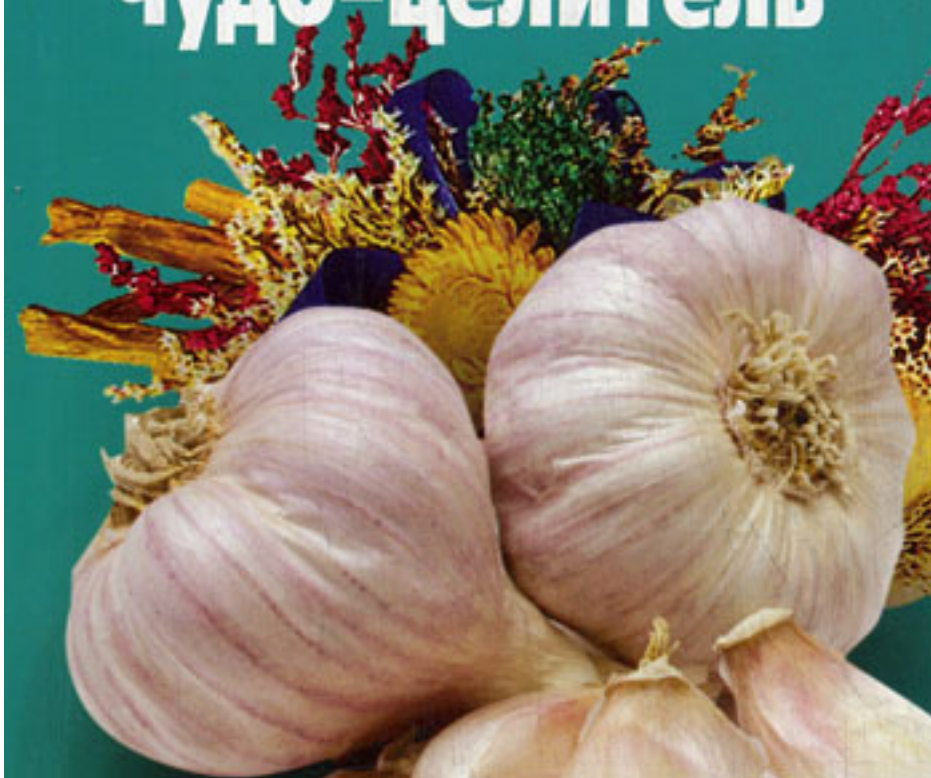


*Карманный
целитель*



ЧЕСНОК

чудо-целитель



Чеснок. Чудо-целитель

«Центрполиграф»

2010

Чеснок. Чудо-целитель / «Центрполиграф», 2010

В книге приводятся многочисленные способы профилактики и лечения с помощью чеснока простуды, гриппа, атеросклероза, депрессий, ревматизма и даже онкологических заболеваний. Автор удачно сочетает научный подход и занимательность.

, 2010

© Центрполиграф, 2010

Содержание

Предисловие	5
Чеснок в жизни людей	7
Полезные свойства чеснока	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Составитель А. Ю. Мудрова

Чеснок. Чудо-целитель

Предисловие

Первым врачом на Руси был грек Иоанн Смер, приглашенный в Киев Владимиром Мономахом. Лекарства – сушеные травы – привозили из Константинополя и из генуэзских колоний в Крыму. Однако очень скоро в многочисленных монастырях русские ученые монахи начали собирать и сушить также местные лекарственные травы – преимущественно те, которые описывались в греческих травниках или были на них похожи – и лечить ими больных.

На Руси чеснок появился в былинные времена, примерно в IX веке и быстро распространился: «С чесноком все вкусно – не жуй, не глотай, только брови подымай!» Наш народ, скрепящая новое растение, обратил внимание не на зеленые «копья», которые тянутся от луковицы, а на то, что луковица распадается, расщепляется, «расчесывается» на отдельные ноготки-прядки. Таким образом, «чеснок» – это «чёсанный лук». Коль скоро чеснок был ведом при Владимире Красное Солнышко, не грех предположить, что и Илья Муромец, и Микула Селянинович черпали в нем силы.

О существовании русских травников можно найти сведения в некоторых письменных источниках, но сами травники, к сожалению, утеряны. Упоминания о древнерусской медицине можно найти в рукописных памятниках древнерусской литературы. Свидетельство тому «Повесть о Петре и Февронии». В этой повести рассказывается о том, как муромский князь Петр, единоборствуя со змеем, покрылся струпьями, и долго не мог выздороветь. Помогла ему простая рязанская девица Феврония. В виде платы за лечение Феврония потребовала, чтобы князь Петр женился на ней. Давая лекарство, посоветовала мазать им все струпья, кроме одного. Князь выздоровел, но жениться отказался. Но оставленный непомазанным струп дал новые струпья, и князю Петру пришлось взять в жены Февронию. Жили они долго и в любви. Исцеляла Феврония князя Петра диким медом, настоящим на травах.

Основываясь на практике народного врачевания, постепенно русская фармакопея набирала силу. Об этом свидетельствуют упоминания в более поздних травниках местных лекарственных растений, не встречающихся в античных фармакопеях. Таковы, например, самобытные приемы лечения хреном, чесноком и луком, лечение гнойных язв «банной плесенью». Русские врачеватели, за семь столетий до открытия Флемингом пенициллина, самостоятельно установили антибактериальную активность этого гриба.

Стали появляться переводные рукописные травники, так называемые «вертограды».

Использование лекарственных трав в России приняло особо широкий размах при царе Алексее Михайловиче, когда был создан специальный «Аптекарский приказ», ведавший снабжением лекарственными травами не только царского двора, но и армии.

Были созданы «аптекарские огороды» – сады, где разводили лекарственные растения. Проявлялся интерес к сбору данных народной медицины. Стали организовываться производства лекарств из растений на особых «поварнях».

Особое место среди средств народной медицины занимают лук и чеснок. Они служили и служат с древнейших времен лечебным средством не только у народов востока, где он очень популярен, но и у славянских народов. Славяне давно заметили, что чесноком можно лечить многие болезни. В лечебных целях используется не только луковица чеснока, но и верхняя зеленая часть – перья. Стрелки чеснока тоже не остались незамеченными. Они, как и головки чеснока, выделяют фитонциды, которые губительно действуют на бактерии. Их используют как

приправу. В те времена, когда лечились без таблеток, чеснок был незаменим как лекарственное средство. Популярен он и сейчас не только в питании, но и в лечебных целях.

Чеснок известен в культуре более 4 тысяч лет. Свое происхождение он ведет из Центральной и Юго-Западной Азии, в частности из Афганистана.

Чеснок был популярен в странах Ближнего Востока, в Древнем Египте, Древней Греции, Римской империи. Греки давали чеснок атлетам перед соревнованиями на Олимпийских играх. В России чеснок распространился в XII–XIII веке. Сегодня эта популярная культура выращивается повсеместно.

Чеснок – уникальная овощная культура, известная с древних времен не только как великолепная приправа к любому блюду, но и как замечательное лекарственное средство.

Давно считается, что чеснок обладает укрепляющими свойствами, еще строители пирамид заставляли рабочих есть сырой чеснок для поддержания здоровья. В Древней Греции и Риме были уверены, что он придает воинам храбрости, а в Китае чесноком лечили заболевания органов дыхания, пищеварения, использовали при эпидемиях чумы и холеры. Русские лекари придерживались мнения, что чеснок является лекарством от яда, укусов змей, инфекционных заболеваний, чумы.

Отец современной медицины Гиппократ рекомендовал потребление чеснока в случаях целого ряда заболеваний, в особенности желудочных. В Европе в период эпидемии чумы люди ежедневно потребляли чеснок. Ранние эмигранты в Америку обнаружили, что местное население знало о целительных качествах чеснока и широко его применяло для лечения различных заболеваний, начиная от укуса змеи и кончая болезнями желудка. В Англии к ногам жертв оспы привязывали чеснок, считая, что это поможет ее излечить. Даже сейчас бабушки в Греции, Китае, Израиле при рождении внука дарят ему дольку чеснока, чтобы защитить младенца от дурного глаза.

Всем известный чеснок – удивительное растение, относящееся к группе овощей. На протяжении многих тысяч лет оно спасало человека от многих хворей и напастей. Недаром в Китае называют чеснок зубами дракона.

Чеснок в жизни людей

Чеснок – древнейшее однолетнее травянистое овощное растение, семейства лилейных. Его родиной считают горные и предгорные районы Средней Азии (Джунгария, равнина между Алтайскими горами и Тянь-Шанем, по некоторым данным – киргизские степи), Афганистана, Индии, а также Средиземноморский и Кавказско-Карпатский районы. Население этих местностей до сих пор широко использует в пищу дикорастущий вид, мало чем отличающийся от культивируемого. Оттуда еще тысячи лет назад он распространился в другие районы земледельческой культуры: Китай, Египет и другие страны. Человека привлекли в чесноке его запах, ценные лечебные и пищевые свойства, из-за которых это растение уже за пять-шесть тысяч лет до нашей эры стали выращивать в Азии, Африке и Европе.

Самые первые достоверные сведения о чесноке относят ко времени Древнего Египта. Среди надписей на пирамидах царя Хеопса IV упоминается о чесноке. При строительстве пирамид, усыпальниц фараонов и других монументальных сооружений в Древнем Египте чеснок употребляли в пищу для повышения работоспособности рабов, а также в качестве профилактического средства от малярии и других болезней.

За четыреста лет до нашей эры в Древней Греции чеснок использовали как возбуждающее средство и в качестве противоядия при укусе змеи. Его называли там скородой и использовали в качестве амулета – для защиты от чародейства и сглаза. В Древнем Риме чеснок входил в обязательный рацион легионеров, так как, по мнению римлян, кроме целебных свойств, он обладал способностью придавать воинам силу и мужество. С тех пор чеснок ценили прежде всего как лекарственное растение против многих болезней и затем как овощное в повседневном питании. Чеснок считали растением, которое возбуждает чувственность. В Древнем Египте и Риме его ели как приправу к разным блюдам, преимущественно из дичи и рыбы, делали из него соусы и салаты, добавляли в гарниры. Пифагор называл чеснок царем среди приправ.

С незапамятных времен чеснок выращивали и в Китае. В китайской азбуке знак, обозначающий чеснок, один из самых древних. В тибетских монастырях применяли древнекитайское средство очищения организма от жировых, известковых отложений, полученное из чеснока. Древнеиндийское изречение о чесноке гласит: «Если бы не запах, он был бы дороже золота».

И в народной медицине многих государств во все времена ему отводилась самая почетная роль. Гиппократ применял его для лечения ран и пневмонии. А древнегреческий ученый и естествоиспытатель Теофраст, живший за триста пятьдесят лет до нашей эры, довольно подробно описал сорта и технологию выращивания чеснока.

Вещими оказались надписи на великой пирамиде в Гизе, которые относили чеснок к уникальным, божественным растениям. Подтверждены почти все лечебные свойства, какими наделили его древняя мудрость, народная медицина.

От римлян чеснок перешел в средневековую Европу. Простой народ, лишенный полноценного питания, видел в нем источник здоровья. В средние века соленое мясо и соленую рыбу ели с чесноком. Кроме того, ему приписывали магические свойства. Луковицу чеснока носили на груди, чтобы она охраняла от ранений во время кровопролитных боев. Амулеты из чеснока не гнушались носить даже короли.

У народов Ближнего Востока, турок, греков, болгар почтительное отношение к чесноку прививалось с младенчества – новорожденному делали повязку, прикрепляя зубки к голове. Знатные и богатые люди даже заказывали для луковицы чеснока серебряную оправу, а бедняки постоянно носили ее привязанной к головному убору. Чесноком натирали грудь и плечи, верили, что ведьмы не выносят его запаха. Теперь уже все знают, что чеснок вырабатывает фитонциды, или растительные губители, их также называют антибиотиками высших растений.

Эти летучие фитонциды действуют губительно на расстоянии на бактерии. Вешая на шею амулет в виде головки чеснока, или обвязывая голову повязкой с чесноком, человек постоянно вдыхает летучие фитонциды, которые убивают бактерии в организме человека. Натирая грудь и плечи соком чеснока, человек не только вдыхает фитонциды, но и хорошо прогревается, что благоприятно сказывается на здоровье при многих заболеваниях.

Без чеснока не отправлялся в плавание ни один турецкий корабль. Чеснок развешивали на фасадах вновь построенных домов и на самых ценных фруктовых деревьях, дабы уберечь их от порчи.

Сейчас уже известно, что существуют растения, которые активно способствуют торможению болезней: фитонциды, выделяемые луком, чесноком и редькой, губительно действуют на возбудителей фитофтороза, аскохитоза и сосудистого бактериоза капусты.

Антисептические свойства чеснока давно хорошо известны. В XVII веке напиток из чеснока называли «воровским вином» потому, что его пили мародеры, грабившие умерших от чумы. При этом сами грабители чумой не заражались. Солдаты использовали чеснок для дезинфекции ран еще во времена Александра Македонского, а жертвы газовых атак Первой мировой войны лечили им язвы и ожоги. Сейчас чесночной настойкой лечат многие простудные, паразитарные заболевания желудочно-кишечного тракта, а собаководы поят собак такой настойкой в целях профилактики чумки.

Испокон веков чеснок считался одним из самых сильных средств, возбуждающих сексуальное желание и потенцию. Одно из эффективных средств в борьбе с сексуальными расстройствами – каждый день съедать зубчик чеснока. Если ваша квартира находится в геопатогенной зоне, необходимо положить под кровать чеснок.

Чеснок – любимейший компонент питания испанцев. Практически каждое блюдо, разве что за исключением кондитерских изделий, испанские повара и домашние хозяйки заправляют чесноком. В Испании в последние годы регулярно проводятся фестивали чеснока. На них демонстрируют свое искусство не только знаменитые на всю страну кулинары, но и новички, многие из которых становятся после конкурса знаменитостями.

На территорию Древней Руси чеснок мог попасть двумя путями: с Востока – через древнюю караванную дорогу из Китая в Европу, либо с юга через Византию, с которой еще в IX–X веках поддерживалась оживленная торговля. Известно, что в Древней Скифии на рубеже I–II веков до нашей эры выращивание чеснока уже получило широкое распространение. С возникновением и развитием Киевской Руси получает развитие огородничество. В письменных источниках Древней Руси XII–XIV веков упоминаются такие старинные районы выращивания чеснока: Ярославль, Муром, Суздаль, Киев и другие. Славяне пили вино, положив в чашу чеснок. Во времена Владимира Мономаха крестьяне ели чеснок с солью и черным хлебом, а зажиточные люди клали чеснок в ухо, причем в таком количестве, что знатных иностранцев шокировал его запах. Волхвы, напутствуя идущего на поединок, советовали положить в сапог три зубка чеснока, поскольку приписывали ему особые свойства.

В Средние века луковые культуры, в том числе чеснок, играли большую роль как обеззараживающие средства при борьбе с эпидемиями.

На Руси сведения о лечебных свойствах чеснока и о способах его применения передавали из поколения в поколение в устной, а позже и в письменной форме. В начале XX столетия в изданиях сообщалось, что на территории Украины в Киевской губернии, Черкасском и Чигиринском уездах насчитывалось 195 десятин ярового и 90 десятин озимого чеснока, занимавшего низинные места в усадьбах и на полях, в «прибалках».

Он сохраняет свои прочные позиции и в народных обрядах. В Галичине, например, его вплетают в косу невесты перед венчанием. Накануне дня святого Георгия хозяйки натирают им двери и порог, защищая свои дома от злых духов и ведьм.

Известно, что чеснок убивает микробы. Во Вторую мировую войну его называли русским антибиотиком.

В наше время наибольшее распространение получил чеснок в странах Южной Европы и Америки, в России и Украине. Его широко применяют в пищу, используют в консервной промышленности и в колбасном производстве.

Полезные свойства чеснока

Уникальные свойства чеснока объясняются в первую очередь сбалансированным сочетанием в нем органических веществ, обладающих лечебным действием, а также содержанием ряда полезных макро- и микроэлементов.

Оригинальный запах и вкус чеснока обусловлены наличием в нем большого количества эфирных масел. Жгучий и острый, по химическому составу чеснок богаче репчатого лука в нем больше углеводов, азотистых веществ, минеральных солей и микроэлементов. Эта культура богата витаминами, в листьях содержание аскорбиновой кислоты достигает 50 мг%, в луковицах – 8—10 мг%, растение содержит витамины группы В, бета-каротин, витамин Е. У чеснока высокое по сравнению с другими луковыми содержание сухого вещества в листьях и луковицах – до 40 %.

Лечебные достоинства чеснока обусловлены наличием в нем эфирных масел и фитонцидов, губительно действующих на болезненную микрофлору. Чеснок подавляет желудочных паразитов, уничтожает различные бактерии и широко применяется для профилактики ангины и гриппа. Он очень эффективен как противогрибковое средство, полезен при лечении атеросклероза, катара дыхательных путей, колита, геморроя. Чеснок способствует выработке общего иммунитета организма.

В индийской аюрведе, науке жизни, такой же древней, как и сама индийская цивилизация, перечислен целый ряд лечебных и профилактических качеств чеснока. Она рекомендует его при лечении дизентерии и газообразовании. Считается, что чеснок играет особую роль в лечении нервных расстройств. Больше того, он предотвращает старение и продляет жизнь. Объясняются ли эти поверья тем фактом, что чеснок удивительно долго не портится, это вопрос спорный, однако это верно, что чеснок сохраняет свежесть и влагу месяцами в отличие от других овощей, которые высыхают и разлагаются буквально через несколько часов или дней.

Луи Пастер подтвердил антисептические качества чеснока в 1858 году. Было установлено, что масло чеснока эффективно уничтожает многие разновидности плесени и дрожжи, включая те, которые вызывают инфекцию.

Чеснок эффективен в борьбе со многими заболеваниями и в их профилактике. Он замедляет рост пораженных раком клеток в случае рака грудной полости и простатита в лабораторных условиях, а также рост опухолей прямой кишки, толстой кишки, пищевода и кожи, что проверено лабораторными исследованиями над подопытными животными. Чеснок может уменьшить риск заболевания раком, предотвращая образование свободных радикалов. Эти молекулы – нормальные продукты клеточного метаболизма – подозреваются в содействии образованию опухолей по причине их тенденции изменять ДНК, клеточные мембраны и протеины. Чеснок, вероятно, также предотвращает затвердение и утолщение артерий, известное как атеросклероз, не позволяя им прилипать к выстилке кровеносных сосудов. Чеснок также снижает уровень холестерина на 9 %.

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.