, при этом сосуд с водой помещают в ладонях рук так, чтобы пассивная (обычно левая) рука располагалась под сосудом, а активная (обычно правая) – над сосудом, и мысленно пропускают через воду лучи энергии от активной руки к пассивной. При зрительном

заряджании вода заряжается максимально четкими визуальными образами потоков энергии, исходящими из глаз или солнечного сплетения оператора. Несомненно, такая зарядка может проводиться людьми достаточно опытными в визуализации различных образов или же сенситивами.

По совету Ю. Лонго можно зарядить воду своим индивидуальным биополем и биоинформацией следующим образом. Взять полстакана талой воды и поставить на ладонь левой экранирующей руки. Затем кончиками пальцев правой заряжающей руки, как источника биополя, водить по краю стакана по часовой стрелке 2–3 минуты. При этом можно кодировать воду любыми установками: «похудеть», «оздоровить какой-либо орган», «приобрести определенные черты характера». Вечером эту воду помещают на подоконник для подзарядки энергией от космоса, а утром пьют 2–3 глотка натошак. И если пить такую воду в течение месяца, «то болезни постепенно уходят, желания исполняются».

Йодированная вода

В организме взрослого человека содержится 20–50 мг йода, и около $\frac{1}{3}$ его приходится на долю щитовидной железы. Йод находится и в других органах, в крови он циркулирует в форме йодида и в связанном с белками состоянии.

Йод, содержащийся в воде и пищевых продуктах в виде йодидов, поступая в организм, быстро всасывается в кишечнике. Около $\frac{2}{3}$ поступившего в организм йода выводится

почками. Остальная часть с кровью переносится в щитовидную железу. Биологическая роль йода связана с его участием в образовании гормонов щитовидной железы.

Йод – единственный из известных в настоящее время микроэлементов, участвующих в биосинтезе гормонов. До 90 % циркулирующего в крови органического йода приходится на долю тироксина. Физиологическая роль тиреоидных гормонов исключительно велика. Они контролируют энергообмен, влияя на интенсивность основного обмена и уровень теплопродукции. Активно воздействуют на физическое и психическое развитие, созревание тканей, участвует в регуляции функционального состояния центральной нервной системы, влияют на деятельность сердечно-сосудистой системы и печени. Тиреоидные гормоны взаимодействуют с другими железами внутренней секреции, оказывают выраженное влияние на водно-солевой обмен, обмен белков, липидов и углеводов; усиливая метаболические процессы в организме, повышают потребление кислорода.

Недостаток йода в организме человека приводит к развитию эндемического зоба, характеризующегося нарушением синтеза тиреоидных гормонов и угнетением функции щитовидной железы. Это заболевание возникает лишь в тех местностях, где содержание йода в почве, воде и пищевых продуктах заметно снижено. Одной из основных проблем, связанных с дефицитом йода, является предупреждение кретинизма и более легких форм задержки развития. Физио-

логическая потребность в йоде, согласно рекомендациям ВОЗ, составляет 150–300 мкг/сут. Для профилактики йодной недостаточности йодируют водопроводную воду, чай. Есть предложения йодировать почву, применяя йодсодержащие удобрения.

Йодировать воду можно путем растворения в ней спиртовой настойки йода: 5–7 капель 2 %-ной настойки йода на 1 стакан воды. Йодированную воду можно не только пить, но и использовать для ежедневного приготовления пищи, поскольку входящие в ее состав соединения йода устойчивы к высоким температурам. Водопроводная вода, обеззараженная хлором, извлекает из организма йод, поэтому предпочтительнее будет пить специально подготовленную воду и обязательно давать ее детям.

Кроме внутреннего применения, йодированную воду полезно использовать наружно – она хорошо дезинфицирует раны и способствует быстрому восстановлению эпителия.

Картофельная вода

Это вода, оставшаяся после варки картофеля. Она имеет четко выраженную щелочную реакцию. Хорошо использовать ее в качестве восстановительного питья при выходе из голодания, когда кровь сильно закислена. Она «выглаживает» кишечник.

Катодная вода

Вода, полученная на положительном электроде при ее электролизе, т. е. с отрицательно заряженными частицами. Ее $pH > 7$. Окислительно-восстановительный потенциал – отрицательный.

Квасцовая вода

Квасцы – название различных двойных солей: алюминия, марганца, железа, хрома, калия и др. Они с успехом используются в медицине как вяжущее, прижигающее, высушивающее, противовоспалительное, обволакивающее, зудоуспокаивающее, антимикробное, кровоостанавливающее средство. Наибольшее применение в различных отраслях промышленности и медицине нашли алюмокалиевые квасцы.

Раньше обычные и жженные квасцы широко применялись в дерматологической, косметологической, стоматологической и офтальмологической практике. Квасцовая вода как вяжущее средство образует на месте контакта с кожей и слизистыми оболочками пленку, защищающую нервные окончания кожи и слизистых оболочек от воздействия различных раздражающих факторов. При этом стихают ощущения болезненности, жжения, зуда. Кроме того, она снижает секрецию потовых и сальных желез, являясь достаточно эффективным антиперспирантом, а также оказывает дезодорирующий эффект.

Противовоспалительный эффект квасцовой воды основан на их вяжущем и подсушивающем действии. В больших кон-

центрациях квасцы обладают прижигающим и кровоостанавливающим действием. Дезинфицирующее (обеззараживающее) свойство квасцов связано, во-первых, с тем, что они обездвиживают микроорганизмы, а во-вторых, входящий в их состав алюминий обладает антимикробным действием. Благодаря своей гигроскопичности квасцы поглощают влагу, кожное сало, пот, действуют противовоспалительно, охлаждают кожу и успокаивают зуд. Перечисленные качества квасцов позволяют использовать их при различных заболеваниях кожи и слизистых оболочек.

Квасцовая вода применяется при острых воспалительных явлениях при дерматите, опрелости, токсикодермии, экзематизированном нейродермите, экземе, дисгидротическом микозе; для уменьшения болезненности, жжения и зуда; при стоматите, гингивите, вульвовагините, баланите, блефароконъюнктивите. С помощью квасцов можно разрушить (прижечь) остроконечные кондиломы и устранить кровотечение при мелких порезах во время бритья. Квасцы можно использовать для лечения жирной себореи, а также для ухода за жирной, пористой, «вялой», увядающей кожей.

Незаменимы квасцы при местной повышенной потливости – гипергидрозе, который способствует возникновению и развитию грибковых заболеваний стоп (микозов). При высокой эффективности они безопасны, хорошо переносятся, не вызывают аллергии. Обычно жженные квасцы при гипергидрозе применяют совместно с борной и салициловой кисло-

тами, танином и порошком коры дуба. Эти дополнительные компоненты хорошо совмещаются с квасцами, усиливая их лечебное действие.

Квасцовая вода применяется для полоскания горла при ангине, простудных заболеваниях (практически сразу приостанавливая размножение вирусов и микробов во рту), останавливает понос, кровохарканье, закрывает скрытые дыхательные поры, но при приеме внутрь ослабляет тело, вызывает закупорку сосудов, неблагоприятно действует на голос и дыхание.

Кислотная вода

Вода с добавлением соляной кислоты – 0,01–0,08 %-ный раствор соляной кислоты. Имеет кислотные свойства (рН 3–6). Обычно используется для поддержания функции желудка, когда последний перестает вырабатывать соляную кислоту и пища плохо или вовсе не переваривается, а также для разжижения крови и «раскисления» кислых отложений на кровеносных сосудах. Эффективна для лечения геморроя.

Колодезная вода

Кроме озер и рек, мы получаем обычную пресную воду из колодцев. Колодцами реально пользуются лишь в сельской местности, так как шурф глубиной 5–10 м не способен обеспечить большого выхода воды – для этого необходимо бурить скважины глубиной 20–150 м, в зависимости от глуби-

ны залегания подземных вод. Колодцы питаются подпочвенными водами и могут обеспечить водопотребление до 100–150 л/ч (в редких случаях – до 500 л/ч). Они очень уязвимы с точки зрения загрязнений: все, что попадает в почву (нитраты, нитриты, ПАВ, пестициды и тяжелые металлы) может оказаться в колодезной воде.

Крапивная вода

Содержит натуральный крапивный сок. Способствует улучшению кровоснабжения кожи. Используется для укрепления волос. Как тонизирующий напиток рекомендуется при анемии и весеннем авитаминозе.

Купоросная вода

Вода, в которой растворен в очень малых количествах (1–2 крупинки величиной с рисовое зерно на стакан воды) медный купорос. По мнению специалистов, она вызывает задержку мочи (если пить несколько дней подряд) и плохой запах изо рта. Вредна здоровым людям, но способствует излечению злокачественных язв в легких. Полезна при болезнях рта, ушей, глаз, при геморрое.

Кипяченая вода

Это вода, подвергнутая кипению, которая употребляется повсеместно для приготовления пищи, напитков и для гигиенических целей (умывание, полоскание рта и др.). При

кипячении вода освобождается от плохорастворимых солей, частично «смягчаясь» от этого, обеззараживается и лишается «памяти». Но, с другой стороны, такая вода, лишившись живых органических включений, сама становится «мертвой». Активизация молекул кипяченой воды, наступившая в результате процесса кипячения, через некоторое время резко падает и переходит в свою противоположность.

Следует употреблять кипяченую воду лишь в свежем, очень горячем состоянии. В «Чжуд-ши» сказано, что «охлажденный кипяток, не возбуждая слизи, удаляет желчь, но через день он становится как яд, и возбуждает все пороки». В любом случае при употреблении кипяченой воды или пищи, приготовленной с ее помощью, надо стараться использовать их в течение 1,5–2 часов с момента кипячения.

Следует отличать различные степени кипения воды, что также отражается на ее свойствах и качестве пищи и напитков (особенно чаев), приготовленных из нее. Лу Юй в своей «Книге о чае» пишет, что существуют три степени кипения воды. «При ее кипении, если вода похожа на рыбы глаза и потихоньку подает голос, это – первое кипение. Если, как из пучины, бьет водный ключ и как бы выносит с собой жемчуг, – это второе кипение. Шторм, похожий на возмущение поднимающихся вверх волн, – третье кипение. В последнем случае вода постарела, и ее нельзя пить». Второе кипение обычно называют «белым», и как раз на нем и надо приостанавливать кипячение воды и использовать такой «белый

кипятков» для заварки чаев или же после остывания (лучше принудительного интенсивного) употреблять как целебный напиток.

Есть еще один существенный недостаток воды, долго кипевшей или повторно вскипяченной. Это накопление в ней в больших, чем обычно, концентрациях «тяжелой» воды вследствие того, что «легкая» вода интенсивней испаряется при кипении.

Положительным свойством кипячения является «стирание» у воды «памяти» (в частности, патогенной), уничтожение микроорганизмов и патогенных полей – как в воде, так и на предметах или продуктах, подвергаемых кипячению (или ошпариванию). Эти качества кипятка широко используются в быту, кулинарии и медицине.

Кварцевая вода

Кварцевой водой называют воду, настоянную на кварце. Вода, очищенная при помощи кварца, обретает структуру, приближенную к структуре воды из горных источников. И, конечно же, такая вода становится целебной для человека. Вода, настоянная на кварце, очищается от соединений растворенного железа, алюминия, хлора, марганца. Кварц способствует удалению тяжелых металлов, таких как кадмий, свинец, медь и цезий. Очищает воду от паразитов, грибков и водорослей. В кварцевой воде снижается содержание радионуклидов, нейтрализуется действие пестицидов, диоксинов,

нитратов.

Кварцевая вода обладает сильным антибактериальным действием и защищает от вирусных загрязнений, помогает регулировать все биохимические процессы в клетках, облегчает транспортировку в них питательных веществ. Способствует выведению токсинов. Улучшает микроциркуляцию сосудов, повышает их эластичность и укрепляет сосудистую стенку. Благоприятно влияет на нервную систему, снимает боль, напряжение, раздражительность, помогает бороться с синдромом хронической усталости. Активизирует процессы регенерации, способствует сохранению эластичности мышц. Улучшает работу суставов, восстанавливает эластичность хрящей. Компрессы из кварцевой воды помогают при порезах, ушибах, ожогах.

Кварцевая вода также с успехом применяется в косметологии. Благодаря улучшению обмена веществ, вода, настоянная на кварце, способствует похудению. Также она оказывает омолаживающее действие на кожу, разглаживает морщины, улучшает цвет лица. Кварцевая вода очищает кожу от прыщей и угрей, придает ей свежесть и эластичность, повышает тонус.

Настоянная на кварце вода улучшает обмен веществ, предотвращает хрупкость капилляров, улучшает кровообращение, поддерживает эластичность сосудов, хрящей, мышц и суставов, стимулирует регенерацию клеток, снимает боли в суставах, способствует нормализации веса, снимает син-

дром хронической усталости, обладает мягким успокаивающим действием.

Для приготовления кварцевой воды нужно хорошо промыть кристаллы кварца проточной водой. Затем залить их водой из расчета: 200 г кварца на 3 л воды. Настаивать 2–3 дня. Подливать воду по мере расходования. Периодически (1 раз в неделю) промывать кристаллы от осевшего налета. Применять для оздоравливания в качестве питья. Желательно употреблять воду небольшими глотками в течение дня, но не менее двух стаканов в день. Также применяют ее для умывания, в косметических целях для добавления в кремы, лосьоны, маски и для приготовления пищи.

Усилить активность кварца помогает кремний. Поэтому допустимо смешивать кристаллы кварца и кремния. Это придает воде более полный спектр целебных свойств.

Хотя употребление воды, настоянной на кварце, практически не имеет противопоказаний и показано для профилактики многих заболеваний, прежде чем начать ее пить людям, имеющим многочисленные проблемы со здоровьем, желательно посоветоваться с врачом, который знаком с действием этого минерала.

Хранить кварцевую воду рекомендуется в стеклянной посуде, при комнатной температуре или в прохладном месте. Ставить в холодильник такую воду не следует.

Кремниевая вода («кремневка»)

Кремниевая вода – это вода, настоянная на кремнии. Такая вода обладает целебными свойствами и может использоваться для профилактики и лечения многих заболеваний.

Кремний – это минерал, относящийся к семейству кварцев и халцедонов. В организме человека кремний содержится в щитовидной железе, надпочечниках, гипофизе. Самая высокая концентрация его обнаружена в волосах и ногтях.

Кремний также входит в состав коллагена – основного белка соединительной ткани. Основная его роль – участие в химической реакции, скрепляющей отдельные волокна коллагена и эластина, придавая соединительной ткани прочность и упругость. Кремний также входит в состав коллагена волос и ногтей, играет важную роль в срастании костей при переломах.

Особую роль играет это вещество в жизни и здоровье людей, а также растительного и животного мира. Кремний поглощается растениями в виде растворенных кремниевых кислот, силикатов и коллоидного кремнезема. Отсутствие его неблагоприятно влияет на всхожесть, рост и урожайность зерновых, в основном риса, а также сахарного тростника, подсолнечника, таких культур, как картофель, свекла, морковь, огурцы и томаты. С овощами, фруктами, молоком, мясом и другими продуктами человек ежедневно должен потреблять 10–20 мг кремния. Это количество необходимо для нормальной жизнедеятельности, роста и развития организма.

Установлено, что кремний участвует в обмене фтора, магния, алюминия и других минеральных соединений, но особенно тесно взаимодействует со стронцием и кальцием. Один из механизмов воздействия кремния состоит в том, что благодаря своим химическим свойствам он создает электрические заряженные коллоидные системы, которые обладают свойством адсорбировать вирусы и болезнетворные микроорганизмы, несвойственные человеку.

Также кремний отвечает за обеспечение защитных функций, процессов обмена веществ и дезинтоксикации. Он работает как биологический «сшивающий» агент, участвующий в образовании молекулярной «архитектуры» полисахаридов и их комплексов с белками, придает эластичность соединительным тканям, входит в состав эластина кровеносных сосудов, придает прочность, эластичность и непроницаемость их стенкам и препятствует проникновению липидов в плазму крови.

Исследования показали, что в воде кремний подавляет бактерии, вызывающие брожение и гниение, осаждает тяжелые металлы, нейтрализует хлор, сорбирует радионуклиды. В живом организме биологически активные вещества кремния вместе с белковыми структурами способствуют образованию ферментов, аминокислот, гормонов. Кремний особенно необходим в соединительной ткани, он содержится в щитовидной железе, надпочечниках, гипофизе. Самая высокая концентрация его обнаружена в волосах и ногтях.

Дефицит кремния приводит к серьезным нарушениям в организме, таким как остеомалация (размягчение костей), ускорение изношенности суставных хрящей, заболевания глаз, зубов, волос, кожи и ногтей, камни и песок в почках, рожистые воспаления, атеросклероз, дисбактериоз.

Кроме того, понижением или нарушением обмена кремния в организме сопровождаются такие заболевания как диабет, туберкулез, гепатит, гипертония, артрит, катаракта, проказа, рак. Также была установлена зависимость между концентрацией в воде кремния и сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Целебные свойства кремниевой воды

Взаимодействуя с водой, кремний меняет ее свойства. Такая вода становится чистой и приятной на вкус.

Она способствует образованию в организме аминокислот, ферментов и гормонов. Вода, настоянная на кремнии более пяти дней, обладает способностью повышать свертываемость крови.

Кроме того, при внутреннем употреблении кремниевая вода:

- повышает иммунитет;
- укрепляет, восстанавливает чистоту и функции сосудистой стенки;
- восстанавливает нормальную микрофлору кишечника;
- растворяет и выводит камни и песок из почек, печени,

желчного и мочевого пузыря;

- заживляет порезы, ожоги, ушибы, трофические язвы;
- снижает уровень сахара в крови, а также массу тела предрасположенных к полноте больных сахарным диабетом;
- снижает уровень холестерина в крови;
- является профилактикой атеросклероза;
- улучшает работу почек;
- нормализует состояние при гипертонии;
- улучшает состояние людей с заболеваниями печени, благодаря оттоку желчи;
- снимает воспалительные процессы в ЖКТ, а также при гастрите;
- нормализует обмен веществ;
- снимает усталость.

При наружном использовании кремниевой воды наблюдается следующий лечебный эффект:

- в виде полосканий рта и горла способствует укреплению ткани десен, лечению ангины и насморка;
- улучшает состояние при стоматитах и гингивитах;
- в виде примочек и умываний помогает при лечении аллергии, диатеза, фурункулов, дерматита, а также раздражений на коже;
- снимает зуд и воспаление при конъюнктивите;
- при умывании такая вода способствует улучшению состояния кожи, уменьшению морщин, устранению угрей, прыщей, неровностей;

- ополаскивание волос и втирание кремниевой воды в кожу головы способствует улучшению состояния волос, укрепляет их и улучшает рост.

Как приготовить кремниевую воду.

Поместить камни в стеклянную или эмалированную посуду и залить водой (лучше отфильтрованной), после чего накрыть марлей и поставить в светлое место, но вдали от прямых солнечных лучей. Настаивать воду в течение 2–3 суток, после чего она будет пригодна для питья и приготовления пищи. Однако лучше выдержать камни в воде в течение 5–7 суток, тогда кремниевая вода станет не просто чистой, но и будет обладать выраженными лечебно-профилактическими свойствами. После настаивания аккуратно, не взбалтывая воду, перелить ее в другую емкость, при этом оставив в посуде с камнями нижний слой воды (3–4 см). Эту воду следует вылить, так как она содержит выпавшие в осадок тяжелые металлы. Емкость, в которую была перелита вода, следует плотно закрыть. Кремниевая вода сохраняет свои лечебные свойства в течение нескольких месяцев. Пить такую воду можно без ограничений.

Время от времени камни нужно промывать прохладной водой и проветривать на свежем воздухе в течение 2 часов. Кипятить кремний в воде не рекомендуется. При каждом заборе воды из сосуда желательно оставлять в нем не менее трети настоянной воды.

Из «кремневки» можно готовить чай, супы, борщи, но нельзя пить воду, если она прокипчена вместе с кремнием. Привыкнув к «кремневке», можно вообще заменить ею питьевую воду.

Вода, активированная кремнием, меняет структуру, т. е. повышается ее текучесть, и она просачивается через толстые стенки глиняных кувшинов. Можно предположить, что и в организме человека кремниевая вода проникает во все структуры тела быстрее обычной и тем самым улучшает гидробаланс обменных процессов.

Учитывая способность кремния уничтожать гнилостные бактерии, его используют при консервировании огурцов и помидоров. Вместо уксуса или лимонной кислоты в трехлитровую банку с огурцами или помидорами кладут 5–10 г кремния. Рассол не прокисает – значит, банки не «взрываются», а огурцы остаются крепкими и хрустящими.

И еще несколько советов

- Важно правильно подобрать камень, используя кремний опало-холцедонового типа от серого до темного цвета.
- Размеры кремния могут быть любые, но их общий вес должен быть не менее 10 г на 3 л воды. Чем меньше размер камешков, тем большая площадь открытой, контактирующей с водой поверхности, и действие их лучше. Рекомендуется измельчать кремний до 5–10 мм.
- Перед применением кремний следует тщательно промыть в холодной или теплой (но не горячей!) воде.

- Когда вода «созреет», ее надо осторожно слить в чистую посуду, осадок вылить, промыть емкость и камешки и вновь залить водой на следующие шесть дней. Имея одновременно 4–5 трехлитровых банок кремниевой воды, можно избавиться от многих заболеваний.

- Пить воду рекомендуется 6–8 раз в день, в том числе по стакану за полчаса до еды, затем по 2–3 глотка после еды (при этом тщательно прополаскивать зубы и полость рта). Не забывайте, что любое лечение должно проводиться только под наблюдением врача.

- Учитывайте советы специалистов по питанию: всякую жидкость (вода, компот, кофе, чай) лучше пить за полчаса до еды, так как жидкость, выпитая сразу после еды, нарушает процесс пищеварения.

- Иногда вода в банках слегка зеленеет. Объясняется это действием осадка на дне и стенках банки. Необходимо тщательно промыть банки и камешки, и вода вновь будет чистой и прозрачной.

Поскольку кремниевая вода имеет противопоказания, с ней нужно обращаться очень осторожно. Перед ее применением обязательно проконсультируйтесь с грамотным специалистом. Людям, имеющим предрасположенность к онкологическим заболеваниям, рекомендуется отказаться от употребления кремниевой воды.

Коралловая вода

Коралловая вода отличается высоким содержанием кальция в легкодоступной, биологически усвояемой форме. Это особенно полезно для организма, так как кальций выполняет в организме человека много важных функций: ощелачивает организм, обеспечивает нормальную свертываемость крови, влияет на регуляцию процессов роста и деятельности клеток всех видов тканей, обеспечивает прохождение электрических импульсов по нервным волокнам, участвует в обмене веществ, оказывает противовоспалительное и противоаллергическое действие, является строительным материалом. Дефицит кальция ведет к возникновению более 100 болезней.

Коралловый кальций – уникальный природный продукт, который содержит около 70 жизненно важных элементов (в том числе кальций – 34,6 %, магний – 2,16 %, кремний – 1,37 %, а также натрий, серу, железо, калий, фосфор, йод, фтор, бром, марганец, хром, бор, цинк, селен, медь и др.).

Порошок кораллового кальция нерастворим в воде, но приготовленная из порошка коралла вода обладает чудесными свойствами.

Измельченный коралл улучшает качество воды и ее биологические свойства, насыщая ее кальцием и полезными макро– и микроэлементами. Микроэлементы из кораллового песка переходят в раствор в ионной форме, способствуя лучшему усвоению питательных веществ и улучшению состояния при многих заболеваниях, в том числе хронических.

Сам по себе измельченный порошок коралла является достаточно мощным природным сорбентом. При смешивании с водой он активно поглощает соединения хлора.

Коралловый кальций обеспечивает поступление многих жизненно важных минералов воду в количествах, адекватных составу тканей организма человека. Микроэлементы находятся в легкодоступной для усвоения форме.

Коралловая вода: очищает воду от хлора, органических соединений, солей тяжелых металлов и др.; придает воде слабощелочную реакцию; окислительно-восстановительный потенциал воды (ОВП) смещается в сторону отрицательных показателей; снижает поверхностное натяжение воды, повышая тем самым биоусвояемость воды клетками; насыщает воду 50 микро– и макроэлементами в легкоусвояемой ионной форме.

Ежедневное употребление 1,5 л коралловой воды позволяет:

- достичь оптимального значения рН жидких сред организма;
- насытить кровь макро– и микроэлементами;
- нормализовать уровень сахара в крови;
- снизить риск заболеваний сердца, органов пищеварения и выделения;
- своевременно растворять и выводить шлаки из организма;
- предотвратить артриты;

- восстановить нормальную структуру костной и хрящевой ткани;
- повысить эластичность мышц, суставов и др.

Рекомендуется пить коралловую воду в течение дня вместо обычной воды. Можно помещать пакетики с кальцием в компоты, чай, любые негазированные напитки. Кипятить коралловую воду не рекомендуется.

Противопоказания для приема коралловой воды отсутствуют. Она безопасна, эффективна, мягко действует на организм, относительно дешевая, проста в употреблении. Однако перед ее использованием следует проконсультироваться с врачом, т. к. избыточные дозы кальция могут вызвать гиперкальцемию (увеличение кальция в крови).

Комплексно заряженная вода

Этот метод зарядания воды включает в себя самые разнообразные методы воздействия на воду в различной последовательности и различном сочетании. Можно, например, рекомендовать следующие суперкомплексы по зарядке воды: зелепухинская талая вода; зелепухинская талая «озвученная» вода; талая зелепухинская «озвученная» вода; Лабзы «озвученная» вода; вода Лабзы, обработанная по-зелепухински и «озвученная», и т. п. При таком методе поэтапного зарядания получают суперлечебную воду, действующую при приеме внутрь на все уровни организма комплексно, мягко и радикально.

Крещенская вода

Крещение отмечается православными христианами 19 января и считается одним из великих церковных праздников. Особенностью праздника являются два великих водоосвящения. Одно совершается в сочельник (вечер накануне Крещения) в храме. Другое проводится в день праздника под открытым небом, по возможности – у источника воды (река, озеро, родник, ключ). При этом, если вода замерзла, в ней заранее выдалбливают прорубь. По церковному уставу этот обряд сопровождается чтением молитв и троекратным погружением креста в освящаемую воду, после чего она наделяется особой целительной силой.

Крещенскую воду хранят в течение года до следующего водоосвящения. Она не портится и не мутнеет, поэтому обычно ее запасают впрок, черпая целыми ведрами. Крещенскую воду пьют во время болезни, а также окропляют ею жилища и храмы.

В старину собирали также в полночь крещенский снег. Считалось, что вытаянная из него вода может лечить судороги, головокружение, онемение в ногах и другие недуги, а вылитая в колодец – делает его неиссякаемым в течение целого лета, даже если не выпадет ни единой капли дождя.

Лабзы вода

Инженер-гидротехник А. Лабза советует искусственно

прерывать процесс замораживания воды для того, чтобы удалить вредную для человека тяжелую воду (дейтерий), которой содержится в 1 л примерно 150 мл. Поскольку тяжелая вода замерзает при 3,8 °С, то при искусственном замораживании в морозильной камере она замерзает первой. Ее лед отлагается на стенках и на дне сосуда и, кроме того, образует тонкие ажурные пластины дейтериевого льда во всем объеме охлаждаемой воды.

Лабза указывает: если замораживание происходит медленно, то можно без затруднений отследить фазу образования кристаллов льда и перелить еще не домерзшую воду в промежуточную емкость. Оставшийся на стенках лед тяжелой воды растопить любым способом и отправить в канализацию. В освободившуюся от дейтериевого льда посуду следует вернуть незамерзшую воду и повторно установить ее в морозильную камеру, на этот раз доведя процесс замораживания до конца.

Такая технология очистки обычной воды позволяет избавиться от вредных примесей, а также от значительного количества вредной для человека тяжелой воды.

Вода из ладана

Воду, настоянную на ароматической смоле ладана, применяют при болезнях почек и желудка. Такая вода способствует также устранению воздействия стрессов и укрепляет память.

Ледяная вода

Положительные свойства: укрепляет желудок и вызывает аппетит, полезна людям с горячей натурой. Отрицательные свойства: вредна для слабых легких и желудка, при туберкулезе легких, вызывает образование опухолей в кишечнике (при нечистом организме) и болезни нервов, порождает катары, головные боли, водянку, расслабление, дрожание, дряблость тканей, запор, слабость половой потенции; вредна для людей, страдающих закупорками, при метеоризме, особенно если употреблять ее чрезмерно.

Медистая вода

Медь снимает воспалительные процессы, успокаивает боли, ускоряет созревание нарывов, позволяет избежать инфекционных заболеваний, стимулирует защитные силы организма, при соприкосновении с кожей оказывает местное бактерицидное действие. Соли меди, образующиеся в организме, очень токсичны для грибков, бактерий кори, холеры, некоторых респираторных вирусов. Бактериологический эффект меди широко применяется для стерилизации воды, лечения воспалительных процессов слизистой оболочки полости рта и глаз. Лечат медью переломы костей, ушибы, нарывы.

- Народная медицина рекомендует использовать медный купорос в составе мази, приготовленной следующим обра-

зом: 20 г еловой живицы, одна растертая луковица, 15 г медного купороса, 50 г растительного масла (лучше оливкового). Все смешать, тщательно растереть и нагреть до кипения. Полученная мазь обладает жгучим действием и хорошо лечит.

- Медистую воду можно получить следующим способом: положить в эмалированную кастрюлю емкостью 1,5 л 10 г чистой меди, поставить на огонь. Надо, чтобы выкипела половина воды. Остальная жидкость – это целебная медистая вода. Медистая вода полезна для лечения полости рта, при истекании из ушей.

- От артрита помогает компресс: повязку, смоченную в медистой воде прикладывать к больным местам на 3–4 часа. Курс лечения зависит от самочувствия.

- При болезнях печени и ожирении пить по 1 ч. ложке медистую воду 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 1 месяца.

- Тем, кто страдает сахарным диабетом, надо пить по 2–3 ст. ложки медистой воды ежедневно за 30 минут до еды в течение 1 месяца. В течение года провести несколько курсов лечения.

- Эта вода используется для лечения ожирения, болезней печени и селезенки, для дезинфекции желудка. При лечении этих болезней выпивают по 2 ч. ложки медистой воды 3 раза в день в течение месяца. Не следует увлекаться питьем медистой воды – может развиваться слоновая болезнь. Нельзя

также пить воду, прошедшую через нагревательную медную рубашку газовой колонки.

Медовая вода

Это вода, в которой варили мед. 1 часть меда кипятят в 2 частях воды на медленном огне, постоянно снимая пену, пока она не перестанет образовываться, процеживают. Некоторые на 1 часть меда берут 6 весовых частей воды. Эта вода хороша для внутреннего употребления при холодной природе желудка, вызывает аппетит и делает обильной мочу. Помогает при всех недугах холодной природы, при телесной слабости, горячих опухолях. Распространенное средство для лечения различных заболеваний дыхательных органов (в частности, кашля, астмы), для разжижения загустевшей (сгущенной) крови и ее очищения. Растворяет дурные соки и способствует сохранению хороших, закрепляет естество. В смеси с оливковым маслом при приеме внутрь нейтрализует принятые внутрь яды.

Миндальная вода

Готовят путем настаивания отрубей горькоминдальных семян в воде. Принимают внутрь по 10–15 капель в качестве болеутоляющего, успокаивающего средства при нервных расстройствах, рези в животе, болезненном кашле. Для приготовления этой воды вместо семян миндаля можно использовать семена абрикоса.

Минеральная вода

К минеральным водам, которые можно использовать в лечебных целях, относят природные воды с общей минерализацией от 2,0 до 500 г/л. Формирование минеральных вод связано с инфильтрацией поверхностных вод, захоронениями морских и озерных вод во время осадконакопления, вулканическими процессами и др. Газовый состав минеральных вод может иметь атмосферное, биогенное, вулканическое и метаморфическое происхождение. Химический состав минеральных вод складывается в результате взаимодействия подземных вод с вмещающими их горными породами. При этом растворенные в воде газы усиливают агрессивность фильтрующихся вод.

Минеральные воды образуют на поверхности Земли источники или выводятся скважинами. Среди минеральных источников в нашей стране преобладают низкодебитные (скорость вытекания 0,001–1,0 л/с) и среднедебитные (1–10 л/с). Лечебные минеральные воды применяют для питья (общая минерализация – 20 г/л), ванн, душей, ингаляций, полосканий, орошений на курортах. Кроме того, пользуются привозными водами, разлитыми в бутылки. Некоторые минеральные воды применяют в качестве освежающего напитка; общая минерализация таких вод хлоридно-натриевого типа не должна превышать 4–4,5 г/л, гидрокарбонатного типа – 6 г/л.

Минеральные воды – это сложные многокомпонентные растворы. Разные воды как раз и отличаются друг от друга различным набором компонентов и их количеством. В зависимости от соотношения анионов и катионов минеральная вода может быть кислой, щелочной или нейтральной. Кислая и щелочная воды действуют на желудочно-кишечный тракт различно, что и определяет режим их употребления при различных заболеваниях.

Наличие в минеральной воде растворенных газов – еще одна существенная особенность ее лечебного действия. Если в ней много углекислого газа, она считается углекислой; если сероводорода – сероводородной; если азота – азотной. И чем больше газа, тем больше специфическое лечебное действие. Так, содержащийся во многих минеральных водах углекислый газ стимулирует двигательную и секреторную активность желудка и кишечника, что полезно при заболеваниях, для которых характерны сниженная желудочная секреция и вялая перистальтика кишечника.

Однако есть некоторые общие свойства и особенности действия минеральных вод. Минеральная вода – сильнейший раздражитель слизистых оболочек и систем желудочно-кишечного тракта. Вот почему ее чаще всего используют для лечения заболеваний органов пищеварения и выводящих систем. Уже при попадании такой воды в ротовую полость усиливается отделение слюны, ферментов, рефлекторно изменяется двигательная и секреторная деятельность же-

лудка, кишок.

Минеральные воды применяют также в виде полосканий, промываний, ингаляций, орошений, клизм, при этом через кожный покров и слизистые оболочки происходит частичное усвоение самой воды и веществ, в ней растворенных. Влияние минеральных вод на организм очень сложное, и рекомендовать их к применению может только опытный специалист-курортолог после тщательного микроанализа всех жидких сред пациента.

Необходимо отметить, что простое воспроизведение состава минеральной воды в лабораторных условиях не дает целебного эффекта.

Минеральные воды искусственные

Искусственными обозначаются пресные воды, изготовленные с помощью технологических методов с целью имитации химического состава природных минеральных или других вод. Искусственные минеральные воды получают добавлением в обычную или дистиллированную воду химических компонентов (солей магния, калия, натрия, йода и др.), присутствующих в натуральных минеральных водах в таких же процентных концентрациях. Примером таких вод являются искусственно минерализованные воды известных производителей «Боржоми», «Нарзан» и «Ессентуки» с тем отличием, что на бутылках стоит надпись «Искусственно минерализованная вода».

Искусственные минеральные воды, близкие по составу к естественным, готовят из химически чистых солей. Их широко применяют в больницах, поликлиниках и местных санаториях, главным образом для приготовления углекислых, сероводородных, азотных, радоновых, йодобромных, хлоридных, натриевых и других ванн.

Минерализованная вода

Это дистиллированная вода, в которой настаивались листья (ботва) овощей: моркови, петрушки, репы, свеклы, сельдерея и т. п. Такая вода изготавливается следующим образом: маленькими кусочками нарезают «вершки» овощей и замачивают их в дистиллированной воде на ночь, утром воду процеживают и пьют. За ночь вода впитывает «определенные магнетические силы», ранее поглощенные растениями из солнечных лучей, и различные минеральные соли и частицы. Вкус такой воды – освежающий.

Молочная вода (сырная вода)

Это вода (молочная сыворотка), отделившаяся от молока в процессе скисания. Содержит много полезных ферментов. Сама вода сыворотки структурирована, поэтому на ее основе рекомендуется делать ферментные настойки растений (по методу Болотова) или диетическую сырную воду (по Бородину).

Молочная вода по Болотову готовится путем наста-

ивания (сбраживания) в сыворотке лекарственных растений – чистотела, тысячелистника, зверобоя, т. е. получается квас на основе сыворотки. Она готовится следующим образом. В эмалированную посуду налейте кефир, простоквашу или ряженку. Поставьте эту посуду в более широкую емкость с кипящей водой (на водяную баню). Продолжайте тепловую обработку. Когда творог всплывет, разрежьте его и в этот разрез засыпьте мелко нарезанные нейтральные овощи (любые, какие есть под рукой), лук, чеснок и прогрейте на водяной бане еще 5–25 минут. Потом засыпьте капусту, крапиву, редис, петрушку, сельдерей, листья липы, березы, репы, свеклы, пастушьей сумки и др. и нагревайте еще 1–6 минут. Отделите жидкость от всего твердого.

Существует упрощенная эрзац-технология, приемлемая для стесненных (например, больницей) условий. В банку объемом 1 л заливают 0,5 л кисломолочных продуктов. Затем засыпают любые нейтральные овощи, свежие или сушеные (например, капусту, укроп, редис, петрушку и др., последним кладут измельченный лук). Эту смесь заливают 0,4 л кипятка. Через 5–10 минут можно выпить верхнюю часть жидкости. По составу она соответствует диетической сыворотке строгого варианта технологии. Можно повторно залить кипятком смесь овощей и кефира, но на этот раз перемешайте верхнюю часть смеси, чтобы произошла необходимая реакция в новом слое овощей и кефира. Смесь настаивают 30–40 минут и принимают, как и при первичном сня-

тии сыворотки.

Эта вода используется при язвах мочевого пузыря, отеках век, мигрени, водянке, застарелой лихорадке, злокачественных язвах.

Морская вода

Огромный слой соленой воды, покрывающий большую часть Земли, представляет собой единое целое и имеет примерно постоянный состав. Мировой океан огромен. Его объем достигает 1,35 миллиардов кубических километров. Он покрывает около 72 % земной поверхности. Почти вся вода на Земле (97 %) находится в мировом океане. Приблизительно 2,1 % воды сосредоточено в полярных льдах и ледниках. Вся пресная вода в озерах, реках и в составе грунтовых вод составляет лишь 0,6 %. Остальные 0,1 % воды входят в состав соленой воды из скважин и солончаковых вод.

Ионные вещества, содержащиеся в морской воде в концентрации выше 0,001 г/кг (1 млн. д.) по весу:

Хлорид-ион – 19,35 г/кг.

Ион натрия – 10,76 г/кг.

Сульфат-ион – 2,71 г/кг.

Ион магния – 1,29 г/кг.

Ион кальция – 0,412 г/кг.

Ион калия – 0,40 г/кг.

Диоксид углерода – 0,106 г/кг.

Бромид-ион – 0,067 г/кг.

Борная кислота – 0,027 г/кг.

Ион стронция – 0,0079 г/кг.

Фторид-ион – 0,001 г/кг.

Морскую воду часто называют соленой. Под соленостью морской воды понимают массу (в граммах) сухих солей в 1 кг морской воды. В пределах мирового океана соленость колеблется от 33 до 37, в среднем ее можно считать равной 35. Это означает, что в морской воде содержится приблизительно 3,5 % растворенных солей. Перечень элементов, содержащихся в морской воде, очень велик, однако концентрация большинства из них очень низка. Среди веществ, содержащихся в морской воде в несколько меньших концентрациях (от 1 млн. д. до 0,01 млн. д.), имеются азот, литий, рубидий, фосфор, йод, железо, цинк и молибден. В морской воде обнаружено не менее 50 других элементов в еще более низких концентрациях.

С тех пор как люди стали следить за составом океанической воды, он остается неизменным. Постоянство состава воды в мировом океане свидетельствует о равновесии между процессами поступления и удаления воды. В океаны постоянно втекает речная вода, которая имеет совершенно другой минеральный состав, чем океаническая вода. Например, выветривание горных пород приводит к появлению в речной воде алюминия, кремния, железа или кальция. В морской воде эти элементы постепенно включаются в биологический цикл или удаляются из нее в результате осаждения. Поэто-

му среднее содержание многих элементов в океанической воде устанавливается в результате равновесия между скоростью процессов поступления этих элементов в морскую воду и удаления их из нее. Этим и объясняется более или менее постоянный состав океанической воды.

Океан является огромной кладовой воды и многих химических веществ. В каждой кубической миле морской воды содержится 1,5–1011 кг растворенных твердых веществ. Океан столь огромен, что если концентрация какого-либо вещества в морской воде составляет всего одну миллиардную долю по весу, то его содержание в мировом океане исчисляется в 5–109 кг. Тем не менее, океан еще мало используется как источник сырьевых ресурсов, поскольку стоимость извлечения необходимых веществ из воды слишком высока. Лишь три вещества получают из морской воды в промышленно широких масштабах: хлорид натрия, бром и магний.

Высокая концентрация солей делает морскую воду непригодной для питья и для большинства других целей.

То, что мы называем морской водой, представляет собой сложную систему, содержащую различные вещества в растворенном и взвешенном состоянии. Структура и поведение этой системы предопределены свойствами самой воды и всех природных объектов, с которыми она взаимодействует. Морскую воду внутрь, за исключением специальных процедур, не употребляют. Она вредна для желудка и вызывает послаб-

ление, но хорошо растворяет и выводит слизь. В древнеиндийских трактатах отмечено, что питье морской воды дает удобу, но полезно при водянке и параличе. При внутреннем применении морской воды в больших дозах она вредна для желудка, является причиной появления язв в кишечнике, вызывает жжение при мочеиспускании, чесотку и понос.

Лечебное действие наружного потребления морской воды широко известно и применяется повсеместно.

Мыльная вода

Вода, в которой растворен мыльный порошок. Используют в основном для промывания ран.

Мягкая вода

Самая мягкая вода вообще не содержит растворенных солей кальция и магния. В природных водоемах такая вода не встречается. Получить воду, практически не содержащую солей, можно различными способами, например, путем перегонки, или дистилляции. Этот метод основан на следующем: вода при кипячении испаряется, пары улавливаются, конденсируются (т. е. вновь превращаются в жидкость) и таким образом образуется вода с пониженным содержанием растворенных веществ.

При умывании мягкой водой создается впечатление «несмываемости» мыла, кожа остается скользкой, как бы намыленной. Это явление связано с тем, что после удаления

из воды солей жесткости уже не образуются «мыльные шлаки», которые уничтожают тончайшую жировую пленку, покрывающую поверхность здоровой кожи и защищающую ее от вредных внешних воздействий. Именно эта пленка и дает ощущение скользкости. Это очень полезно, и поэтому косметологи рекомендуют умываться и мыть волосы дождевой или талой (а значит, очень мягкой) водой.

Однако не следует думать, что такая вода полезна во всех случаях ее применения. Мягкой водой действительно хорошо мыть волосы, в ней полезно купаться, принимать различные водные процедуры, но регулярно применять ее внутрь нежелательно – она содержит недостаточное количество минеральных солей, что грозит ломкостью костей, кариесом, понижением общей сопротивляемости организма, а у детей употребление мягкой воды может привести к развитию рахита. Недостаток кальция в организме опасен заболеваниями опорно-двигательной системы, а недостаток магния провоцирует инфаркт миокарда.

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.