

тропинка к здоровью



Валентина Травинка

# ГОЛУБАЯ ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА ГЛИНА

3-е издание



 ПИТЕР®

# Валентина Травинка

## Голубая целительница глина

### Серия «Тропинка к здоровью»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6060060](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6060060)*

*Голубая целительница глина. 3-е изд.: Питер; Санкт-Петербург; 2013*

*ISBN 978-5-496-00250-9*

### **Аннотация**

Тысячи читателей книг Валентины Травинки, пользуясь ее рекомендациями, смогли поправить свое здоровье, излечиться даже от тех недугов, перед которыми врачи давно опустили руки. Особенно много поразительных результатов лечения глиной: «Представляете, у меня прошли шпоры!..», «Я ставила по Вашему совету аппликации, и у меня исчезли высыпания на коже!», «Всего один сеанс, и у меня перестал болеть зуб!..» Накопив огромный опыт лечения глиной, Валентина Михайловна посвятила глинотерапии отдельную книгу. Раскройте ее, и добрые знания «бабушки Травинки» помогут вам: – избавиться от подагры и суставных болей; – исцелить псориаз и кожные высыпания; – разгладить морщинки и сделать кожу нежной и гладкой; – очистить организм от гадости, которая в нем накопилась; – вылечить многие недуги, которые вам мешают.

# Содержание

Отрывки из писем, которые я писала из испании моим читателям (вместо предисловия)	4
Глава 1	17
Глава 2	27
Конец ознакомительного фрагмента.	31

**Валентина  
Михайловна Травинка  
Голубая  
целительница глина**

*Посвящаю моим читателям, тем, кто любит  
меня, кто помнит, кто рядом со мной, когда меня  
предают...*

**Отрывки из писем, которые  
я писала из испании моим  
читателям (вместо предисловия)**

...Потом все остальные части тела стали вроде бы мне подсказывать, что именно запаршивело в них. Ничего себе! Что это я не могу свободно, как еще недавно, пальцами ног шевелить? И почему они стали толстыми, как сосиски, ни с того ни с сего, за какие-то пять-шесть дней?! А про то, чтобы стать на цыпочки, и речи быть не может!!

Господи, позвоночник-то мой многострадальный стал не по дням, а по часам словно бы тяжелеть, будто на него кирпичи накладывать начали... Складки «железобетонные» возле

наросли, не ущипнешь, и до того болезненные...

Создавалось такое впечатление, что как раз туда, в эти отвисающие по бокам довольно некрасивые бурдюки, и направлялись те куски мяса, что я поедала, наслаждаясь широко известным в мире шведским столом. Их же не было до отъезда в Испанию, я прекрасно помню, потому что примеряла купальник и в кои веки посмотрела на себя в зеркало, проверяя, не слишком ли он оголяет тело. Неужели поджарые, сверххудощавые шведы смогли такое придумать?

Просто погибель пришла! Я, надо сказать, всегда терпеть не могла свое временное прибавление в весе, сразу чувствуется тяжесть в желудке, да и в других местах дискомфорт...

Про цвет лица умолчу, не стану говорить, как и о морщинах, которые, вопреки законам физики, стали этак нахально прорезать мое изрядно пополневшее лицо. Одним словом, никакого натягивания кожи вовсе и не произошло, потому как обжорство никому красоты и свежести еще не приносило.



Под занавес сообщу вам этакое, что кое-кто и вздрогнет, те, которые мучаются годами от одной довольно распространенной болячки. Так вот, милые мои дамы и господа, поутру не смогла встать на пятки, такая резкая боль пронзила их при первом же моем шаге.

Начала их самосильно растирать, чтобы преодолеть боль и добраться до заведения, которое посещают люди, как

проснутся. Да, да, шпорочки выросли как на дрожжах тесто, словно по щучьему велению, на обеих моих пяточках и стали меня терзать каждодневно. А ведь, как вы помните, я их давненько еще изъяла при помощи глины, дополнительно делала примочки из старой урины.

Мало того, и на свой третий этаж я теперь едва-едва дошагиваю. Это уже бедствие, потому что приходится раз по десять подниматься в свой номер, то с пляжа, то с завтрака, то с прогулки, то посушить купальник, то еще что. Так вот, мне это дается теперь с трудом. Но вы же прекрасно знаете мое отношение к подъемным механизмам типа лифта. Я считаю, что они придуманы нам во вред, потому как лестницы и марши для нас наилучшие спортснаряды, для них не надо строить спортзалы и изыскивать время среди нашей глобальной занятости.

Никогда прежде меня не удручала неисправность лифтов, а теперь я нет-нет да и встаю в очередь, чтобы проехаться в кабиночке. Стыдоба какая!

Как же быстро откликается наш организм на все, на хорошее и на плохое, думаю я в тоске. Я едва-едва переставляю ноги, потому что коленки напрочь задубели и не желают, вняв команде, идущей из головы, сгибаться и разгибаться как положено! Одним словом, откликнулись и коленки на вышеупомянутый столик, пришедший на землю Андалусии из Скандинавской страны.

Исходя из вышесказанного, если предложить ему (орга-

низму, стало быть) нечто совсем обратное перееданию, то и это он воспримет с неменьшей готовностью и незамедлительно приступит к действию, то бишь к очищению. Возьмите-ка на заметочку, дорогие мои, данные сведения и не забывайте о величайших наших возможностях восстанавливать баланс в теле.

Конечно, обратный ход всегда более труден и иной раз опасен. Видели, как машина идет задом, да? Очень осторожно и медленно, а то ведь и наткнуться на что-то можно. Будьте потому повнимательнее при исправлении ошибок, хорошо?!

Кажется мне, что и сами болезни начинаются оттого и по той причине, что мы порой не в состоянии уловить предельный момент, не слышим голоса подковки, которая кричит нам «караул!»...

Одним словом, постараюсь выдюжить, выдержать до конца испытание, чтобы результаты его (испытания, эксперимента) были наилучшими. Как вы знаете, все относительно в нашем мире, и тут более уместно слово «наихудшими», критическими то есть...

Конечно, я по утрам прислушиваюсь, чтобы не пропустить словечко, возникшее внутри («караул», значит), потому что уверена: недослышишь разок-другой-третий, и баста, диабет схватит тебя за белые ручки, как говорится.

Не знаю, не знаю, что имеет сказать медицина по этому поводу, но мои наблюдения за публикой, которая валя-

ется-загорает здесь на лежаках, сдвоенных из-за недостатка площади для тела, которое возлежит на них, на подстилках и просто на песке кверху брюхом, свидетельствуют о том, что я близка к истине в своих предположениях о возникновении данной хвори, а упомянутая публика – к появлению у определенной части ее именно данного недуга...

Я бабушка дотошная, как вы знаете, и частенько беру свою железку-помощницу (ту, что на ниточке, значит), чтобы проверить свои подозрения и еще раз убедиться в их достоверности, то есть какой именно орган у отдыхающего пребывает в глубокой хандре, не справился, стало быть, с возложенной на него задачей – переваривать обилие съеденного и раскладывать все на полагающиеся по физиологии места, а не в бока, скажем, которые из-за того и обвисли зримо.

И что же? Мои визуальные (на глазок, значит) наблюдения вполне подтверждает маятник. Точно, точно, поджелудочная железа пыхтит, из сил выбивается. Многое она уже сумела отложить в окорока, в талию бывшую, в зад (простите меня за не особенно культурное выражение), который едва-едва вмещается на легкий пластмассовый стульчик, где вечером сидит испытуемый – ну тот, кому на одинарном лежаке было не поместиться.

Да, да, железа очень устала, ей и не хочется вовсе кидать непереваренную пищу на сердце, но выхода нет. Конечно, она старается помочь человеку, принимается ныть-болеть, но, увы, не слышит разумное существо... Оно деньги счита-

ет-подсчитывает и, выяснив, что их хватит, снова стремится приобрести и поглотить что-нибудь вкусненькое. Подумашь, натоптыши мешают ходить, размышляет гомо сапиенс, зато какая выпечка в здешних краях! Зашибись!



Чего только не придумывают испанские кулинары!  
Масла не жалеют, пряностей тоже, миндаля у них леса и

перелески, земли не видать из-за деревьев, на которых созревают орешки. Вкуснота!

Кого же мне так здорово напоминает тот, кто едва поместился в кресле?.. Особенно могучей, вернее, невиданных объемов шей, вон и подбородок даже не двойной, а чуть ли не тройной...

Ба! Конечно же, именно такими и были разжиревшие не в меру римские патриции, стало быть, сливки те самые, которые всерьез считали (о том имеются исторические записи!), что массаж, скажем, – привилегия богачей, а презренные рабы не имеют на то права. Странно, странно, а нужно ли было вообще такое право тощим, работой изнуренным рабам? Зачем им, спрашивается, массаж, когда у них кожа да кости от непосильного труда? Как раз богатеям с обильными телесами он только и нужен, просто необходим был...

И с чего они так увлеклись-занялись едой-пищей безмерно? Почему осели на широченных ложах-тахтах и до того долежались на оных, что стали не способны обеспечивать физиологические потребности красивых голых рабынь, которых им предлагали для услады утром и к вечеру?! Вот чудачки-то...

Однако что-то я сильно закивала на Ивана да Петра, а бревно-то ведь завелось в моем собственном глазу. Расписываю красочно окорока на боках древних римлян, хотя мне экстренно надо свои тереть-растирать!

Если вы не забыли, читая мои претензии к излишне рас-

полневшим патрициям, то я все еще нахожусь в эксперименте, и поскольку затрагиваю довольно веселые темы, вы догадываетесь: пока что я не стала жертвой его (эксперимента). Конечно, рядом нет римлян, зато, как я уже упоминала, сколько угодно весьма ожиревших господ обоего пола, так что во все века, и в теперешний в одинаковой степени, человек поддается соблазну вкусить чего-либо пожирнее-посытнее. Особенно детишек жаль. Я, признаться, не думала, что и в этих местах люди столь опрометчиво относятся к своему чаду, к его здоровью то есть.

Сейчас давайте устроим небольшой экскурс в медицинскую науку. Хотя еще наш поэт-демократ Николай Алексеевич Некрасов в своей поэме «Кому на Руси жить хорошо» получше всяких научных светил установил, отчего есть-пошла подагра та самая, которая, как я уже чувствую, начинает сковывать мои кости и мышцы. Итак, он определил и поэтически отразил истоки данной хворобы. Главной же его заслугой было установление факта, какая именно часть населения земли склонна страдать этой самой хворобой. Помните поэму? Напомню. Оказывается, подагра – болезнь богатеев. Представляете?

Правда, по последним научным изысканиям на данную тему сделано заключение, что оная подагра – болезнь творческих людей. Каково? Причем приводятся сногшибательные примеры, перечислять их нет смысла, потому как чуть ли не у всех великих людей нашего и других континентов

была констатирована эта злостная болячка. И с таким заключением можно согласиться. Творческие люди мало бегают, на месте больше сидят... И все же пора вернуться к моим собственным органам и частям тела, потраченным этой самой хворью, поскольку проявление ее на руках-ногах можно считать главным ущербом, который мне нанес знаменитый шведский стол. Снова приглашаю читателя несколько часов побыть со мною, так сказать, в моей шкуре, в тот самый момент, который назовем критическим. Как вы знаете, мне хотелось довести эксперимент до логического конца. Опишем итоги первой недели, поскольку они уже имелись в наличии.

В последнюю ночь первой недели начался тяжелый приступ колита. Я проснулась в холодном липком поту и поняла, что вот-вот наступит решительный поворот в моей *биографии*, то есть если сказать проще, то чертить-писать будет уже не о чем, поскольку первая часть слова, «био», близка к исчезновению из обихода. Потом стало сводить судорогой ноги, что в данном случае подтвердило обычное пищевое отравление на почве объедания.

Да, удар по желудку, печени и всему тракту был чрезвычайно сильным, и потому-то во вторую неделю стали одно за другим появляться следствия, то в одной части тела, то в другой. Сто лет у меня не болел желудок, теперь и он хандрит. Я уже забыла, как ноет печень, но принялась и она напоминать мне о себе каждую ночь (в три часа!). Лет десять, как кончились запоры, теперь и они снова стали портить цвет ли-

ца. Одним словом, все что могло, разбалансировалось-возбудилось.

Ну вот, дорогие мои, мы вместе разыскали причины и следствия. Приеду домой, – дала я себе зарок, – сажусь на голодный паек. Сухарики диетические и чаек утром, вечером и днем, и ничего более. Тем самым я изыму причину, а что касается следствий, застрявших во всех органах и обьявившихся, как я уже писала выше, на многих частях тела наружно, то их надо было срочно ликвидировать. И тут мои надежды были только на врачевательницу волшебной силы – глину.

Поэтому-то я и отложила книгу о детях, а принялась за написание данной, поскольку много фактического материала для создания рукописи (хворей, стало быть) гнездилось внутри моего собственного организма. Да и вообще я обычно рассказываю о том, что сама пережила либо чего сама добилась, помогая другим.

Только не думайте, пожалуйста, что мои страдания не имеют никакого отношения к вам. Отнюдь! Как раз невольное вхождение в небезопасный, как оказалось, эксперимент имело подспудной целью (по наитию, значит) доказать, сколь небезвреден для здоровья прием пищи сверх того, что нашему организму требуется. Да, у меня получился ускоренный во времени процесс, но и замедленный, каждодневное в течение нескольких лет, а то и десятилетий превышение нормы еды в конце концов приводит к тому же результату, дру-

зья мои, к болезням.

Так, так, чувствую издали, как накаляются страсти в груди у кого-то. Что же она придумывает, лапшу нам на уши вешает наша Травинка, а?! Да сейчас денег у многих на эту самую еду вовсе нет, а она о переедании.

Однако умерьте пыл, мои милые оппоненты. У моей мамы во время блокады прошли сверхсерьезные заболевания, и они более не возвращались! Я уверена, что не только с нею, но и со многими другими мамами, папами, тетями и дядями произошло подобное...

Как-то в разгар перестройки я попросила у одного известного в Питере доктора в долг энную сумму, сказав при этом, что я, видите ли, за чертой бедности в данный момент. И знаете, что он ответил (дав мне в долг): «Вы за чертой глупости, Валентина Михайловна. Извините, но это факт!»

Да, он был прав, и я вполне с ним согласна, и если вернуться к нашим рассуждениям, что есть превышение, то можно утверждать: организму для жизнедеятельности и для жизнерадостности нужны микродозы, а мы употребляем не то что макродозы, а килограммы, вот это и является превышением в тысячу и более раз!

Сейчас же мы приступим к восстановлению того, что мы сами, собственноручно по своей неразумности и рушим в организме (читайте предыдущие страницы об испанском эксперименте). Естественно, не только превышение норм еды ведет к хворям, но и любое другое превышение. Как только

мы заметно удаляемся от золотой середины, меры во всем: в еде, в развлечениях, в наслаждениях, в беге либо в отдыхе, так сразу же, в иных случаях, правда, постепенно, и нарушается баланс, тот самый, что держит нас на плаву в реке жизни.

Итак, в путь, мои дорогие, ведущий нас к избавлению от хвороб, поскольку, как писал Поль Брэгг, болеть – это не значит жить. Прекрасные слова! Одно можно добавить к ним, вернее, продолжить мысль: жить – это значит радоваться!

# Глава 1

## Целительница российская глинушка

Ну вот, побывали мы в стране далекой Испании, познакомились с аборигенами, а также с теми, кто туда прибыл на отдых, подвели итоги, выяснили, что и у них проблем да забот немало, что и они, многие из них, не особенно-то берегут свое здоровье, поскольку их пока что петух не клюнул (знаете куда, да?).

Одним словом, вы из моих писем многое узнали, а кое-кто с моих знакомцев просто портрет может списывать свой собственный, это касается толстяков, к примеру. Каким-то читателям мои басни о других тетях и дядях внесли тревогу в сердце: права, мол, бабушка наша Травинка на 100 процентов. И точно, мы неразумно действуем, ведь она на опыте своем, войдя в эксперимент, показала, как губит человек сам себя, когда разгораются его аппетиты при наступивших благоприятных условиях...

Однако что тут печалиться-горевать, если я вам сейчас стану рассказывать о том, как выйти из кризисной ситуации, ежели кто-то из вас переступил черту разумного, по отношению к еде, скажем. Конечно, вам, когда вы еще только познакомились с оглавлением-содержанием, показалось стран-

ным, неужто снова эта голубая глина, неужели она еще что-то смогла починить в организме человека. Да, да, мои милые, все она, та же голубая волшебница принялась лечить-вылечивать такие хвори, что у меня самой мурашки по спине бегают, когда я итоги-результаты вижу от ее воздействия. Вот уж точно подмечено: все гениальное просто. Чего уж проще: берем из земли некую часть под названием глина, и она ни с того ни с сего становится просто-таки панацеей от заболеваний, над которыми ломают голову – и копыя тоже – многочисленные отряды отечественных и зарубежных эскулапов, но, увы... Конечно, я тут могу добавить, перед тем как начать описывать ее борьбу с болячками всяческого рода и вида, что и сама я стала довольно творчески и, я сказала бы, с предельным уважением относиться к ее возможностям, почему и добилась некоторых успехов в глинотерапии, я думаю.

Действительно, каждый раз, когда появлялись какие-то видимые успехи в лечении, я начинала раздумывать, почему же мне это удалось. И пришла к выводу, немало меня поразившему.

Глиночка то, пролежавшая в земле тысячи, а то и более лет не востребованной, не замеченной теми, кто ходит-бродит по ней либо рядом с нею, видимо, была польщена таким вниманием с моей стороны, а посему и стала мне открывать один секрет за другим.

Конечно, вам показался данный вывод несколько абсурдным, да? Но я ничем иным не могу объяснить тот непрелож-

ный факт, что загадки стали отгадываться сходу, во всяком случае, я начала оперировать свойствами глины как-то за-просто, будто заранее знала, что именно она мне еще хочет подсказать.

Ну, все, мои дорогие, я вас напрочь заинтриговала, а поэтому уже со следующей странички начну вам сообщать о случайностях, которые стали превращаться в случаи, то есть в фактический статистический материал на тему «Использование отечественных глин в борьбе за здоровье человека», – выразимся научно и солидно, потому как свойства целительницы-глинушки вполне того заслуживают.

А сейчас мне хочется дать вам несколько практических советов, чтобы потом вы не сетовали: ах, мы не знали, ох мы не успели, увы, все замерзло, не отколешь ни кусочка, а глины надобно много... Наш главный редактор несказанно обрадовался, когда я пообещала, что поднапрягусь, но сдам рукопись задолго до заморозков, чтобы люди сумели почитать, принять к сведению, а главное, запастись исходным материалом для глинолечения на дому.



Так что скажем ему большое спасибо за то, что сразу усмотрел он в бабушке полезного для народа автора и взялся печатать-издавать ее книжечки ну просто молниеносно. Он, конечно, уже понял ваши чаяния, поскольку многие звонят в издательство, хотят встретиться со мною, интересуются, когда выйдет следующая моя книга. Итак, совет первый и самый необходимый. Ищитенаходите голубые пласти, запасайтесь вышеупомянутым материалом впрок, на всю зиму, чтобы от многих болячек заблаговременно избавиться, чтобы они не переходили в опасную форму, чтобы изымали вы сами то, что вам совершенно не нужно, то есть всякие опухоли, воспаления, кисты и тому подобное.

Повнимательнее перечитайте, как усилить глину при по-

мощи солнышка, сделайте ее еще более действенной и могучей, чтобы, когда вы станете разыскивать в моих описаниях свои собственные симптомы, вы бы уже были во всеоружии, сразу бы и принялись за изничтожение «минусов», тогда они у вас превратятся в свою полную противоположность, то есть в плюсики, поначалу всего скорее неуверенные, а затем и в настоящие, четкие, в те самые, которые вам скажут: все в порядке, ушла грязь, то есть болезнь (помните, что болезнь есть не что иное, как грязь, попавшая в организм, да?).

Не забудьте проверить глины, которые вы решили набрать, чтобы зря не тратить силы на перевозку их. Снова гачкою. Навели на пласт, стала она к вам весело приближаться вместе с ниточкою, и чем дальше вы отходите от пласта, тем все круче. Отсчитали метров восемь-девять, и баста. Годится! Прекрасный лечебный материал нашли. Только тогда и везите ее на тележке или на машине к себе домой.

Последний совет такой. Он тоже из практики. Своим опытом поделилась моя хорошая знакомая. Помещение у нее маленькое («хрущевка»), куда глину деть – проблема. И тут она обследовала свой подвал, куда вход с лестницы, и обнаружила, что там места хватит не на одну грузовую машину. Расчистила уголок, что рядом с лестницей, которая ведет в тот подвал, постелила досок, и все, – готово хранилище.



Было бы неплохо, чтобы соседи не заинтересовались вашими действиями, злых людей немало, как знаете. А так, как-нибудь вечерком и внесите первую порцию в ваши запасы, потом в другой день... Она позвала однажды друзей, и меня в том числе, мы посидели допоздна, попели-побеседовали, а когда народ утомился, улегся отдыхать, мы и принялись за работу. Конечно, неплохо бы открыть тайну своих помыслов самому низкому чину из начальников, то бишь дворнику. Подарите мою книжечку, расскажите о чу-

десной помощнице, которую вы хотите упрятать в подведомственное ей помещение. Я считаю, что вариант не из плохих. Впрочем, проявите максимум находчивости во имя своего собственного здоровья и хорошего самочувствия домочадцев. Вы уже знаете, что надо запастись марлей или широкими бинтами, множеством простых и шерстяных тряпочек, чтобы они всегда были под рукой, если вы решили сделать в какой-то день аппликацию.

Все эти подсобные материалы надо всегда простирывать после использования, просушивать и держать в мешочке, чтобы не суетиться, не нервничать, чтобы понапрасну не тратить время, которого и без того постоянно недостает.

Почему я так подробно вам все это объясняю? Не догадываетесь? Я ведь прекрасно изучила вашу психологию, друзья мои. Не сразу разыскали тряпицу, ушло время? Лучше завтра... правильно, лучше завтра, чем сегодня. Тут к вам подкрадывается наша давняя приятельница, неряшливая дамочка средних лет по имени

Лень, которая сразу же и начинает вам нашептывать: «Ложись-ка, голубушка моя, в постельку, вон и муженек тебя поджидает!»

Вы тут же разомлели, сразу же и из головы выскочило, что у вас давно что-то в низу живота побаливает, да и в груди нечто вроде шарика кататься начало. Назавтра дел невпроворот, и вот вы уже и запустили свою хворобу, которая вам не раз говорила: «Болею-болею, полечи же меня, милочка моя,

помоги мне и себе заодно!...»

Да, родные мои люди, все наши неприятности, а то и хворобы начинаются как раз по той самой причине, что мы не умеем себя слушать. Дядю, тетю, подругу, колдунью – пожалуйста, сколько угодно. Молока надо выпивать в день по полтора литра – с удовольствием, лавровый лист заваривать и принимать – морщимся, но пьем, подорожник по три раза перед обедом – не забудем.



Одним словом, советов, которые нам дают «знающие» люди, не перечесть, и мы бегом стремимся их выполнить; неважно, что с первой ложки какого-либо якобы сверхполезного настоя наша печень просто кулаками стучит в правое подреберье, поскольку сказать выразить свое возмущение иначе она не в состоянии.

Но мы стойко продолжаем все делать по указанной схеме, исполнять, не отступая ни на шаг. И никакие сигналы наших органов изнутри зачастую не способны нас остановить. Вот, скажем, все знаем, что переедание вредно, что любой лишний кусок обернется настоящим ядом, но, увы, – «пузо лопни, но добро не пропади». К данной теме мы еще вернемся в связи с испанским экспериментом (вы уже читали о моем приобщении к шведскому столу и о том, что из того вышло).

Не думайте, что мои первые усилия по излечению собственной хвори не связаны с тем, о чем я только что писала. Отнюдь. Это, можно сказать, вхождение в тему. Конечно, в данном конкретном случае я сама себя и корю, словами разными малокультурными называю, поскольку и на старуху бывает проруха. Итак, сразу же начнем с той моей болячки, которую я, как приехала из Испании, так буквально на третий день и принялась изничтожать, поскольку сильно заболела. Итак...

## Глава 2

# Как я расправилась с воспалением легких

Вижу, вижу, усмехаетесь и размышляете примерно так, прочитав заголовок: как это бабушка Травинка сумела схватить воспаление легких, да еще в Испании, о которой она ведет речь, там ведь люди в обморок от жары падают; вот недавно сообщали, что и совсем худое с ними приключается на том солнышке... Правильно и очень грамотно рассуждаете, милые мои сограждане. Но коль скоро удивились вы (как сумела схватить...), то все опишу более подробно. Читайте-читайте, очень даже полезно узнать, как я «дошла до жизни такой»: в том солнечном краю, в котором даже ночью народ в отелях включает кондиционеры, воды без кусочков льда не в силах выпить.

В первый же день, как вышла на пляж, так сразу же и ринулась в морские просторы, поскольку люблю воду и глубину, конечно же. Плыву это я, голова под водою, ножками мельтешу... И вдруг пронзительно ощущаю: течение-то холоднющее! Через минуту-другую (вынула голову и снова ее в воду погрузила) разумная мысль меня посетила: надобно грести к берегу, а то в такой холодюге и менингит можно заработать... Вылезла, зуб на зуб не попадает, сделала пробежечку

и вижу, что купающихся-то раз, два и обчелся.

Странно... Детишек мамаша прямо в махровые полотенца преогромные сразу прячут, как только те поплескаются возле берега. Губешки у них синие, однако...

Казалось бы, картина ясная, можно было бы сделать определенный однозначный вывод, правда? Но, увы. Завтра, послезавтра и в последующие дни я снова ныряю в студеную, без преувеличения, морскую глубину, и опять же с головкой, поскольку именно так люблю плавать где бы то ни было.

Купаюсь и выводов разумных не делаю, выводов не делаю и купаюсь... Частенько меня берет озноб, и не только при выходе из моря. Но снова мозговые клетки, как говорится, ни с места долой: видимо, застыли от этакой прохлады, думать здраво потеряли способность.

Теперь я, перед тем как окунуться, долго хожу по мокрому песку, что нелегко. Делаю километров пять, от мола до мола и обратно, но, как ни удивительно, дойдя до края морской полосы у мола, что слева от нашего отеля, я не горю желанием освежиться. Хотя устала, разогрелась от быстрой ходьбы, да и светило высоко поднялось.

Стою и смотрю вдаль, в сторону Гибралтара, как я позже установила, за которым начинается Африка, а чуть правее – Атлантический мировой океан. Да, так вот стою и стою, якобы любясь морской далью, а на самом деле готовлю себя психологически к очередному омовению.

Влезать в воду категорически не хочется, чувствую все-

ми фибрами своей души, как говорится. Но я упорно ожидаю момента, когда глупый разум даст команду: купнись же! Неужто отойдешь? Далее мысли работают в таком направлении. Тебе путевку родное издательство подарило в такую поистине экзотическую страну, на такое (Средиземное, между прочим) море, а ты дрейфишь. Да это же целебная вода, в ней на каждый кубический метр до пуда всяческих солей... Лезь немедленно, трусиха! И трусиха рассекает волну своей глупой головой и плывет. Плывет до тех пор, пока не только вышеуказанная часть тела, но и все оно в целом начинает заметно холодеть. Снова где-то в глубине подсознания кто-то едва внятно – верно, охрип оравши, – шепчет о возможности воспаления важнейших органов. Но, увь, упрямая мысль, засевшая над подкоркой, видимо, перебивает слабый голос: ничего, перетерпишь, надобно использовать подарок на всю катушку (вроде того шведского стола, от которого у меня чуть было совсем не отказал желудок, если вы припоминаете).

Таким образом, все десять дней (четыре, слава богу, не купалась, поскольку ездила на экскурсии) побеждал он, настырный, тот самый, от которого одно горе, во всяком случае, неприятностей не оберешься, если будешь только ему, уму, стало быть, подчиняться.

Наконец прибыла в родные места, а тут приятельница в Воейково позвала: озеро теплое, коричневое, вода ласковая, дна не достать. Как глянула я на мои милые березки, что ото-

рачивали лесной водоемчик, которых не видела ни единой целых две недели, так сразу и стала одежду скидывать с себя.

Чуть ли не час плавала на середину и обратно. В это время скрылось солнышко, поднялся ветер, так что на берегу меня встретила совсем иная атмосфера, нежели в Испании, как вы понимаете. Едва-едва в брючки дрожащие ноги засунула, о костре стала мечтать, которого и зажечь нечем было...

Теперь вы поняли, почему у меня началось воспаление легких, и притом двустороннее, да? Можно сказать, в одном легком отразился холод атлантической волны, а в другом – северный ветер. Хорошенькая история! И ведь если разобраться как следует в данной ситуации, то иначе как дуростью и не назовешь причину заболевания, вам не кажется?

# 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.