

Петер Ентшура • Иосиф Локэмпер

Выведение шлаков



ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

*растворение шлаков
нейтрализация токсинов и кислот
выведение шлаков*

ИЗДАТЕЛЬСТВО ПЕТЕР ЕНТШУРА • МЮНСТЕР
«Терра» • Ростов-на-Дону, 2006

Оглавление

Предисловие	3
Предисловие Редактора	7
Основные химические процессы в организме	11
Основы регуляции организма	20
Химия тела ото рта до ануса	30
Что такое здоровье?	37
Откуда появляются какие кислоты?	38
Что такое болезнь?	41
Что такое исцеление?	46
Наслаждение в свете кислотно-щелочной теории	48
Отложение шлаков. Как оно протекает	52
Что же такое процесс зашлакования?	53
Цивилизатоз	53
Общая картина цивилизатоза	63
Формы зашлаковки организма	79
Обмен веществ у мужчин и женщин в свете кислотно-щелочной картины мира	81
Старение в свете процесса шлакообразования	92
Беременность: красивая мать, здоровый ребенок	101
Целлюлит с точки зрения кислотно-щелочной теории	111
Почему происходит выпадение волос с точки зрения кислотно-щелочного понимания жизни?... ..	118
Особенности обмена веществ при спортивных нагрузках	127
Уход за телом - щелочной или кислый?	134
Способы щелочного ухода	143
Химия выведения шлаков	149
Значение минеральных веществ	160
Целенаправленное выведение шлаков	163
Кризис голодания и последствия	174
Осторожное выведение шлаков	180
Предупреждение болезни и профилактическая медицина	191
Послесловие	194
Послесловие редактора	194

Предисловие



**Петер
Энтшура**



**Иосиф
Локэмпер**

Дорогая читательница, дорогой читатель, как Вы читаете научно-популярную книгу? Не отрываясь, от начала до конца? Это бывает очень редко. Наверняка, Вы ищите всегда различные главы.

Возможно, в этой книге Вы будете искать те, в которых рассказывается о росте волос, о целлюлите, о наслаждении или о других интересующих Вас вопросах, и в первую очередь прочтете их.

Поэтому мы составили каждую отдельную главу таким образом, чтобы она была представлена, по возможности, наиболее логично и полно, и была удобна для понимания даже в том случае, если Вы не читали предыдущих и последующих глав. Здесь часто повторяются различные высказывания, за что мы просим нас извинить. Желаем Вам приятного прочтения.

Неоспоримым фактом является то, что практически все современные представители «цивилизованных народов» на протяжении жизни так или иначе сталкиваются с проблемой здоровья. Будучи детьми современных «цивилизованных» родителей - гипер-занятых и сверх-озабоченных решением множества проблем, создаваемых крайне сложным и противоречивым социумом, они могут практически безнаказанно позволить себе все современные удовольствия (наслаждения), исходя из своей предрасположенности и наследственности. Правда, потом, повзрослев, они почему-то частенько рожают больных и слабых детей, которые зачастую уже не смогут позволить себе вести веселый образ жизни своих родителей.

Мы глубоко убеждены, что все люди должны внимательно следить за сохранением своего стартового капитала под названием **здоровье**, не теряя и не растрчивая его понапрасну. Мы живем на планете Внимания. Каждый день, каждую минуту необходимо быть осознанными, чтобы сознательно или несознательно не нанести вред собственному

телу или душе. Если же это происходит, то и тело, и душа посылают нам предупредительные сигналы. Нам следует различать их и прислушиваться к ним! Если мы научимся этому, то в награду получим долгую, счастливую, полную здоровья жизнь.

Эта книга больше о здравом смысле, о смелых гипотезах нового времени и о новом взгляде на проблему здоровья, чем о консервативной научности, которая после опасных экспериментов с атомной технологией и недавним вторжением в генную манипуляцию почти утратила прежний авторитет.

После того, как новейшие социологические исследования показали, что снова и снова постулируемые «самые новые научные выводы» в среднем существуют два с половиной года, пока «новейшие научные выводы» точно не докажут противоположность устаревших теперь выводов, мы радуемся абсолютно новому тезису: **«Научность - это заблуждение на самом новом уровне»**

Период упадка научных выводов и догм в античные века длился тысячелетиями, в средние века - столетиями, в новые времена - десятилетиями, а сейчас - годы. Конец современной цивилизации наступает тогда, когда период полураспада или упадка движется к нулю. Это одновременно и момент осознания того, что все прежние результаты исследований были ошибочны.

Неоспоримые доказательства выдвигает, например, медицина, но не как наука, а как ИСКУССТВО. Медицина должна уподобляться искусству, так как в природе нет ни одного человека, похожего на другого, ни одна снежинка непохожа на другую. В медицине и соответственно в медицинском лечении человека и животного ничто не повторяется одинаково с тем же самым успехом.

Каждое живое существо, будь то растение, животное или человек, является неповторимым индивидуумом. Так будет продолжаться до тех пор, пока ученым не удастся отменить эту богоугодную индивидуальность и на ее месте создать однородную, постоянно воспроизводимую массу одинаковых растений, животных и людей. Да сохранит нас от этого Бог, наш собственный здравый смысл, наша сила воли и гражданское мужество!

Зачем сегодня клонируют животных? Смысл и цель этого процесса может заключаться только в одном: создать беспроблемное и безудержное массовое «производство» с последующим массовым «потреблением». Судя по газетным сообщениям от 07 августа 1997, 44% немцев **не хотят жить дольше 80 лет**. Эти сообщения должны обрадовать страховщиков пенсионеров и власть имущих.

Мы рады за 18% опрошенных, которые очень хотели бы дожить до 100 лет. При этом мы предполагаем, что лишь 18% нашего населения ведут сознательный здоровый образ жизни и ожидают своего «заката», не опасаясь старческих недугов. Остальные 82% несомненно убеждены в том, что после 80 приходят болезни и страдания. Они, должно быть, склоняются к тому мнению, что жизнь после 80 приносит лишь физические страдания, а не радости.

Скорее всего, они ведут такой образ жизни, что, в конце концов, окажутся правы. Но на самом деле, их представление о старости как о быстром и болезненном разрушении тела, а также о неизбежности этого процесса, все-таки неверно. Далее мы поймём, почему.

Основная задача этой книги - рассказать о процессе отравления и отложения шлаков в организме современного человека на протяжении всей его жизни, а также, конечно, о том, что такое есть эти самые «шлаки» - в самом научном смысле этого слова. Мы попытаемся рассказать здесь о том, как прожить, не засоряя организм, или разумно избавиться от уже скопившихся шлаков.

Также мы рассмотрим некоторые другие области и болезни, с которыми познакомились и которые исследовали в течение многолетних консультаций о здоровом образе жизни.

Речь также пойдет о различиях в процессе обмена веществ у мужчин и женщин, о возможностях замещения кислотного ухода за телом щелочным, а также о других существенных темах, например, об определениях здоровья, болезни, исцеления и наслаждения.

Нейтрализующие элементы, содержащиеся в овощах

Красная свёкла - As, Ca, Co, Cs, Er, Fe, Ge,
J, Li, Mg, Na, P, S, Si, Sm, Sr, Te, Zn

Кислая капуста - Ag, Al, Au, Br, Ca, Cu, Fe,
Ge, Hf, K, Mg, O, S, Sb, Sr, Zn

Лук - Cd, Cr, Cs, Cu, K, Li, Mg, P, Pt, S, Sr, Zn

Белая редька - F, H, Hf, J, Mn, Os, S, Sm, Sr

Спаржа - C, Cl, Fe, Ge, H, K, Mg, O, P, S, Se,
Si, Zr

Мы смогли разработать рецептуры как для чая, так и для продуктов питания и средств по уходу за телом, в которых есть все элементы, участвующие в обмене веществ в организме человека.

С помощью такого чая организм каждого человека способен расщеплять различные шлаки всех возможных химических соединений, выводить через кожу кислоты и выбирать необходимые элементы из разнообразия минеральных веществ, содержащихся в продуктах питания.

В ингредиентах чая и продуктов питания особую роль играет наличие всех элементов, минеральных веществ и микроэлементов, необходимых для процесса обмена веществ.

Уход за телом, главной задачей которого является выведение шлаков из организма, должен быть химически щелочным, а не химически кислым, как это рекомендуется сейчас большинством ученых, отвечающих за современный уход за телом.

Мы непременно рекомендуем Вам прочесть недорогую книгу издательства «Турм» «Методы лечения семьи Лейзен». Результаты исследования семьи Лейзен основываются на более чем 70-летнем опыте. Причем, данные результаты соответствуют высшим критериям научности.

Разумеется, мы также претендуем, чтобы к нашим исследованиям подходили с научной точки зрения. Это наш двадцатилетний опыт исследований и консультаций, который «создает знание», основываясь на вековых или даже тысячелетних традициях нашей собственной немецкой культуры и других культур.

До начала этих исследований, в течение десятилетий мы были свидетелями того, как увядали, болели и умирали наши дорогие друзья, знакомые и родственники, и никто не мог им помочь. Это происходило до тех пор, пока мы около 20 лет тому назад не приняли решение попытаться исследовать суть так называемых «современных болезней цивилизации» и благодаря полученным знаниям, разработать методы лечения, питание, продукты и приборы, которые смогли бы помочь победить эти болезни.

В течение этих 20 лет нам стало ясно, что если бы политика была ориентирована на здоровье людей, то отпала бы необходимость писать эту книгу, нам не нужны были бы сегодня огромные количества терапевтов, больниц и лекарств. К сожалению, всё обстоит иным образом.

Министры здравоохранения Европейского сообщества подписывают разрешение на любую обширную рекламу сигарет, вместо того чтобы её запретить.

Исключительно из-за отсутствия официально действующей политики здравоохранения все сводится к тому, что каждый человек должен сам заботиться о своём здоровье. Кроме него и тех, кто его любят, в этом вряд ли кто-то заинтересован.

К тому же, это так просто - оставаться здоровыми и жить как можно дольше! Читая нашу книгу Вы вновь и вновь будете спрашивать себя: «Неужели это так просто?!»

Мы тоже не хотели в это верить много лет тому назад, пока, наконец, не прозрели. В основе большинства болезней цивилизации лежит один общий знаменатель. Это - феномен под названием «кислотно-щелочное равновесие». Познавая этот феномен, можно легко понять **все причины** возникновения болезней современной цивилизации и пути их преодоления.

Петер Енцшур ■ Иосиф Локэмпер

Предисловие Редактора

О фундаментальном значении кислотно-щелочного равновесия известно любому человеку, кто хоть в какой-то степени интересовался вопросами здоровья, уж не говоря о любом специалисте в этой области. И точно так же многим известно о пользе соды.

Но тем не менее, как показывает практика, мы всё-таки не в полной мере осознаем то влияние, которое оказывает на нашу жизнь закисление организма.

И основная причина этого неосознавания в том, что за последние полвека такое закисленное состояние стало уже настолько распространенным, что воспринимается как норма....

Уже давно стало нормой, например, раннее облысение у мужчин и ПМС у женщин...

Хотя, если посмотреть на живопись, то ни в древнем мире, ни в средние века мы практически не встретим облысевших молодых мужчин. Только пожилые, чье лицо изборождено глубокими морщинами! А сейчас, даже среди действующих спортсменов процент облысевших довольно велик...

ПМС сейчас - норма, нестабильное здоровье уже после 30 - норма, букет хронических заболеваний к 50 - норма. И все эти состояния существуют только на фоне смещения кислотно-щелочного равновесия в кислую сторону...

Закисление организма - хронический ацидоз - настолько стало нормой, что никто по этому поводу уже особо-то и не кричит, тем более, что коммерческая медицина и фармацевтика по факту получается кровно заинтересованы в таком "кислом" состоянии людей. Ибо такое состояние - это стопроцентная гарантия нескончаемой потребности людей в лечении и лекарствах...

Попробуйте пару месяцев не менять воду в аквариуме! Она не защелочится, а именно закислится, ибо дыхание, как известно, порождает на выходе углекислый газ, да и вообще все продукты жизнедеятельности живых организмов - химически кислые. И если так и дальше позволить аквариумной среде закисляться, вскоре рыбки почему-то начнут сильно болеть...

И вы будете вызывать к ним "рыбного доктора", который с удовольствием будет их лечить.

Но потом они всё равно погибнут, ибо как бы их ни лечили - даже хоть стволовыми клетками или клонированными органами - помрут бедняги, ибо их среда обитания стала просто несовместима с жизнью. Повышенная кислотность, ацидоз этой среды быстро "убьет" любой клонированный и пересаженный орган...

Наше тело - тоже своего рода ёмкость, в которой рыбки-клетки плавают в воде - межклеточной (интерстициальной) жидкости. И всё это живет благодаря крови - тоже жидкости...

И что мы имеем ныне в нашем "человеческом царстве"? Скажем, согласно статистике ВОЗ, в мире от рака умирает 8 миллионов человек в год.

8 миллионов!

При этом, разумеется, большая часть из них обязательно лечится, чаще всего лечится даже не один год...

Если посчитать, сколько эти несколько миллионов людей вкладывают денег в медицину и фармацевтическую индустрию, думаю, нам станет совершенно очевидно, что отказываться от такой прибыли никто не заинтересован.

И спрашивается - какое отношение будет у владельцев всей этой фарма-мед-системы к таким людям, как например, доктор Симончини, который некоторые весьма распространенные виды рака лечит всего за 4-5 сеансов. И чем? Раствором бикарбоната натрия! Т.е. простой содой! Копеечным продуктом!

4-5 сеансов - это факт. И доктор Симончини - тоже факт. Живет и здоровствует, имеет тысячи успешных излечений рака.. Если интересно - вот, пожалуйста, одно из его интервью с русским переводом (<https://dl.dropbox.com/u/12182215/ALG-video/Simonchini-Soda.avi>), где он рассказывает о своем подходе...

И теория у Тулио Симончини проста: рак - это следствие жизнедеятельности грибков, в основном рода *Candida*. И всё у него там вполне доказательно - кто владеет английским, читайте у него на сайте (<http://simoncini-cancer-center.com/en/presentation>), смотрите его интервью на видео...

Так вот, как известно, грибки живут ТОЛЬКО В КИСЛОЙ СРЕДЕ. Ну и разумеется, продукты их жизнедеятельности тоже кислые, вплоть до токсических, относящихся к группе афлотоксинов...

И как только среда защелачивается, т.е. возвращается к той норме, которая и должна быть в человеческом организме, то грибок уходит, исчезает сам собой вместе со всеми своими продуктами жизнедеятельности...

Разумеется, официальное научное сообщество о работе Симончини молчит. Просто молчит и всё тут. Игнорирует. Симончини - изгой в официальном научном сообществе...

И это уважаемое сообщество, финансируемое ни кем иным, как теми самыми фарма- и мед-компаниями, можно понять. На лечении содой за 4-5 сеансов никогда не заработаешь столько, сколько можно заработать на нескольких курсах химиотерапии, лучевой терапии, трансплантации органов и т.д. - да если еще курсах длительных, с пребыванием в стационаре...

Nothing personal...как говорить...just business...

Я знал о важности поддержания кислотно-щелочного равновесия еще со времени медучилища, но, как и большинство окружающих (в том числе, кстати, и коллег), не уделял этому вопросу того значения, которого он достоин - ни в отношении самого себя, ни в отношении своей профессиональной практики. И так было до тех пор, пока ко мне не попала эта, которая дала наконец полную картину явления, и главное - технологии щелочного оздоровления.

Технологии, подтвержденные многолетним опытом авторов. А точнее, на сегодняшний день - уже многодесятилетним опытом, ибо книга опубликована в конце 90-х годов XX в., и уже в ней они говорят о своем 20-летнем опыте...

Моя жена владеет немецким, и она по моей просьбе уже изучила нынешнее состояние дел у авторов в немецкоязычном интернете. Они вполне себе живы-здоровы и во всю продолжают развивать всё то, что изложено в книге (кстати, интересный факт - на английском книги нигде нет! Не удалось найти даже на супер-мега-сайте Amazon.com! только на немецком доступна!)

И вот поэтому я решил выложить книгу у себя на сайте <http://www.alg-massage.ru/>

Но получилось так, что в результате оказалась выложена не совсем аутентичная копия книги, а немного переработанная и отредактированная. А так же дополненная приложениями, содержащими информацию по данной теме из других источников, ибо, повторюсь, тема-то сама по себе давно известная...

А вообще история моего знакомства с книгой такова...

Изначально я узнал о ней от замечательного человека - профессора Александра Тимофеевича Огулова, когда я проходил у него обучение по висцеральной хиропрактике.

Помню, на первой ступени он с большим уважением рассказывал нам об этой книге, показывал нам её.

Мы все такие современные-креативные, тут же защелкали своими айфонами-айпадами, полезли на ОЗОН, типа мол мы щас тут сразу и закажем, коли сам Огулов такой отзыв дает...

Не тут-то было. Книга издавалась на русском всего один раз небольшим тиражом в каком-то региональном издательстве...

На наши опечаленные реплики Александр Тимофеич сказал, мол, на каждом семинаре такая история: все пытаются найти и не находят. Так что, мол, не ищите, не тратьте время, мы собираемся её отсканировать.

И действительно, уже на второй ступени нам дали файл с отсканированной книгой.

Я начал читать и ужаснулся...

Разпознавание текста видимо делали очень наскоро, без вникания в детали - текст крайне неудобочитаем, а в некоторых местах просто нечитаем из-за "черезполосицы", когда один кусок текста накладывается на другой... Колонтитулы все съехавшие и постоянно мешаются на заднем плане основного текста, много "слипшихся" слов, потерянных пробелов, все рисунки "вляпаны" прямо в текст, подписи к рисункам порой просто не возможно найти, все "текстовые врезки" не имеют рамок и порой совершенно не понятно - это часть основного текста или текстовая врезка. ...

Короче, кошмар сущий, но при этом сам текст - действительно впечатляющ!

Тут же рука потянулась послать этот материал жене, маме, детям, десяткам клиентов...

Но тут же и замерла... Ну как я могу такой текст послать?

Одно дело мне как специалисту он важен и ценен в любом виде, а человеку, которого я бы хотел просто познакомить и по возможности приобщить к этой замечательной системе, читать такое нагромождение букв как-то совсем не айс...

И решил я тряхнуть стариной - как-никак, когда-то работал по совместительству редактором в издательстве "Сфера".

А по мере редактирования, не мог удержаться от того, чтобы вставлять в текст ту информацию, которая у меня есть из самых разных источников, в том числе из лекций того же Огулова, приводить живые примеры из жизни - ведь тема пользы соды давно известна в народе...

Поскольку к какому-то официальному изданию эта моя работа не планировалась, я разрешил себе такое спонтанное "соавторство". Так что, если кто захочет ознакомиться с оригинальным авторским текстом - ищите бумажный вариант книги:)

Кроме вставленных от себя дополнений, я купировал авторский текст на предмет общефилософских размышлений, многочисленных повторений одного и того же материала, и убрал некоторые рисунки - прежде всего чисто оформительские, а так же разбил книгу на части по своему усмотрению, порой даже объединив какие-то. Те части, что есть у меня тут, не всегда совпадают с главами оригинальной книги.

Короче, я редактировал книгу исходя из своих потребностей, т.е. **тех практических задач, для которых этот текст будет предназначен - задач помощи моим близким и моим клиентам.**

Итак, приятного чтения и доброго здоровья!:)

Алексей Галкин

<http://www.alg-massage.ru/>

Основные химические процессы в организме

Основные, базовые химические процессы организма проявляются во взаимодействии кислоты и щелочи, которые в меняющемся ритме протекают в человеческом организме.

Человек с рН-уровнем крови 7,35 являющимся для него нормой, таким образом является щелочным живым существом. Давайте посмотрим на природу. Самая большая проблема здесь в настоящее время - **переокисление** зеленых насаждений и пахотных земель кислотными дождями.

На примере рек и озер мы видим, что при уровне рН 5 вымирают рыбы. Причем этот уровень рН (в районе 5-4-3) в природе еще и сопровождается неприятными запахами – запах затхлости, гниения, тухлости, которые сразу свидетельствуют нашему обонянию – это среда, не совместимая с жизнью.

Если мы опустим тестовую полоску в гнилой водоем со стоячей водой, то увидим там рН 5 или меньше. И как же так случилось, что компания Johnson & Johnson запускает в продажу целую серию препаратов с уровнем рН 5,5 и называет его «нейтральным» для кожи?

Разумеется, любой чуть более сведущий человек, и уж тем более косметолог, на вопрос, почему такой кислый уровень рН принят как норма, тут же расскажет вам о «кислотном защитном слое», существующем на коже. Но вот на вопрос, откуда берется этот защитный слой, когда и как он был установлен – вам уже никто даже из косметологов не ответит. Мол, наука сказала, значит так оно и есть.

И сейчас каждый день мы пользуемся множеством косметических средств с уровнем рН, находящимся в кислотном диапазоне: рН 6, рН 5,5, рН 5, а в профессиональной косметологии даже рН 3! Каждый день мы моем наших детей, начиная с младенческого возраста, такими средствами с уровнем рН 6 – 5,5, искреннее веруя, что это «нейтральный» уровень рН, который никак не повредит коже нашего ребенка...

А такой простой и очевидный факт, что этот младенец еще недавно на протяжении целых 9-ти месяцев находился в утробе матери, где рН околоплодных вод равен 8,5 – никем не берется во внимание! А ведь ребенок рождается с нормальной нежной чистой кожей, для которой, получается, этот уровень рН 8,5 и был вполне себе нейтральным... Откуда взялся «нейтральный» рН 5,5 если человек появляется на свет в среде рН 8,5?

Попробуем разобраться во всем этом последовательно и подробно. Ибо от понимания этих парадоксов нашей современности напрямую зависит здоровье нас и наших детей. А в конечном счете, от этого зависит продолжительность и качество всей нашей жизни.

Начнем с азов. Что такое вообще «уровень рН»?

Это важное измерительное число составляет основу кислотно-щелочного баланса, который имеет решающее значение не только для природы, но и для основной регуляции человеческой жизни.

Этот кислотно-щелочной баланс, как строгий бухгалтер, регулирует дыхание, кровообращение, пищеварение, выделительные процессы, иммунитет, выработку

гормонов и многое другое. Почти все биологические процессы протекают правильно только тогда, когда сохраняется определенный уровень рН.

Кислотно-щелочной баланс постоянно осуществляется в организме, во всех его примерно ста триллионах клеток. В каждой из этих клеток при выработке энергии постоянно образуется углекислота. При этом появляются и другие кислоты, которые поступают с питанием, точнее, образуются при его переработке. Существует шкала показателя рН, по которой можно определять, насколько кислым или щелочным является любой раствор, жидкость, кровь или моча.

Все мы помним химическую формулу воды – H_2O . Глядя не обремененным знанием химии глазом, нам кажется, что два атома водорода образуют такую «сладкую парочку», к которой прилепился одинокий атом кислорода.

Но те, кто еще не забыл химию, помнят, что если же мы посмотрим структуру этой формулы, то увидим такую картину: $H-OH$, где H – это положительно-заряженный ион, а группа OH – это отрицательно-заряженный ион. То есть «сладкая парочка» тут действительно имеется, но это соединение атома водорода и кислорода, которые создают устойчивую единицу, называемую в химии «гидроксильная группа».

Таким образом, формула воды представлена двумя ионами, которые присутствуют тут в равном количестве – один отрицательный и один положительный, в результате чего мы имеем химически нейтральную субстанцию.

Вообще же шкала рН делится от 0 до 14.

7 - пункт нейтральности – это и есть показатель рН воды. При показателе рН 0 - мы имеем дело с самой высокой концентрацией водорода, в то время как при показателе рН 14 ионы водорода почти не встречаются.

Для OH ионов это выглядит наоборот.

Выше показателя рН 7 преобладают OH ионы.

Ниже показателя рН 7 преобладают простые ионы водорода - H .

Чем выше показатель рН от отметки 7, тем более щелочной является жидкость. Чем ниже показатель рН от отметки 7, тем более кислотной является жидкость.

Можно сказать и по-другому: количество ионов водорода образует своего рода «градус кислоты», т.е. чем больше простых ионов водорода, тем кислее жидкость. Сама аббревиатура **рН** происходит из латинского *Potentia Hydrogenii*, что означает «эффективность водорода» или «сила водорода». Выражаясь более понятным для не химиков языком, это просто показатель силы кислоты.

Как уже говорилось, измерительная шкала уровня рН идет от 0 до 14. Причем, последовательность величин здесь логарифмическая. Это значит, например, что величина рН 6 указывает силу кислоты в десять раз больше, чем величина рН 7, а рН 5 уже в сто раз больше, чем рН 7. Соответственно, рН 4 уже в тысячу раз больше, чем рН 7.

Обращая взор на человеческое «царство природы», мы видим, что основа нашей жизни – наша кровь – имеет показатель рН от 7,35 до 7,45, то есть слегка щелочная. Показатели рН мочи могут колебаться между рН 4 у больных и до рН 8 у младенцев.

У младенцев показатель рН мочи частично находится даже выше уровня рН 8. Такой уровень рН является **показателем высшей степени здоровья**, которого, к сожалению, обычный человек, не являющийся продвинутым йогом, скорее всего больше

ни разу в своей жизни не сможет достигнуть. С самого рождения человек живет под девизом: «Отныне дела идут под гору». Химически это значит – в кислую сторону...Соответственно показатель рН его клеток и его мочи из года в год становится все меньше и меньше по значению, всё дальше и дальше от значения начала жизни 8-8,5.

Младенец 9 месяцев находился в **щелочных околоплодных водах** матери, там, где показатель рН больше 8! Но это не мешает официальной науке считать, что щелочной уход за телом вреден для кожи. Один из необъяснимых парадоксов современной официальной медицины! Непонимание не знает границ! Как будто природа уже в лоне матери сделала ошибку, которую тотчас следует исправить с помощью химически кислого ухода за телом.

Что мы наблюдаем сейчас у большинства детей, когда кислотная система уже полностью превалирует в медицине? Мы наблюдаем кожные аллергии, псориаз, угревую сыпь, нейродермит. По статистике, эти проблемы в настоящее время встречаются на несколько порядков чаще, нежели несколькими десятилетиями раньше...Следует очень серьезно задуматься над причинами такой угрожающей статистики!

Итак.

Кислоты и щелочи находятся в организме в очень тесной взаимосвязи, как день и ночь. Они должны находиться в равновесии, причем перевес должен быть **на щелочной стороне**, так как мы, люди, относимся к «щелочной половине царства природы». Жизненная сила и здоровье человека заключается в щелочах, точнее сказать в **щелочных соединениях** – минеральных веществах и микроэлементах, иначе нормальный рН-уровень крови не находился бы в указанном промежутке 7,35 - 7,45.

Эта зона может быть нарушена только незначительно, иначе может наступить критическое, угрожающее жизни состояние. Чтобы предотвратить сильное колебание этого показателя рН, обмен веществ человека располагает различными буферными системами. Один из них - буфер гемоглобина. Он сразу снижается, если, например, наступает малокровие (анемия). Почка - это самый важный орган буферной системы, выводящий излишки кислоты. Легкое регулирует кислотно-щелочной баланс за счет выдыхания углекислой части. Поэтому важен сознательный выдох, который должен поддерживаться дыхательными упражнениями.

Согласно новым исследованиям, печень - это тоже важный орган рН-регуляции. Ее полная биохимическая сила тоже лежит в щелочной области. Это должно учитываться при всех заболеваниях печени!

Что делает организм, если, несмотря на четкую работу всех этих органов, в процессе обмена веществ остаются кислоты? Эти кислоты нейтрализуются по всем законам химии: щелочные металлы, такие как натрий, калий, кальций и магний замещают водород в кислотах, вступая в соединения с кислотным остатком, в результате чего получаются соединения, которые называют **солями**.

Соль уже химически нейтральна, с ней уже больше не происходит никакой реакции. Такие соли, т.е. нейтрализованные кислоты, по идее должны выводиться почками, но в силу общего переокисления крови, они выводятся не полностью, и тогда организм эти соли вынужден откладывать внутри себя (прежде всего в соединительной

ткани), и вот эти-то вынужденно-отложенные соли в просторечии и называют «шлаками».

Процесс отложения солей похож на поведение сахара в чашке воды, кофе или чая. Одна ложка растворяется без остатка. Вторая и третья остаются большей частью нерастворёнными и оседают на дне чашки. Четвертая уже не сможет раствориться вообще... Причем, вспомните: если чашка постоит так день-два, то сахар на дне слежится, уплотнится так, что станет плотной массой, комом...

Именно так и происходит в нашем организме. Чем более закисленной становится кровь, тем меньше солей может раствориться. И, соответственно, тем больше их откладывается по всему организму...

К сожалению, в наше время отложение шлаков в соединительной ткани перешло из промежуточного положения в конечное, и начинается «зашлакование» организма, иначе говоря, ПРОЦЕСС ОТРАВЛЕНИЯ, который и лежит в основе старения и всех возрастных заболеваний.

Химически процесс старения нашего тела является ни чем иным, как **изыманием из тканей и органов минеральных веществ** с целью нейтрализации кислот. Особенно возможный срыв кислотно-щелочного баланса отражается на работе нашего самого важного органа - сердца. Это очень сильная мышца, которая в процессе постоянной работы расходует очень большое количество энергии. Таким образом, необходим хороший обмен веществ. При этом возникающая углекислота и молочная кислота должны очень быстро выводиться из зоны сердечной мышцы.

Если же «транспортное средство» - кровь – в результате собственного закисления исчерпало свои возможности по сбору кислот, то это может привести к застою кислот в сердечной мышце. Наихудшим последствием этого является инфаркт.

В рабочих мускулах рук и ног мы ощущаем при перегрузке мышечную боль. Подобное происходит и в сердечной мышце. Если при этом отсутствует щелочная буферная соль, то появляются сердечные боли, слабый пульс, сбои сердцебиения и др. проблемы. По мнению доктора Керна, известного терапевта, инфаркт - одна из **больших кислотных катастроф**, которые могут происходить в организме. Сюда относят также: апоплексический удар, некроз ног (так называемая «нога курильщика») и все виды нарушений кровоснабжения.

Наряду с буфером гемоглобина наш обмен веществ располагает важнейшим буфером бикарбоната натрия. Бикарбонат натрия, или в просторечии пищевая сода, является химическим соединением, которое образуется в определенных клетках желудка из хлористого натрия (поваренная соль), углекислоты и воды.

Если возникают боли в сердце, которые мы можем теперь объяснить как боли от избытка кислоты, то следует прибегнуть к натуропатии. Можно, например, использовать бикарбонат натрия (пищевую соду), чтобы быстро избавиться от кислоты. Бикарбонат натрия можно глотать в таблетках или в порошке, а также растворять в воде и употреблять как ЩЕЛОЧНОЕ ПИТЬЕ.

Быстро помогают также щелочные компрессы, обмывания, щелочные ванны с использованием этого простого, доступного, но чрезвычайно эффективного средства – о чем мы подробно расскажем в соответствующих главах книги.

Основные функции человеческого обмена веществ должны находиться в равновесии. Это: водный баланс, электролитный баланс и кислотно-щелочной баланс. Из них именно кислотно-щелочной баланс является ключевым.

Это старейшие системы регулирования, которые были действенными уже в процессе возникновения вообще самой жизни на земле. Даже сегодня мы можем наблюдать это явление у ископаемых животных, у одноклеточной амебы, и других одноклеточных организмов. Клетки - это живые строительные камни всех живых существ, в том числе и человека. Вся жизнь сводится к основным функциям клеток.

Автономная нервная система и, наконец, гормоны развились позже, при появлении многоклеточных, и влияют не на отдельную клетку, а на органы. Исправная выработка гормонов возможна, к примеру, только на основе интактного (т.е. ненарушенного) кислотно-щелочного баланса.

Кислотные и щелочные потоки постоянно происходят между соединительной тканью и почками. Соединительная ткань остается дееспособной, только если периодически наполняется кислотами и щелочью и так же периодически освобождается от них.

Основатель кислотно-щелочной теории, профессор Фридрих Зандер, поэтому и говорит о кислотных и щелочных потоках. Если отсутствует этот ритмичный «насос» обмена веществ, то соединительная ткань повреждается или совсем блокируется. Клетки и органы больше не могут получать достаточно кислорода и питательных веществ через кровь.

Поэтому так важно наряду с потребляемыми питательными и биологически активными веществами при выборе питания учитывать кислотно-щелочной баланс.

В этом случае изменение привычек питания во многом может укрепить восстановительные силы организма. Благодаря этому, к организму будет меньше применяться агрессивные методы.

Как правило, в этом случае можно сэкономить на сильнодействующих медикаментах, часто имеющих побочные эффекты. Лекарства ни в коем случае не являются заменителем правильно выбранного питания, так как они, как правило, сами являются химически кислыми.

Восстановление нарушенного обмена веществ невозможно без исправления основных функций. Поэтому необходимо понять основные предпосылки здоровья.

И на первом месте тут стоит, конечно же, понимание значения воды.

Вода - это наиболее важный растворитель органических веществ, которые **только в растворенном виде** вступают друг с другом в необходимые химические реакции обмена.

Реакции обмена веществ в нашем организме являются для химика типичными «реакциями в водном растворе». Поэтому в процессе обмена веществ нужно видеть **принципиальную зависимость протекания биохимических реакций нашего организма от качества основы всех этих реакции – воды.**

А качество воды, прежде всего, зависит **именно от уровня рН**. Как уже говорилось, чистая вода содержит равное количество ионов водорода и гидроксила.

Отсюда образуется сбалансированное состояние. Вода химически и энергетически нейтральна.

Это можно сравнить со шкалой термометра. В термометре точка нуля соответствует нейтральному пункту, так как мы измеряем либо холод, либо тепло. Вверху шкала термометра показывает уровень тепла, внизу - уровень холода.

На шкале рН от 0 до 14 средняя величина 7 обозначает нейтральный уровень, показатель рН крови человека примерно 7,35, т.е. лежит в слабощелочной зоне. Точно так же мы лучше всего чувствуем себя при слабо теплой температуре, примерно около + 20-22 ° С.

Чередование кислот и щелочи	
Рот	- нейтральный уровень
Желудок	- кислотная среда
Тонкий кишечник	- щелочная среда
Толстый кишечник	- слабо щелочная среда
Анус (ректальная ампула)	- нейтральный уровень

Между обоими явлениями можно провести параллель, и считать их абсолютно равноценными! Наш обмен веществ происходит при кислотно-щелочном равновесии. Но это равновесие не нейтральное химически, а химически слабощелочное.

Понимание этого момента лежит в основе всей нашей системы.

Вообще же в теле существует немало локальных зон, где превалирует кислота. Возьмем пищеварительный тракт. Начиная ото рта до заднего прохода, в пищеварительном тракте поочередно преобладает либо щелочная, либо кислая среда. Если среда слюны слабокислая или нейтральная, то желудочный сок кислый.

Если в желчи и поджелудочном соке преобладает щелочная среда, то среда в тонкой кишке естественно тоже щелочная, а в толстой кишке - почти нейтральный баланс, при условии, что человек правильно питается!

Кровь может выполнять свои жизненно важные функции лишь до тех пор, пока основные процессы регулирования находятся в состоянии равновесия.

Показатели рН крови в течение жизни остаются не ниже 7,0 и не выше 7,8. Изменение коэффициента рН в сторону уменьшения или увеличения представляют угрозу для жизни.

При показателе рН крови ниже 7,35, иначе говоря, при повышенной кислотности, мы говорим об АЦИДОЗЕ (от лат. acidus - кислый). При показателе рН крови выше 7,45, за счет избытка щелочной среды или недостатка кислоты (кислотному дефициту), речь идет об алкалозе.

Несмотря на то, что при обмене веществ в кровь все время поступают кислые продукты обмена (ионы водорода, H^+ -ионы), коэффициент рН крови у здоровых людей остается постоянным. Такое состояние постоянной концентрации ионов водорода в крови называется изогидрией.

Для обеспечения этого баланса очень важными являются дыхание и почки. Почки выводят продукты обмена веществ (метаболиты), которые не могут быть выведены из организма газообразно. Их называют «нелетучими» или «постоянными» кислотами.

Не менее важным является постоянное выведение из организма летучих, газообразных токсинов, образующихся при обмене веществ. Их необходимо незамедлительно вывести из организма, пока они не образовали ядовитые кислоты!

Водородный показатель pH	
Желудочный сок	1,5-1,8
Почечный барьер	4,0 - 4,4
Кристаллическая соль	6,3
Инфаркт сердца	6,4-6,2
Соль Мертвого моря	6,75
Сердечная мышца	6,9
Утренняя моча	5,0/5,5-7,0
Соединительная ткань	7,1-7, 25
Слюна	6,5-7,0
Морская соль	7, 35
Кровь	7, 35-7,45
Желудочный сок	8,3
Околоплодные воды	8,5
Щелочной уход за телом	8,5
Жёлчь	8,8

Неполноценное дыхание, а именно неполное выдыхание углекислоты ведет к (респираторному) ацидозу. Собственно говоря, организм испытывает нарушения дыхания, возникающие в результате неполного выдыхания углекислоты, устранить которые можно лишь за счет нормальных реакций обмена веществ. Точно также организм стремится компенсировать нарушение обмена веществ за счет учащенного дыхания.

При сегодняшнем образе жизни и режиме питания сдвиги в сторону повышения кислотности, т.е. ацидоза, происходят неизмеримо чаще, чем в сторону алкалоза и приводят в большинстве случаев к серьезным нарушениям. Со временем эти нарушения ведут к ограничению функций почек, устранить которые тем сложнее, чем больше прогрессирует нарушение обмена веществ. Однако, испытывая чрезмерный страх перед переокислением, не стоит впадать в другую крайность и, принимая избыток щелочных субстанций, вызывать у себя алкалоз.

В организме упорядоченный (нормальный) обмен веществ возможен только при приблизительном равновесии между кислотой и щелочью. Только таким образом во внутренней среде создаются возможности для оптимальной реализации жизненных функций. Скажем, от показателя рН зависят ферменты, которые управляют всеми процессами живой клетки. И в такой же зависимости от коэффициента рН находятся гормоны.

Основы регуляции организма

Основное регулирование организма подразделяется на три важные части:

1. Регулирование кислотно-щелочного баланса

Кислотно-щелочной баланс выполняет кроме всего прочего, важную задачу фильтрации циркулирующей крови и выведения из нее шлаков, образующихся при обмене веществ. Прежде всего, это азотсодержащие продукты, возникающие при распаде белка, такие как мочевины и мочевая кислота, которые подлежат выведению из организма. Сюда же относятся многочисленные кислоты, полученные в результате брожения и гниения в кишечнике, далее следуют чужеродные и ядовитые субстанции, часть которых образуется в процессе собственного обмена веществ, другие же поступают в организм с питанием и медикаментами.

2. Регулирование водного баланса.

Тело взрослого человека примерно на 60 % состоит из воды. Без воды нет жизни! Потеря человеческого телом 11 % воды несовместима с жизнью.

Вода является естественным растворителем при обмене веществ в человеческом организме. С ее помощью осуществляется транспортировка питательных веществ, внутриклеточный обмен, выделение почками продуктов обмена.

Почки являются решающим органом в регулировании водного баланса. В день человек должен выпивать от **1 до 1,5 литров** чистой, по возможности мягкой воды.

3. Регулирование минерального баланса (электролитного баланса)

Жидкости в человеческом теле обладают электропроводностью благодаря содержащимся в них минеральным веществам. Минеральные вещества находятся в жидкостях тела в виде электрических заряженных частиц, ионов (положительно заряженных катионов и отрицательно заряженных ионов, анионов). Поэтому на профессиональном языке речь ведется не о минеральном балансе, а о **балансе электролитов**.

Электролиты, являющиеся ни чем иным, как металлами, влияют на общий обмен веществ. В жидкостях организма здорового человека содержится определенное и постоянное количество электролитов. К сожалению, в настоящее время они все больше используются для нейтрализации избытка кислот, образующихся при обмене веществ, что, соответственно, увеличивает их расход в организме.

Эта преждевременная потеря металлов равносильна досрочному, а, следовательно, раннему старению. Регулирование электролитов находится в тесной связи с водным и кислотно-щелочным балансами.

Одним из первых, кто обратил внимание на воздействие кислой среды, к примеру, на сердце, а точнее, на инфаркт сердца, был доктор Керн, врач из Штутгарта. Он интенсивно занимался изучением таких заболеваний, как, например, стенокардия и инсульт и рассматривал их как следствие повышенной кислотности (ацидоз).

По его данным капиллярная кровь становится кислой, когда течёт сквозь ставшие химически кислыми ткани. **В кислой среде эритроциты, красные кровяные тельца,**

сначала становятся твердыми (ригидными), а позднее, при особенно низких показателях рН, совершенно неподвижными.

Кроме того, они слипаются в большие гроздья, т.е. происходит агрегация эритроцитов, что является фактом «загущения» крови. При нормальных показателях рН эритроциты, обладая способностью к изменению формы, могут проходить по самым тонким кровеносным сосудам, капиллярам, несмотря на то, что в диаметре они больше, чем сосуды.

При коэффициенте рН 6,5 - 6,4 красные кровяные тельца становятся твердыми и неподвижными и не могут больше изменять форму, и капилляр оказывается заблокированным. Если это происходит только с одним капилляром, то это не так страшно, так как в тканях их очень много. Но когда этот процесс захватывает большой участок, то из-за отсутствия питания ткани на этом участке отмирают.

ЭТО и есть инфаркт сердца.

ЭТО - кровоизлияние в мозг (инсульт, апоплексический удар).

ЭТО - некроз ног.

Это не что иное, как повреждение тонких кровеносных сосудов, **кислотное повреждение капилляров.**

Но это не относится к артериям, большим аортам! Согласно доктору Керну, коэффициент рН работающей сердечной мышцы составляет около 6,9 в нормальном состоянии, следовательно, присутствует слегка кислая среда из-за постоянного образования молочной кислоты и углекислоты при такой колоссальной физической работе, которую прорабатывает сердце. Но уже при коэффициенте рН от 6,5 до 6,4 существует опасность инфаркта.

Свободного пространства в тканях чрезвычайно мало. Совершенно незначительные изменения показателя рН ведут к омертвлению тканей в результате ацидоза. Согласно доктору Керну инфаркту сердца предшествуют три этапа определенных симптомов. Обычными симптомами при ацидозе сердца являются:

1. Разного рода сердечные боли: колющие, давящие, сжимающие, ноющие и т.д.
2. Характерные нарушения работы сердца во время сна, когда человек просыпается ночью и не может в течение двух часов уснуть или же засыпает только под утро.
3. Неприятные ощущения при лежании на левом боку, как будто что-то давит или стесняет, боли в сердце, нарушение сердечного ритма и т. д.

Доктор Керн при угрозе инфаркта рекомендует общую нейтрализацию кислотной среды в качестве профилактики ацидоза. Согласно его выводам кровоизлияние в мозг является **кислотной катастрофой для мозга**, так же как инфаркт сердца - **кислотной катастрофой для сердечной мышцы.**

Когда человек молод и здоров, ему не сложно избавиться от кислот, образующихся в организме в результате употребления кислотосодержащих продуктов. Но с возрастом это меняется.

Грудные дети, как известно, имеют показатель мочи 8 или даже 8,5. Это можно проверить, протестировав мокрые пеленки с помощью рН-полоски. С возрастом организм человека всегда окисляется. Возраст нас закисляет в химическом смысле. В первую очередь исчезают запасы нейтрализующих минеральных веществ. Одновременно

стареющий мозг становится более чувствительным к кислотным повреждениям. Не случайно эти предвестники, а также апоплексические удары случаются преимущественно у старых людей, нежели у детей и молодежи.

Предвестниками, которые свидетельствуют о повреждениях, нанесенных кислотой, и указывают на затаившуюся опасность, являются такие симптомы мозга, как головокружение, помутнение сознания, тяжесть и сдавливание в голове (не головная боль, а ощущение сдавливания). В такие дни даже думается с трудом. Состояние чередуются. Бывают хорошие и плохие дни. В неблагоприятные дни с трудом удается сформулировать мысль или о чем-то подумать.

Такие симптомы подозрительны и указывают, скорее всего, на то, что человек перенасыщен кислотой и его собственный мозг восприимчив к кислоте. В этом случае нужно срочно вывести кислоты.

Для этого в течение 3 недель по 3 раза в день ежедневно принимают пищевую соду (бикарбонат, натрия) растворенную в воде. Небольшое количество, порядка одной трети или половины чайной ложки принимать обязательно натощак с теплой, почти горячей водой.

Кроме того, необходимо начать срочно обеспечивать себя минеральными веществами в течение длительного времени. Подобного результата можно достичь, если регулярно пить соответствующий травяной чай и употреблять пищу с высоким содержанием минералов, а также регулярно выводить кислоты, принимая щелочные ванны. Одновременно с этим необходимо ежедневно выпивать 1-1,5 литра чистой, мягкой воды.

Выводить кислоты из организма и проводить его реминерализацию рекомендуется до тех пор, пока первая утренняя моча не будет иметь показатель pH 7,0 - 7,2. Это соответствует показателю нормы равновесия крови, уровень pH которой равен 7,35 и свидетельствует о том, что почкам теперь не нужно выводить из тканей ни избыток кислоты, ни избыток щелочи.

Избыток кислоты, обусловленный поступающими в организм продуктами, может быть устранен за счет изменения привычек питания. Естественно, это правильно и идеально. Однако практически каждый из нас грешит тем, что не может устоять перед соблазном съесть кусочек мяса, сыра, сладкого или выпить колы, лимонада.

Нам сложно бывает увернуться от воздействия многих других факторов, вызывающих повышение кислотности, например, волнение, напряжение, шум. Нашим спасением является картофель, овощи и сладкие, созревающие под солнцем фрукты, финики, инжир, бананы, которые преимущественно реагируют как щелочная среда. И, естественно, это наши чаи из трав. В состав этих чаёв входят самые горькие травы с самым высоким содержанием щелочи: полынь, тысячелистник и золототысячник.

Когда речь идет о современных болезнях, вызванных повышенной кислотностью, на ум сразу же приходит кислород – чисто по созвучию. Хотя название элемента «кислород» не имеет ничего общего с кислой реакцией, а обусловлено лишь исторически.

200 лет назад ученый химик Лавуазье обосновал теорию, согласно которой все без исключения кислоты должны содержать кислород. Так появилось «научное» название OXYGENIUM, т.е. образующий кислоту, по-русски - кислород. Только 100 лет спустя

Юстус фон Либиг установил, что кислоты являются не кислородными, а водородными соединениями. Обоим элементам - водороду и кислороду - дали неправильные названия.

Кислоты на самом деле состоят из водорода и так называемого **кислотного остатка**. Кислотный остаток представляет собой либо соединения кислорода с неметаллами, прежде всего с фосфором, серой и углеродом, а также с хлором и фтором, либо эти неметаллы без кислородного соединения в их элементарной, атомарной форме.

Как уже описывалось выше, щелочные металлы (натрий, калий, кальций и магний) замещают водород в кислотах, вступая в соединения с кислотным остатком, в результате чего получаются нейтральные соли, с которыми больше не происходит никакой реакции. Такие соли, т.е. нейтрализованные кислоты, при их отложении в организме называют «шлаками».

Для химика противоположностью кислого является не сладкое, а щелочное. Так как редкоземельные и щелочные металлы могут в нормальной воде занимать место водорода, то образуются водные растворы с щелочной реакцией, так называемые щелочи. В качестве остатка щелочи содержат не только кислород, но и группу из кислорода и водорода, так называемую гидроксильную группу, или ОН-группу.

Щелочи и кислоты под воздействием тепла связываются в воду (которая больше не является ни щелочной, ни кислой) и в соль. Это - нейтрализация.

Например, так нейтрализуются опасные химические вещества - раствор едкого натра и соляная кислота, образуя безвредную поваренную соль и безвредную воду. Разумеется, организм также нуждается в кислотах. Сгорая, они способствуют получению энергии.

В природе никакая субстанция изначально не бывает абсолютно кислой или щелочной. Кислоты и щелочи не только противоположны, они дополняют друг друга. Поэтому мы и говорим о кислотно-щелочном равновесии в организме здорового человека.

При здоровом обмене веществ, тем не менее, образуются преимущественно кислые продукты, особенно при расщеплении белков; углекислый газ образуется при расщеплении жиров и углеводов. При определенных условиях образуются специальные кислоты, например, при сокращении мышц образуется молочная кислота.

Здоровое тело выделяет лишние кислоты через почки и легкие, а также через кожу. Таким образом, сохраняется кислотно-щелочное равновесие со слабощелочным и по возможности постоянным показателем крови рН равным 7,35. Этот процесс поддерживается благодаря правильному питанию с повышенным содержанием минеральных веществ и щелочи. При нарушениях обмена веществ, а также при заболеваниях органов выделения или легких, может произойти переокисление организма. Чем больше кислот попадает в кровяной поток, тем больше сокращается количество щелочеобразующих минеральных веществ в организме, т.к. они участвуют в нейтрализации путем образования солей. То есть организм вынужден изымать из собственных тканей то, из чего они собственно и состоят – микроэлементы. Фактически организм вынуждается идти на саморазрушение.

На первый взгляд – звучит странно, ибо мы постоянно слышим о какой-то там природной мудрости организма. Так зачем же он сам себя «демонтирует»? Это

происходит потому, что если избыток кислоты не нейтрализовать, то разрушение произойдет сразу. Кислота просто сожжет нежные ткани организма.

Поэтому из двух зол – быстрого сгорания и медленного разрушения – он, разумеется, выбирает второе «зло», в надежде, что человек когда-нибудь одумается и догадается помочь ему с микроэлементами и нейтрализацией агрессивных кислот... Пока же человек ему не помогает, в первую очередь кости и волосяные луковицы лишаются кальция, ибо это очень эффективный для связывания кислот элемент. Вместе с прогрессирующим переокислением организма исчерпываются и все остальные минеральные вещества: калий, магний, цинк и так далее по списку...

Далее химизм пытается вывести образовавшиеся соли через почки (и тогда мы имеем утреннюю мочу в районе pH6), а когда почки начинают не справляться с таким обилием солей, химизм пытается переместить образовавшиеся соли в менее важные для кровообращения части тела, создав там своего рода «депо шлаков». В этом «депо шлаков» сначала скапливаются все невыведенные шлаки, образовавшиеся в результате обмена веществ.

Чаще всего таким местом оказываются более глубоко расположенные соединительные и жировые ткани. Разумеется, это для организма является проблемой и он всегда пытается избавиться от этих отложений. Например, при первой удачной возможности организм пытается избавиться от них с помощью целительного скачка температуры, сжигая накопившиеся шлаки.

Скажем, подцепил организм вирус. Для его нейтрализации организму достаточно поднять температуру на пару часов. Но поскольку у него имеются еще и эти «залежи», он решает воспользоваться моментом, и держит повышенную температуру гораздо дольше, ибо это позволяет просто сжигать, разлагать эти накопленные соли.

Но растворить их в полном объеме ему удастся только тогда, когда в этом естественном процессе очищения ему не мешают антибиотики. К сожалению, по сложившейся ныне невежественной системе лечения, они используются слишком часто, что впоследствии ведет к ослаблению общей системы защиты организма.

Скажем, температура в районе 39-40 градусов уже настолько пугает современного человека, что он чисто из этой реакции страха тянется к антибиотику. А уж что говорить, когда столь высокая температура имеется у ребенка? Взрослый и получаса не выдержит, наблюдая за этой картиной, и не ничего не зная о средствах первой щелочной помощи, обязательно использует антибиотик.

В результате тут же возникают инкапсулированные очаги, груды кислого «мусора», которые устремляются в кровь, наполняя её токсичными веществами. Защитные силы организма ослабевают, так что человек, чья лихорадка или ОРЗ, сопровождавшиеся скачком температуры «побеждены», чувствует себя ослабевшим. И уже при самых незначительных нагрузках защитная система организма ломается, и все органы оказываются беззащитными перед угрозой опасных вирусов и инфекций, например того же гриппа. Взгляните только на наших детей!

Наблюдается странная и противоречивая картина: с одной стороны, медицина успешно применяет искусственно повышенную температуру (гипертермию) для

сожжения и распада опухолевых клеток, а с другой стороны, ведет с той же самой гипертермией борьбу, а ведь это естественный процесс очищения и исцеления.

Чем дольше к поврежденному в результате повышения кислотности организму применяется только симптоматическое лечение, тем быстрее задыхаются здоровые клетки от непрерывно накапливающихся ядовитых веществ и шлаков.

Любые медикаменты и стрессовый фактор, «ощущение себя больным» дополнительно закисляют жидкости организма. При этом здоровые клетки все больше страдают от недостатка питательных веществ и кислорода, а так же продолжает расходоваться жизненная энергия.

Посмотрим на почки.

В обязанности почек входит выведение лишних кислот. Почки перегружены ежедневным приливом кислоты, который вызывается стрессом, неправильным питанием, химическими ядами и отравляющими веществами, поступающими из окружающей среды. Ослабленные почки не могут в достаточном количестве выводить из организма постоянно образующиеся из-за неправильного питания кислоты, такие как мочева, уксусная, молочная, серная и т.д. В результате в лимфатических протоках возникает застой кислых жидкостей. Для разжижения кислот в организме скапливается вода, тело разбухает, появляются отеки.

Организм пытается разжижать ядовитые вещества, удерживая воду. Застой кислот в организме приводит к отеку лимфатических узлов. Все больше распространяются грибковые заболевания (candida albicans) - сопутствующее явление при ацидозе, вернее, его следствие.

Эти заболевания наносят большой вред клеткам печени и мозга, отравляя их токсичными продуктами обмена веществ (аммиаком, альдегидами, афлатоксинами и т.д.). Может возникнуть застой в воротной вене, и как следствие, геморрой.

Сегодня каждому известно разрушающее воздействие так называемого «кислотного дождя» на окружающую среду. И все же наша западная цивилизация еще мало просвещена относительно кислой среды в организме. Сегодня большинство людей живут с перенасыщенными кислотой жидкостями тела, составляющими 70 % от его удельного веса!

В наш организм ежедневно поступает **80-90% кислотообразующих продуктов питания** и напитков в составе «цивилизованного» денатурированного рациона. При этом пища имеет в основном не кислый вкус, а сладкий, но затем из этой пищи путем химических реакций образуется именно кислота. **Все продукты питания, богатые сахаром и сладкими веществами, образуют в организме кислоты.**

К кислотообразующим продуктам относятся мясо, птица, рыба, яйца, разогретые жиры, кисломолочные продукты, сыр, макаронные и хлебобулочные изделия. Организм не может сжечь избыток жиров, и таким образом откладывает уксусную кислоту и уксуснокислые соли.

Злоупотребление мясом, приводит к образованию мочевой кислоты и мочекислых солей. Это заставляет организм расходовать собственные запасы минеральных веществ с целью нейтрализации вышеуказанных кислот.

Переокисленные и зашлакованные клетки становятся неподвижными. Затвердевшие красные кровяные тельца – эритроциты – теряют свою эластичность, т.е. способность менять форму, тем самым ухудшается процесс кровообращения.

Возрастают нарушения процесса кровоснабжения, потому что эритроциты не могут больше проходить через тонкие капилляры. Это приводит к кислородному голоданию тканей и возникновению у нас аритмичного, напряженного, учащенного дыхания (поскольку организм пытается восполнить недостаток кислорода в тканях путем учащенного дыхания – хотя оно по сути дела никак не может повлиять на ситуацию с эритроцитами).

Мы должны поддерживать жидкотекучее состояние крови и не допускать зашлакования кровяных русел, употребляя здоровую пищу и ведя здоровый образ жизни.

Для этого наш рацион должен на 80% состоять из щелочеобразующих продуктов, илишь на 20% - из кислотообразующих.

Если речь идет об излечении от конкретных заболеваний, то следует избегать употребления всего, что может привести к образованию кислот в организме. Если же речь идет о здоровом образе жизни, то имеет смысл свести к минимуму такие продукты.

Опасность переокисления тканей значительно выше, чем опасность перещелачивания. Щелочь легко и без остатка может быть выведена из организма благодаря употреблению достаточного количества жидкости. Кислоты, напротив, будучи нейтрализованными, накапливаются в организме в виде солей, утверждает доктор Сикст Ханс фон Кампфф.

Щелочные продукты питания и напитки - свежие спелые фрукты, овощи, картофель, зародыши растений, ростки и пряности, щелочной травяной чай и овощные соки поддерживают в организме баланс кислот и щелочи и нейтрализуют избыток вредных кислот.

«Слишком большое количество кислот смертельно для организма», заявляет профессор Мечников, так как кровь, содержащая белок, при окислении загустевает.

Всем нам хорошо знакома обычная усталость после обильного приема кислотообразующей пищи - мяса, жиров, рыбы и выпечки. Вдобавок к этому кислотность крови сильно повышают сладкие десерты. Также окисляюще действует на организм популярное стимулирующее средство - «черный кофе». Такое окисленное состояние «загустевшей крови» отрицательно сказывается на работе сердца и на кровообращении.

Переокисление организма представляет собой эпидемическую болезнь нашей сегодняшней цивилизации - АЦИДОЗ, имеющую следующие последствия: отложения кристаллизованных кислот в кровеносных сосудах, мышцах, суставах, соединительной и жировой тканях, в лимфатических сосудах. Переокисленная кровь пытается как можно быстрее избавиться от кислот, отложив их на участках периферии с плохим кровоснабжением, например в ногах, плечах, области затылка и головы, вдоль позвоночника, под кожей головы и, под конец, даже в клетках мозга.

Механизмы самоисцеления организма пытаются нейтрализовать избыток кислот с помощью образования солей, что равносильно истощению минеральных запасов организма, которое в первую очередь приводит к деминерализации костей, ногтей, зубов

и волосяных луковиц. Именно этим объясняется увеличивающаяся хрупкость костей (остеопороз) и выпадение волос уже у молодых мужчин.

Еще до того, как станут очевидными поражения внутренних органов, на коже можно заметить эффект апельсиновой корки которая получилась в результате гелоза (уплотнение шлаков) в соединительной ткани, а также появляется чувствительность при пальпации между суставами и позвонками.

Шлаковые узелки больно давят на нервные окончания (невралгия). При надавливании на подошвы ног и кожу головы можно почувствовать «нитевидные кристаллы». Шлаковые кристаллы поражают хрящи между отдельными позвонками и хрящи в суставах. Следствием этого является повреждение межпозвоночных дисков и атрофия хрящей и костей.

Тончайшие нервные окончания повреждаются в результате отложения кислот вдоль позвоночника, и они уже не могут в достаточной мере передавать импульсы головного мозга. Частым следствием этого является паралич мышц и конечностей.

Организм имеет в своем распоряжении щелочные резервы, которые образуются в клетках с помощью бикарбоната натрия, калия, кальция и других щелочных металлов.

Для хорошего процесса обмена веществ необходимо наличие легкой щелочной среды. Биологическое равновесие в тканях организма осуществляется при уровне рН мочи 7,2. В течение дня в моче можно измерять уровень кислоты и щелочи, который регулируется биологическими ритмами, а также приемом пищи. Этот процесс можно сравнить с шестичасовым циклом отливов и приливов.

Щелочные приливы

4.00 интенсивно

10.00 умеренно

16.00 интенсивно

22.00 умеренно

Кислотные приливы

1.00 умеренно

7.00 интенсивно

13.00 умеренно

19.00 интенсивно

Именно поэтому больные с инфарктом миокарда поступают в больницы между 5 и 7 часами утра, это Вам подтвердит любая ночная медсестра, дежурящая в больнице.

Эти люди - жертвы проведенного накануне «кислого» дня, вероятно, насыщенного стрессами, страхом перед завтрашним днем, раздражением и гневом, или наоборот – излишним эмоциональным бурлением, энергичными танцами накануне вечером.

Как мы видим, ткани организма освобождаются от всех вредных веществ ночью, поэтому утренняя моча, как правило, окисленная. Она имеет «нормальный» показатель рН 5,5, что написано во всех современных учебниках. Но это вовсе не «нормально»! Этот кислый рН-показатель отражает состояние «нормального» ацидоза у всех наших современников. И больше ничего!

Что же вообще принимать за «норму»? Какие показатели считать «нормальными»? Например, это можно установить следующим образом: у 1000 здоровых молодых солдат

Бундесвера измеряются различные показатели. Среднее арифметическое и считается нормальным показателем.

Но вот факт: после осмотра погибших молодых американских солдат во время войны во Вьетнаме, были выявлены признаки ожирения кровеносных сосудов и начинающегося склероза! Спрашивается: зачем далеко ходить? Зачем выдумывать сложные способы поиска таких критериев? Мы же имеем самый надежный ориентир – новорожденный человек!

В качестве нормы следует принимать показатель рН грудного ребенка, сосущего материнскую грудь. Также следует принять во внимание мнения древних врачей, которые были очень наблюдательными. Из древнейшей высокоразвитой индийской культуры, которая существует и сегодня, мы знаем, что индийские йоги с высоким уровнем духовного развития имеют показатель рН клеток, равный 8,1.

Именно этот показатель следует считать нормальным, а не кислотные показатели современной западной дегенерирующей цивилизации.

Вернемся к показателю рН утренней мочи.

Оптимальным был бы показатель приблизительно 7,35 - то есть соответствующий показателю крови. Это означало бы, что обмен веществ, затрагивающий кислотно-щелочной баланс, является абсолютно здоровым и не требует выведения ни избыточной кислоты, ни щелочи. При разрушении клеток образуется мочевая кислота, при работе мышц - молочная кислота, а также углекислота. При этом допустимым можно считать показатель рН от 7,0 до 6,5.

Если показатель рН находится в кислой области, то налицо будет и избыток кислот, или «кислых» солей. Следовательно, необходимо вывести кислоты. Вывести кислоты каждый может самостоятельно, потребляя пищу и питье с высоким содержанием минеральных щелочеобразующих веществ, а также соответствующие пищевые добавки.

Свой вклад в процесс минерализации организма и выведения кислот вносят также щелочные средства по уходу за телом, а также регулярное употребление чистой питьевой воды.

К сожалению, в наших цивилизованных странах пищевые продукты не удовлетворяют потребности организма в достаточном количестве богатых энергией минеральных веществ, необходимых для баланса кислот, то есть для их нейтрализации. Суть проблемы глубоко понимают лишь некоторые, хотя логика процедуры снижения уровня кислотности постигается быстро. Об этом свидетельствует часто задаваемый вопрос: «Сколько времени надо выводить кислоты, употреблять минеральные вещества и осуществлять щелочной уход за телом?»

Ответ на него краток: **«Всю жизнь!»**

Да, собственно, а как же иначе? Спросите у любого человека, даже не обязательно медика: сколько надо соблюдать гигиену? И любой вам ответит – всю жизнь. Так вот в данном случае нам просто нужно наполнить понятие «гигиены» новым – щелочным – содержанием, вместо старого – кислого...

Давайте запомним следующее: кислот мочи совершенно четко отражает наличие кислотоза в тканях организма!

Здоровые, вскормленные на материнском молоке грудные дети имеют показатель мочи рН 8 - 8,5. Это научный факт. С уверенностью можно сказать, что за свою долгую историю человечество когда-то имело такой показатель рН крови как норму, пока мы не скатились до нынешних 7,35. Сегодня такой высокий показатель рН мы находим только у индийских йогов.

Что такое «достаток щелочи»?

«Достаток щелочи» означает, что с ежедневной пищей в организм поступает больше богатых энергией минеральных веществ, чем необходимо для нейтрализации-переработки тоже поступающих с пищей или появившихся каким-либо иным образом кислот, ядовитых и вредных веществ.

*Если этого не происходит, то для процесса нейтрализации из организма **ИЗЫМАЮТСЯ** его собственные запасы минеральных веществ и микроэлементов.*

Как известно, показатель рН мочи травоядных животных может подниматься до отметки 8,5. В противоположность им собаки и кошки имеют показатель рН между 5 и 6. Еще Аре Верланд утверждал, что собаки и другие плотоядные животные, если ощущают переизбыток кислоты в организме, предпочитают питаться теми частями тела убитых ими животных, которые содержат наибольшее количество минеральных веществ. Щелочеобразующие минеральные вещества содержатся, прежде всего, в суставных сумках позвоночных животных. Известно, что лев пожирает внутренности позвоночных животных, богатые минеральными веществами. Гиена же как раз-таки довольствуется мясом (т. е. мышечной тканью), которое презрительно отвергает лев. Любителей полакомиться филе и стейком мы называем гурманами. Не правда ли, прослеживается некое сходство между гурманом и гиеной?

Низкосортное мясо фактически больных и подвергаемых стрессу животных, особенно свиней, у которых был низкий показатель рН, потребитель распознает по бледной окраске. При приготовлении мясо теряет столько воды, что значительно уменьшается в размере и теряет свой вкус.

Мышцы и соединительная ткань перенасыщенного кислотой организма человека – такого же низкого качества, что называется, «никакие». Но они часто насыщены водой, которая способствует разжижению кислот.

Десятилетние исследования различных ученых показывают, что нейтрализация с помощью минеральных веществ является основным правилом активного ухода за своим здоровьем, а также играет главную роль в предотвращении болезней цивилизации.

Химия тела ото рта до ануса

Пищеварительная система человека представляет собой длинный шланг. Он тянется ото рта до ануса, и на этом пути его среда меняется от кислотной до щелочной.

Проблемы начинаются уже во рту. Не только потому, что слюна нашего современника содержит недостаточно щёлочи. Причина также в том, что человек делает слишком мало жевательных движений, к тому же сам процесс жевания длится недолго. Это приводит, во-первых, к недостаточному измельчению пищи, во-вторых, к слабому щелочному воздействию на пищу при её смешивании со слюной. Таким образом, речь идет о неполноценном пищеварении в полости рта.

Как известно, при обменных процессах человека происходит колебание между кислотой и щелочью. Щелочные и кислотные отрезки выстраиваются в пищеварительном тракте, химическом стержне нашей жизни, с одинаковым чередованием на всём протяжении ото рта до ануса.

Рот - щелочная среда, желудок - кислая, тонкая кишка - щелочная, толстая кишка - кислая среда. В анусе среда должна быть химически нейтральной. Если измерить щелочной уровень утренней слюны, то мы ужаснемся этим кислым показателям.

Таким образом, мы имеем еще одно доказательство того, что при так называемых **ЗУБНЫХ БЛЯШКАХ** речь ни в коем случае не идет о зубном налете, образованном из остатков сладостей, потребления деликатесов, колы т.д. Речь идет о кислых выделениях, которые ночью выделяются из зубодесневых карманов и покрывают зубы снизу доверху.

Их происхождение видно при осмотре зубов. Поэтому необходимость совет чистить зубы вечером или в течение дня - не что иное, как очевидное и вредное заблуждение!

В этом случае помогает переход на рацион, обогащенный минеральными веществами и состоящий большей частью из овощей и травяного чая, а также последовательное растворение уже накопленных шлаков и их выведение. Только таким образом мы снова можем получить щелочную слюну с уровнем рН 7 - 7,3.

Идеальным же показателем является уровень рН 8!

Так как наша пища содержит мало жизненно важных веществ, ферментов, энзимов, витаминов и энергетических минеральных веществ, то мы переедаем.

Человек постоянно чувствует голод, так как ему не хватает важных элементов. При этом на самом-то деле ему не хватает их в **качественном отношении, но не в количественном!!**

Основное зло – это избыток:

- мяса и жиров*
- хлебобулочных изделий*
- кондитерских изделий и напитков типа колы*
- кофе и алкоголя*
- табака*
- медикаментов*
- шума, сенсаций*
- борьбы за существование*

Всё это приводит к кислым реакциям в процессе обмена веществ и к ослаблению сопротивляемости организма.

Переедание приводит к переполненным желудкам и неполноценному процессу пищеварения. Это происходит потому, что с незапамятных времён желудку предоставлялось совершенно определённое количество желудочного сока. Долгое время мир был достаточно беден, еды было мало. Тогда никто не нуждался в массовом поступлении желудочного сока. Теперь же это внезапно понадобилось для переваривания гамбургеров и других «деликатесов».

Кроме того, переполненный желудок и вздутия в тонкой и толстой кишке приводят к высокому стоянию диафрагмы, так что она начинает неприятно давить на сердце. Этому физическому явлению следует уделять повышенное внимание. Физиотерапевты разработали специальный висцеральный массаж, устраняющий вздутия, но не каждый врач владеет таким массажем. Хотя такой массаж позволил бы избежать применения многих лекарственных средств...

В тонкой кишке идет процесс брожения из-за обычного питания продуктами из белой муки в сочетании с сахаром. У многих детей из-за этого в тонкой кишке происходит сильное алкогольное брожение. Происхождение газов брожения такое же, как и у вредного алкоголя. Поэтому ребёнок может бегать и играть, а в его крови в это время будет содержаться несколько промилле алкоголя; и когда случается так, что мальчик или девочка травмируется или не дай Бог, попадает под машину, то, возможно, виной этому не невнимательность, а вполне реальное легкое опьянение...

Процесс гниения в толстой кишке идёт еще и потому, что из-за недостатка движения у людей очень долго происходит опорожнение. Если газы не выпускать, то они образуют органические и неорганические кислоты, которые необходимо нейтрализовать, иначе они обожгут органы, железы, клетки или нервы, или же послужат причиной функциональных расстройств.

Таким образом, из газов образуются кислоты, а из кислот соли, известные нам как шлаки. Для их образования заимствуются минеральные вещества из «сокровищниц жизни» - из костей и ногтей, из кожи, хрящей, капсул и волосяных луковиц.

Проблемы кишечника

Переедание это:

- постоянно переполненный желудок и кишечник
(вполне достаточно заполнить желудок на две трети!)
- Брожение в тонкой кишке
- Денатурированные углеводы плюс сахар
вырабатывают газы брожения и спирт.

Организм пытается всеми возможными способами избавиться от кислот и шлаков, так что, помимо прочего, происходит постоянное окисление кожной среды. В этой кислой среде развиваются грибки на ногтях пальцев рук и ног, эпидермисе и слизистой оболочке. К тому же постоянно растёт их разнообразие. Они наводняют организм своими ядовитыми выделениями, что приводит к новым заболеваниям.

В основе развития многих, ранее не известных так называемых «современных болезней цивилизации» лежит избыточное потребление всевозможных деликатесов и удовольствий, а также потребности, которых не было раньше.

В наше меню занесено слишком много мяса и жиров. Но объективно мы не испытываем в них настоящей потребности. Кто из нас настолько много работает физически, что ему для восстановления сил необходимо большое количество этого продукта?

К тому же мы в избытке потребляем сладости, выпечку, колу, кофе, табак, алкоголь и медикаменты. Нас беспокоят слухи и сенсации, что перевозбуждает нервную систему и тоже приводит к опасным последствиям. При этом нашему самостоятельному независимому существованию угрожают постоянная борьба за существование и конкуренция.

Все эти критерии приводят к химически кислым реакциям организма, к ослаблению сил сопротивляемости и к расхищению запасов минеральных веществ и микроэлементов, данных нам от рождения.

С одной стороны, мы питаемся неправильно, потребляем много животных белков, изделий вкусовой промышленности и упомянутых выше соединений углеводов и сахара, что приводит к непрерывному алкогольному брожению. С другой стороны, мы испытываем недостаток во многих других вещах.

Нам не хватает свободного времени и вдохновения, мы мало бываем на солнце, на свежем воздухе.

Слишком мало подлинного продовольствия при постоянном увеличении производства продуктов питания, не содержащих энергии.

Слишком мало подлинных лекарств, но появляются все новые медикаменты, причём ни врач, ни аптекарь, ни фармацевт ничего не знают об их побочных действиях, отдалённых последствиях и взаимодействиях.

Нам не хватает веществ, обуславливающих щелочные реакции при обменных процессах, повышающих сопротивляемость организма и пополняющих запасы минеральных веществ. Но мы, напротив, неправильно питаемся и переедаем, что вызывает проблемы в кишечнике.

Изменение причинно-следственной цепи.

Здоровье путём умеренности:

- меньше еды
- отказ от «кислых» деликатесов:
- мяса / жиров
- хлебобулочных изделий / кондитерских изделий
- изделий вкусовой промышленности
- наркотиков
- медикаментов
- слухов / сенсаций

Переход на пищу, богатую минеральными веществами:

- травяной чай
- овощи / злаки
- сырая (растительная) пища
- фрукты

Процесс гниения в толстой кишке особенно тяжело переносится людьми, страдающими запорами. Гниение - это процесс, протекающий при отсутствии кислорода. При гниении образуются различные водородосодержащие газы, например, сероводород, фосфористый водород, углеводород, хлористый водород и азотистый водород.

Если не выпускать эти газы через анус, то, после многократных тщетных попыток выйти наружу, они попадут в физиологические жидкости организма и образуют там агрессивные кислоты, такие, как серная, фосфорная, соляная, азотная кислоты и т.д.

Если капнуть на руку разбавленной серной кислотой, то за короткое время она прожжёт руку до кости. А смесь азотной и серной кислоты способна даже расплавить золото - «царя металлов», поэтому такую смесь называют «царской водкой». А потом человек удивляется, почему начинает чернеть кожа под золотыми украшениями. «Царская водка» способна растворить даже самый благородный металл.

Сидя, например, на собраниях или конференциях, вы чувствуете дискомфорт из-за невозможности выпустить газы. Именно в это время в организме образуются кислоты, и он химически «закисляется» в полном смысле этого слова.

Каждый пузырёк сероводорода, попадающий в физиологическую жидкость, образует там каплю серной кислоты. Она будет разъедать ткани до тех пор, пока не нейтрализуется в крупинку сернокислого шлака, в сульфат кальция.

Недавно банки, сберегательные кассы и почта ввели красную заградительную полосу перед кассами. Теперь клиент обязан стоять за ней и ждать, пока не обслужат стоящего перед ним человека.

Поначалу некоторые шутники от здравоохранения говорили, что это в высшей степени разумная здравоохранительная мера. Наконец-то появилась возможность избавиться от газов у кассы, находясь при этом на почтительном расстоянии от публики. Разумеется, идеей банка было вовсе не это, а «секретность». Но тем не менее – теперь мы уже не станем стесняться использовать эту возможность, если уж это должно произойти именно в банке. В случае необходимости эту «дистанцию секретности» можно даже ещё немного увеличить.

Нет ничего хуже, чем сдерживать «ветры», как говорят китайцы! Давайте вспомним о несчастных банковских служащих, работающих в одной комнате с коллегами, о преподавателях, которые вынуждены проводить занятия, не обращая внимания на образование кислот. Мир так тесен, а людей так много, что мы никогда не можем выпустить газы, не поймав на себе осуждающие взгляды окружающих. Будь всё иначе, мы бы смогли избежать образования агрессивных кислот из газов, выделяющихся в процессе гниения. Ведь это очень важно!

Газы надоедливы и неприятны. Болит внизу живота, но нельзя точно сказать, где именно. Появляется чувство переполнения, и газы отходят. Причины этого очень многообразны, и их не всегда можно точно определить. Остается играть в детектива.

Наши бабушки постоянно твердили, что нельзя пить воду после того, как съешь фрукты. Но кто ещё помнит об этом? Наблюдения показали, что этот совет взят не с потолка. Вода, особенно газированная минеральная, если запить ею съеденные фрукты, вызывает газообразование. Часто это приводит к довольно болезненным коликам.

Нам постоянно звонят люди, которые говорят, что у них ухудшилось здоровье после того, как они изменили привычки питания, стали есть только вегетарианскую пищу и сырую растительную пищу. Её переваривание требует от организма больших затрат.

Наш кишечник, привыкший к «цивилизованному» питанию, не может так быстро и резко перестроиться. Поэтому мы всегда советуем постепенно приучать кишечник к сырой растительной пище, и её доля поначалу должна составлять лишь 30%. По мере привыкания эту долю следует увеличивать.

Трудно найти кислоту, которая бы не образовалась в процессе обмена веществ, будь это разрушение клеток, или потребление мяса и других бесчисленных деликатесов, или принятие пищи, или усиленная мышечная деятельность. И все эти кислоты надо переработать, то есть нейтрализовать.

Если забывать о том, что надо много пить; если вместо щелочного травяного чая пить минеральную воду, содержащую кислоты; если не избавляться от газов, не есть

пищу, обогащённую минеральными веществами, а вместо этого наполнять организм кислотами, содержащимися в деликатесах, то не стоит удивляться тому, что вскоре в организме обнаружатся всевозможные шлаки в виде мочекишлой, щавелекишлой, сернокислой, молочнокислой, азотной и уксуснокислой соли. При этом они могут, как плавать в физиологических жидкостях, так и откладываться в ткани.

Чтобы их нейтрализовать, нужны микроэлементы и минеральные вещества, которые мы безрассудно расходуем; так что в местах, где образуется большое количество кислот, которые надо нейтрализовать, вскоре будет не хватать всевозможных минеральных веществ и микроэлементов.

Так, диабетик страдает от нехватки хрома. При развитии кариеса организму не хватает кальция и фтора. Но этот фтор не надо сравнивать с промышленным отходом, который входит в состав зубных паст. Природный фтор можно найти в таких растениях, как арника, трава окопника, манжетка, тысячелистник, календула, в плодах шиповника и др.

При базедовой болезни наблюдается нехватка йода, при задержке роста и бесплодии - недостаток молибдена. Вскоре молодёжи не понадобятся противозачаточные пилюли. Продолжая вести сегодняшний образ жизни, они станут бесплодными. Сплошь и рядом встречаются пары, которые хотят иметь детей, но не могут.

Анемию вызывает недостаток кобальта, выпадение волос - недостаток цинка и других минеральных веществ. Мы установили, что потерю волос вызывает отсутствие таких элементов, как серебро, золото, углерод, кальций, медь, никель, фосфор, кремний, ванадий и цинк.

Недостаток железа и меди способствует плохому кроветворению в организме и началу ослабления иммунной системы.

Что такое здоровье?

Здоровье организма - это очищенные от шлаков клетки, ткани, железы и органы, а также пополненные запасы минеральных веществ. Полные «склады» минеральных веществ - это еще и красота (волосы, кожа, ногти). Здоровье души - это освобождение от отрицательных эмоций и стрессовых накоплений в памяти подсознания.

На самом деле в настоящее время господствует целая система, которая не даёт нам прожить потенциальные 140 лет и ощущать себя при этом здоровыми душой и телом.

Этой системой нам фактически уготовлена жизнь рабов: сначала мы испытываем те или иные пристрастия, потом страдаем всевозможными заболеваниями, и в итоге нас ожидает старость, полная болезней и в конечном итоге эвтаназия.

Неестественен не только окружающий нас мир дымящихся труб и зловонных выхлопов, загрязненных рек, озер и морей, падающих спутников и взрывающихся атомных реакторов, но также факт, что, к сожалению, преждевременно умирает все большее количество людей – преждевременно даже по существующим ныне стандартам. В конце жизни их тело более, чем на 50% состоит из отложенных в самых разных видах и в самых разных тканях солей - шлаков.

Тело некогда прекрасной Евы теперь окутано ими как бобровой шубой. Хотя все могло быть так просто. Ей не следовало делать многих вещей.

Во-первых, она должна была отказаться от кофе и мяса, от курения и многочисленных кондитерских изделий.

Во-вторых, ей надо было всегда избавляться от газов, освобождаться от последствий стрессов, не допускать в себе злобу и раздражительность.

В-третьих, отказаться от изделий вкусовой промышленности, которые она с удовольствием потребляла на протяжении всей жизни.

Вместо этого ей следовало употреблять по возможности вегетарианскую пищу, богатую минеральными веществами, и регулярно очищать организм от шлаков. Она должна была ухаживать за своим телом с помощью щелочных средств.

Наши основные «склады»

минеральных веществ

- *Волосы и волосяные луковицы*
- *Ногти*
- *Кожа*
- *Кости*
- *Сосуды и артерии*
- *Хрящи, капсулы, сухожилия*
- *Кровь (также буферный раствор)*

Если бы её еда и питье были богаты минеральными и жизненно важными веществами, если бы она всю свою жизнь дышала свежим воздухом, пила чистую воду, то дожила бы до 140 лет, и радовалась бы жизни до последнего дня.

Откуда появляются какие кислоты?

- Мочевая кислота - от чрезмерного потребления мяса и в результате распада клеток
- Молочная кислота - от физического напряжения
- Дубильная кислота - от употребления черного чая и кофе
- Серная кислота - от скопления «газов» и свинины
- Ацетилсалициловая кислота - от приема болеутоляющих средств
- Уксусная кислота - от потребления кондитерских изделий и жиров
- Щавелевая кислота - от чрезмерного употребления, например, ревеня, шпината и какао
- Соляная кислота - от стресса, страха, раздражения
- Азотная кислота - от солёного мяса и сыра с калиевыми и нитратными консервантами
- Никотин (имеющий ярко-выраженную кислую реакцию) - от курения

Организм старается нейтрализовать эти кислоты максимально быстро, чтобы они не нанесли ожогов. Для этого ему нужны минеральные вещества. Они, в свою очередь, соединяются с кислотами в соли, которые на научном языке называются, например, щавелевокислым кальцием или мочекислым кальцием, сернокислым кальцием и т.д.

Стресс, шум, раздражение, страх и разочарование – весь спектр так называемых «негативных переживаний» приводят к реакциям соляной кислоты, и по этой причине у некоторых людей из-за ее избытка часто воспаляется слизистая оболочка желудка или даже возникает язва.

В организме бегунов, спортсменов и людей, ведущих слишком активный образ жизни, повышается содержание молочной кислоты из-за физических нагрузок или перегрузок.

При употреблении кондитерских изделий вырабатывается уксусная кислота.

Черный чай и кофе поставляют дубильную и соляную кислоты.

Курильщик вдыхает никотин, а сдерживание газов, а именно сероводорода, приводит к образованию серной кислоты в жидкостях организма.

«Наслаждение» свининой и многочисленными сортами сыра «дарит» людям серную и азотную кислоту. Именно серная кислота размягчает межпозвоночные диски и в первую очередь несет ответственность за возникающие проблемы этих обычно твердых хрящей. Соединение серной и азотной кислоты даже может растворить золото. Этот пример ясно показывает, насколько агрессивны кислоты.

Ацетилсалициловая кислота попадает к нам в организм с болеутоляющими средствами.

Ревень, шпинат и какао поставляют щавелевую кислоту.

С помощью щелочных металлов организм должен нейтрализовать все эти кислоты как можно быстрее, чтобы они не сжигали клетки, органы, железы и не нарушали их функции.

Что происходит сегодня повсеместно в нашей западной культуре?

Мы пьем кофе или колу, курим сигареты, едим что-нибудь сладенькое и наслаждаемся, следуя девизу «израсходованная энергия быстро вернется!» Это и есть

«кислый путь», приводящий к накоплению кислот. Они, подобно «кислотному бичу», не дают организму новых сил, а забирают его энергетические ресурсы. Все это приводит к потере минеральных веществ и энергии. В этом можно легко убедиться, посмотрев на лица и волосы наших молодых 30-летних мужчин.

Что значит употреблять много минеральных веществ?

Под насыщенностью организма минеральными веществами подразумевается, что изо дня в день организм должен получать большое количество богатых энергией минеральных веществ с пищей, питьем и если надо – с помощью специализированных БАД-ов. Если мы принимаем меньшее количество необходимых веществ, организм **для нейтрализации кислот должен использовать минеральные вещества зубов, костей, ногтей, кожи, и т.д.**, чтобы уберечь себя от разрушения кислотами.

Кость – это в каком-то смысле «последняя инстанция» здоровья человека. На состояние костной системы нужно обращать внимание с самого раннего детства! Только минеральные вещества, содержащиеся в натуральных продуктах питания, достаточно богатые энергией способны эффективно противостоять агрессивным кислотам, т.е. нейтрализовать их.

Если бы с первого дня человеческой жизни удалось сделать так, чтобы в нашем организме количество нейтрализующих минеральных веществ преобладало над количеством кислот, которые необходимо нейтрализовать, мечта человечества о долгой жизни, о свободном от шлаков, прекрасном теле и постоянном здоровье могла бы стать реальностью. Но из-за нашего сегодняшнего питания и образа жизни эта мечта далека.

Если мы признаем тот факт, что единственной основой нашего материального здоровья являются отсутствие шлаков и невредимость клеток и тканей организма плюс пополнение запасов минеральных веществ, то сможем быстро определить сущность современных «болезней цивилизации».

Это - загрязнение и отравление клеток и тканей кислотами и токсинами, а так же образовавшимися в результате их взаимодействия солями, которые в народе называют шлаками.

Из-за недостатка нейтрализующих минеральных веществ организм для нейтрализации кислот вынужден постоянно заимствовать микроэлементы и минеральные вещества из своих запасов. Это может привести в скором времени к дефициту каких-либо жизненно-важных веществ, а также к преждевременной утрате красоты тела.

Чтобы избежать этого и, вместе с тем, сохранить высокий уровень здоровья на протяжении всей жизни - необходимо заниматься профилактикой, которая поможет предотвратить возможные болезни.

Мы должны непрерывно растворять находящиеся в нашем теле шлаки, избавляться от них, своевременно пополнять опустевшие запасы минеральных веществ и восстанавливать поврежденные клетки, ткани органы и их функции.

Мы считаем, что кислые средства гигиены по уходу за кожей с показателем pH ниже 6 не должны попадать на рынок, так же, как зубные пасты со вкусом малины и фтористыми соединениями не должны попадать в детский рот.

Исследования профессора Манфреда фон Арденне подтвердили, что и кофе в зернах, и черный чай в большой мере поглощают жизненно необходимый для нас

кислород. Пониженное содержание кислорода в организме остается после употребления обоих напитков примерно в течение четырех часов. Поэтому нужно добавлять один - два раза в день в питьевую воду каплю перекиси водорода. Этого достаточно, ведь и хорошими вещами нельзя злоупотреблять. Лучше меньше да лучше.

3-х процентный раствор перекиси водорода есть в любой аптеке. Это универсальное средство человеческого здоровья в настоящее время несправедливо пользуется дурной славой как токсичное, или, по меньшей мере, как «едкое».

При этом перекись водорода хорошо подходит как для внешнего употребления как при проблемах кожи, так и для обогащения питьевой воды кислородом. Нескольких капель в день вполне достаточно.

Гипер-оксидированную воду нужно пить по утрам и/или вечерам на голодный желудок, примерно за полчаса или за час до завтрака или ужина.

Как показал опыт, такая вода особенно хорошо влияет на организм при пониженном содержании железа и гемоглобина в крови.

Отравление окружающей среды происходит повсюду. Оно не ограничивается продуктами питания и гигиеническими средствами, лекарствами, деликатесами и наркотиками. Оно не останавливается на кислом хлорировании питьевой и водопроводной воды. Применение кислорода или подходящих щелочных солей имело бы больше смысла!

Хлор - это в высшей мере токсичная, канцерогенная субстанция. Это проясняет энергетическое исследование радиэстезийными приборами. Из этого анализа видны все болезни, причинами которых является действие хлора. А мы имеем с этим дело каждый день. И постоянно пьем такую воду!

Что такое болезнь?

Болезнь тела - это загрязнение тела шлаками и отравление ими при одновременном уменьшении количества минеральных веществ. Загрязнение шлаками ведет к недостатку минеральных веществ в организме. Загрязненное шлаками и лишенное минеральных веществ тело химически «киснет» и становится восприимчивым для патогенных микроорганизмов.

Болезнь души - это ее перегрузка преждевременными или чрезмерными переживаниями.

По нашему мнению, сегодня понятие болезнь трактуется ошибочно. Сегодня именно симптом называется болезнью. При этом симптом болезни – это **наименьшая её часть**. На наш взгляд, симптом - это уже стадия преодоления болезни. И как раз этот симптом лечится, уничтожается и, прежде всего, ошибочно трактуется.

В наше время, обусловленное все большим количеством новых болезней, симптом называют статическим феноменом. Считается, что этот феномен боли, выделений, опухолей необходимо «уничтожить». Это желание уничтожения происходит из диаметрального непонимания того, что фактически представляет из себя симптом.

Симптом – это не устранимый статический феномен, а динамичный процесс!

Этот динамичный процесс направлен, как правило, на самоизлечение, на избавление от вредных ядов или на отложение не выделяемых шлаков. Важной задачей врачей и людей, заинтересованных своим здоровьем, является познание того, какой смысл стоит за динамичным процессом симптома. Необходимо признать выбранный, исходя из этого, путь оздоровления, следовать и всячески содействовать этому пути.

Однако каждая болезнь имеет свои причины. Они приводят к совершенно определенному «плохому состоянию», а оно в свою очередь – к определенным симптомам. Последние, как правило, настолько же рациональны, насколько разумны попытки организма, преодолеть собственную болезнь.

Следовательно, эти так называемые симптомы являются **самопомощью и самолечением организма**.

Возьмем, например, «язву голени». Рассмотрим это трехэтапное развитие событий!

Язва голени (в медицинском обиходе *ulcus cruris*), из которой выделяется неприятная секреция, по нашим данным является рациональной мерой организма, которую он принимает, чтобы освободиться от отравляющих его «вредных соков».

Вспомним мудрое изречение Парацельса: *«Тело имеет отверстие именно там, где нечто должно выйти из него наружу. Если же это нечто должно выйти в том месте, где у тела нет никакого отверстия, тогда оно само сделает это отверстие!»*

Естественно, если в данном случае мы говорим о том, что телу нужно выбросить излишек шлаков (при том, что обычные "отверстия" уже не справляются с таким количеством шлаков), то это отверстие образуется там, где, во-первых, загрязнение шлаками наибольшее (одно из стандартных мест "складирования" шлаков), а во-вторых, это должно быть место, где сопротивляемость прорыву наименьшая, т.е. например как раз в районе лодыжки, что и является причиной язвы голени.

В данном случае симптом выступает в качестве необходимых для тела мер по преодолению его истинной болезни, существующего **бедственного состояния тела, обусловленного загрязнением шлаками.**

И что сейчас делают с этим? Закрывают язву, сделанную природой, например посредством пересадки кожи. Какой вздор!

Представьте себе: если вы заглянули под ваш автомобиль и увидели, что из него что-то течет, то вы не бросаетесь заклеивать или замазывать эту щель, через которую течет. Вы сразу поднимаете капот и залезаете внутрь в поисках того узла или агрегата автомобиля, откуда идет течь. Обнаруживаете этот узел, исправляете его, и течь прекращается.

Вы ничего не сделали с этими щелями в корпусе автомобиля, из которых капало. Но тем не менее течь прекратилась...Так и в случае с язвой голени. Правильными будут противоположные меры! Нужно срочно снизить катастрофическое зашлакование организма!

А применительно конкретно язвы, то поскольку организм решил срочно выбросить какое-то количество шлаков именно здесь и именно сейчас, то надо помочь ему сделать это. Шлаки, предназначенные для выброса в этом месте, должны свободно выйти наружу. Для этого язва должна оставаться открытой, до тех пор, пока не закроется сама собой после произошедшего очищения тела, как по мановению руки. При этом она заживает изнутри, а не снаружи. Разумеется, если человек при этом будет продолжать свой обычный "кислый" образ жизни, который, собственно, и привел к образованию язвы, то язва будет действительно незаживающей...

Например, в природной лечебной практике К.-Н. Хануша в Висбадене язва голени принципиально лечится индивидуальным кровопусканием и последующим введением щелочного раствора. Только таким образом возможно успешное естественное лечение язвы изнутри.

За состоянием ткани вокруг язвы или вокруг пролежня необходимо тщательно наблюдать. Если ткань слишком безнадежна, то необходимо избегать каждого последующего преднамеренного выделения шлаков через это отверстие. В таких случаях рекомендуется «щадящее выведение шлаков».

Это щадящее выведение шлаков предусматривает, что, например, во время ножных или общих ванн язва остается снаружи. **Щадящее выведение шлаков осуществляется с помощью клизм, кровопусканий, пиявок, щелочных компрессов и промываний, а так же гидротерапии кишечника, и т.д.** В этом случае происходит вывод кислот, ядов и вредных веществ целенаправленно, НЕ через язву или пролежни!

Теперь вслед за полезным симптомом, который ошибочно называется болезнью, мы ищем настоящую болезнь – **бедственное состояние тела.** В данном случае это сильное загрязнение шлаками. У этого бедственного состояния, конечно же, есть причина.

Это образ жизни и соответственно питание той личности, которая так сильно загрязнила свой организм шлаками, что ему ничего не осталось, как «проделать в себе дыру». И эта «дыра» вовсе не болезнь, а лишь попытка спасти страдающее тело.

Итак, болезнь это ничто иное как «бедственное состояние».

Есть три разных категории бедственного состояния тела.

Первая категория - материальная. Она представляется нам в форме загрязнения шлаками. Сюда относится большинство, так называемых, современных болезней цивилизации.

Ко второй категории относятся уже не раз названные отравления и повреждения химическими веществами вследствие злоупотребления лекарственными препаратами, ядами, используемыми при лечении зубов, хлором, солями фтористоводородной кислоты, курением, кислотами и т.д.

Сюда же относится и чрезмерное перенасыщение организма, к примеру, животным белком также относится к бедственному состоянию. Так, например, повышенное употребление белка ведет к болезням белкового обмена, исследуемым профессором Вендтом, а также повреждениям межпозвоночного хряща из-за слишком частого употребления свинины. Причиной этому является серная кислота, возникающая при переваривании свинины, которая размягчает хрящи межпозвоночных дисков. При употреблении соленой свинины в этом процессе участвует еще и азотная кислота.

Третья категория – энергетическая. Сегодня бедственное энергетическое состояние организма бросается в глаза все сильнее. Самое известное - это, конечно же, энергетическое воздействие технических волн, которые исходят от компьютеров, микроволновых печей, радиолокационных установок, линий радиопередач, ядерных источников и т.д. Это и есть целая область так называемого «электросмога» в результате многих технических волн и частот.

Другая причина бедственного энергетического состояния - это многочисленные душевные и фобические конфликты наших дней. Комплекс неполноценности, непонимания смысла существования, давление со стороны конкурентов, сексуальные конфликты и т.д. приводят к бедственному энергетическому состоянию, которое часто перерастает в болезнь под названием «рак».

Рак нужно рассматривать как «бедственное энергетическое состояние», наступившее в результате потери энергии. Тело отвечает на бедственное состояние, возникающее в результате энергетического дефицита, образованием опухолей. При этом энергетическая значимость опухоли соответствует субъективно пережитой значимости душевной травмы.

А так как рак - это дефицит энергии, то, соответственно, нет никакого возбудителя рака! Неудача и безуспешность в исследовании и лечении рака это следствия неправильного подхода к осмыслению и изучению этой болезни.

Давайте еще раз взглянем на три составляющие болезни. Причинная цепочка всегда выглядит таким образом:

- **причина (кляпящаяся в образе жизни человека)**
- **бедственное состояние организма**
- **симптом**

Симптомы необходимо понимать, как намерение организма излечиться. Только с пониманием этого медик станет настоящим врачом или целителем.

Приведем в качестве примера случай с подагрой руки одной вестфальской крестьянки. Из дня в день она пьет молоко собственных коров и ест мясо собственных свиней. Причина переизбытка белка в ее организме - это многолетнее чрезмерное

потребление животного белка. Бедственное состояние - избыток животного белка, а также мочевой кислоты и мочекислых шлаков, которые являются результатом расщепления животного белка. Симптомом этой болезни могут быть, например, сильно распухшие руки.

Нужно обращать внимание на все три составляющие любой болезни! И так, болезнью не является:

- опухоль
- экзема
- язва голени
- гнойные миндалины и прочие.

И даже!

- Апоплексический удар, инфаркт миокарда, язва

Симптомы заболевания это не болезни, а рациональные меры помощи самому себе для преодоления болезни. Вышеназванные примеры - не болезни, а последствия болезней.

Примером может служить следующая судьба. У нас был близкий друг, работавший в управлении большого немецкого предприятия. К своему 60-летию он ожидал получить крест «За заслуги», услышать длинные хвалебные речи и получить повышение по службе, которое казалось ему очень даже вероятным.

Ничего подобного! Ему в начальники назначили молодого специалиста по организации производства без опыта управления, чтобы наш друг в оставшиеся годы службы ввел новенького в курс дела. Его самолюбие потерпело серьезный удар, и через полгода у него обнаружили рак легкого. Мы разъяснили ему причины его заболевания, ссылаясь на бедственное состояние и симптомы. Тем не менее, нам не удалось убедить его побороть рак с помощью предложенных нами мер. Он перенес химиотерапию, несколько облучений и очень скоро умер.

Когда, наконец, практикующая медицина поймет, что все эти названные симптомы не являются болезнями?! Опухоли и экземы, язвы и гнойные миндалины не являются болезнями, а наоборот рациональными мерами помощи организму самому себе для преодоления болезни. Сами же апоплексические удары, инфаркты миокарда и язвы являются не болезнями, а их следствиями.

Настоящая болезнь это то, что мы обозначаем как БЕДСТВЕННОЕ СОСТОЯНИЕ. Это необходимо признать! При этом терапевт должен задать несколько вопросов и получить на них ответы:

1. Какие ошибки в питании?
2. Какие ошибки в поведении?
3. Какие были энергетические или психические нарушения, и есть ли они сейчас?
4. Какая существует энергетическая перегруженность организма, и была ли она?
5. Чего в организме в избытке?
6. Чего не хватает в организме?
7. Какая у человека психика: сильная или слабая?

При изучении этого списка вопросов становится очевидным: только в самых редких случаях медикаментозное лечение может быть верным.

Позвольте нам тут сделать еретическое замечание о том, чем является или чем не является болезнь. Как знать, вдруг нынешнее официально-научное понимание болезни основывается не на чем ином, как на грандиозном заблуждении? Не является ли болезнь чем-то **большим**, чем обратный путь к наиболее оптимальному здоровью? Возможно, болезнь это не больше и не меньше, чем **процесс очистки души или тела**? Как знать, может в этом смысле вообще не бывает болезней, а есть лишь различные степени или фазы здоровья человека?

Что такое исцеление?

Исцеление - это восстановление всех балансов в организме.

Исцеление – это возмещение недостаточного обеспечения организма полезными веществами.

Исцеление - это возмещение потенциального баланса материальной или энергетической перегруженности, истощения организма или дефицита.

Исцеление - это преодоление намерения лечить симптом, ибо симптом - это целитель, или показатель попытки исцеления.

Исцеление - это обретение гармонии. Необходимо осознать и поддержать НАМЕРЕНИЕ организма исцелиться и спастись - ибо такое намерение в нем всегда есть.

Выражаясь компьютерными терминами, это намерение буквально "прошито" в теле на клеточном уровне.

Невозможно излечиться от болезни, устраняя просто ее симптомы. Это приводит к улучшению состояния лишь на короткое время. Современная противогрибковая терапия может служить тому устрашающим примером.

Исцеление - это всегда переход от бедственного энергетического или физического состояния к желаемому положительному физическому или энергетическому состоянию. Исцеление - это также избавление от токсинов и паразитических микроорганизмов путем их выведения, и усиления защитных сил организма.

Отложение шлаков лечится путем их выведения. Недостаточное снабжение полезными веществами восполняется их временным усиленным снабжением. Психический, сексуальный, энергетический или физический ущерб тоже требует соответствующей компенсации. При интоксикации организма необходимо провести дезинтоксикацию. При инфекции - дезинфекцию. Главное, необходимо обратить внимание на то, что все компенсации должны происходить только до момента возмещения нанесенного организму ущерба. Как только организм вернулся в норму, все интенсивные мероприятия надо прекратить. В противном случае это может привести к «другим крайностям». Жизненные процессы должны всегда протекать в определенном порядке, который нельзя нарушать.

Еще из сказок про детей, которые отказывались кушать, мы знаем, к чему приводят крайности. Сегодня таким детям подражают многие девушки и женщины. Однажды прибавив в весе, они едят чересчур мало в течение долгого времени до тех пор, пока, наконец, не заработают истощение организма и нарушение обмена веществ. К счастью, это касается немногих мужчин и женщин. У большинства, наоборот, организм забит шлаками.

Учрежденная ныне система здравоохранения не занимается исследованием причин заболеваний, и также мало интересуется существующими болезнями, она с наибольшим экономическим успехом лечит симптомы. На первом месте стоит не исцеление от болезней и их профилактика, а увеличение прибыли.

Самое большое недоразумение современной медицины - неправильное трактование понятия СИМПТОМ. Его, как правило, объясняют как статистический феномен и «борются» как с таковым. Он не определяется, что было бы гораздо разумнее, как

ЦЕЛИТЕЛЬ или ПОКАЗАТЕЛЬ к ИСЦЕЛЕНИЮ, как попытка организма к самоспасению, как динамичный процесс, с которым нужно не бороться, а оказывать ему содействие.

Гнойные миндалины в современной медицине удаляют, геморрой облитерируют, язву голени лечат с помощью пересадки кожи, раковую грудь ампутируют, так же как и пораженные шлаками пальцы ног и сами ноги. Таких пациентов в немецких больницах саркастично называют «салями - пациенты».

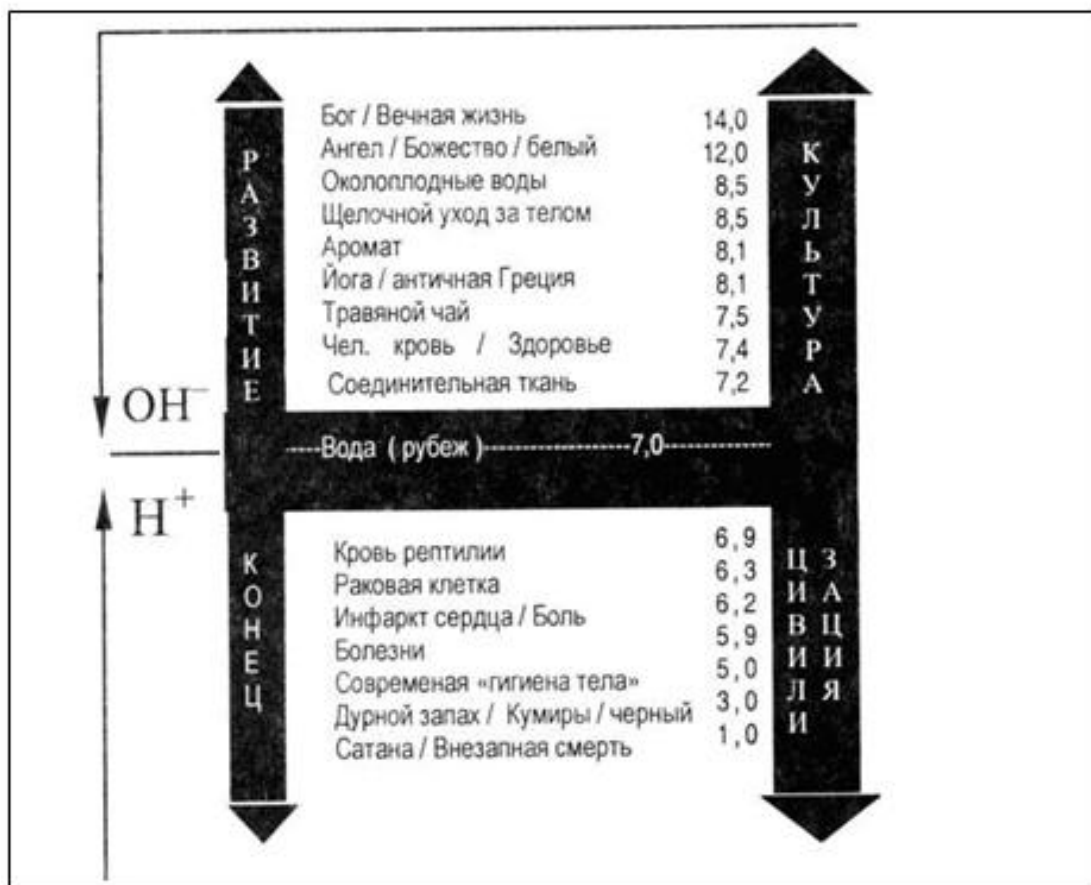
Лучше всего будет тогда, когда в будущем начнут ампутировать головы у людей с опухолью мозга. Тогда с уверенностью можно будет сказать, что в будущем больше не встретится ни одна опухоль!

Эра борьбы с симптомом, однозначно, будет продолжаться до тех пор, пока существует сегодняшнее человеческое понимание.

Наслаждение в свете кислотно-щелочной теории

Современное «наслаждение» - это переход человека из своей естественной химической среды, т. е. «щелочного мира» через нейтральную границу показателя рН 7, в «царство смерти», т.е. в химически кислое «царство». Физический зуд или пощипывание в результате этого «кислого перехода со счастливым возвращением на щелочную родину» и воспринимается как «наслаждение». В настоящее время преобладает только «система кислых наслаждений».

Исследуя это ключевой вопрос - вопрос нашего буквального рабства у этой системы наслаждения, мы, во-первых, установили, что вообще существуют две системы наслаждений: условно говоря "щелочная" и "кислая". Тем не менее, в настоящее время люди нашей западной цивилизации в основном практикуют только одну из них, названную нами «кислой системой наслаждений».



Конечно, под словом «кислый» мы подразумеваем химически кислый – т.е. в прямом смысле этого слова. Хотя это можно понимать и в переносном смысле, например, как «кислое» настроение.

«Кислое» настроение - это неизбежное последствие всех «сладких» наслаждений, которые и являются причиной его появления. Чтобы понять, что такое «кислое» наслаждение, давайте, взглянем на царство природы. Оно делится на высший мир, т. е. щелочную половину и на низший мир, т.е. кислую половину царства природы.

Что значит «кислое» наслаждение?

Переход через границу в «систему кислых наслаждений»

Система «кислых» наслаждений разрушает тело, душу человека и всю цивилизацию, тем самым, способствуя возникновению специфического комплекса болезней, который мы называем «цивилизатоз».

Кровь - это наш самый важный жизненный элемент. В ней решающим для нас является небольшой перевес ионов ОН, т.е. наша кровь - центральная «химическая ось» нашей жизни – это слабо щелочная жидкость с показателем рН примерно 7,35.

Именно поэтому великий французский исследователь Генрих Беккерель назвал жизнь победой ОН - иона над Н-ионом, а смерть – реваншем Н-иона за ОН-ион.

Мы постарались определить различные показатели рН, которые встречаются в обеих половинах царства природы. Определение многих показателей основывается на точных результатах измерения. Так, например, показатель рН клетки миокарда при инфаркте миокарда составляет 6,4; показатель рН человеческой крови примерно составляет 7,4; соединительная ткань имеет показатель рН 7,2.

Между прочим, нормально работающая сердечная мышца имеет также слабокислый показатель рН примерно 6,9. Он обусловлен непрерывным поступлением молочной кислоты в результате постоянной мышечной деятельности. Эта кислота, конечно, так же непрерывно вымывается слабощелочной кровью и соответственно нейтрализуется.

«Переход» в кислотный ад:

- кондитерские изделия (уксусная кислота)
- кофе (дубильная кислота)
- черный чай (дубильная кислота)
- медикаменты (напр., ацетилсалициловая кислота)
- табак (никотин)
- физические перегрузки (молочная кислота)
- стрессы (соляная кислота)

На приведенном выше графике кислотно-щелочной картины природы рубежом является рН воды. Над ним царят здоровье, Бог и божества, по крайней мере, в христианском, т. е. западноевропейском мировоззрении. Под ним процветают болезнь, разрушение, смерть и, конечно, его величество дьявол.

В обеих половинах царства природы возможны почти аналогичные состояния, такие как, например, гениальность. Только цели - разные. Гений низшего мира изобретает и сбрасывает атомную бомбу. Гений высшего мира сочиняет симфонии и ведет нас в «светлые дали».

Щелочной высший мир стремится к чему-то более возвышенному, к гармонии и жизни, к высокоразвитой культуре, здоровью и духовному поиску.

Низшим кислотным миром правит эгоистическое наслаждение, корысть, ненависть и в конечном итоге - смерть. Это - центр эмоциональной, физической и финансовой эксплуатации щелочного высшего мира.

Несложно признать, что в настоящее время мы - граждане всемирной «кислотной» империи. Однако, наша кровь - это «щелочная ось» нашей жизни, поэтому мы изначально живем в щелочной половине природного царства. И только под действием «обольщения» кислотного мира, нарушаем эту границу.

Здесь, за чертой границы, и начинается «наслаждение», которое является причиной того, почему мы снова и снова, сами того не замечая, попадаем в ловушку наших эксплуататоров.

Все эти маленькие наслаждения, получаемые от потребления кофе, курения, сенсаций, болеутоляющих средств и кондитерских изделий, а также от физических нагрузок - незначительное пересечение границы между жизнью и смертью - пересечение нашего химического рубежа жизни.

Любое подобное «наслаждение» стоит нам жизни и обмена веществ. Каждая выкуренная сигарета разрушает в теле курильщика 100 мг витамина С. Каждый стакан выпитого алкоголя снижает содержание витаминов В1, В2, В6, В12 и фолиевую кислоту. Кофеин, который находится в кофейных зернах, в кока-коле, в шоколаде и во многих медикаментах, поглощает в организме витамины комплекса В, витамин С и такие минеральные вещества как цинк, кальций и магний.

«Кислое наслаждение» - неоднократно повторяющаяся прогулка в царство смерти. Кажется, что она прошла безнаказанно, была полна приключений, и в который раз завершилась счастливым возвращением домой. Легкие ранения на теле и в душе воспринимаются как естественные жертвы, с которыми можно смириться.

К сожалению, каждое путешествие в кислый низший мир требует от нас пожертвовать телом и продолжительностью жизни. Красноречивым примером может послужить статистика продолжительности жизни курильщика. К сожалению, в результате всех этих кислых наслаждений происходит смещение показателя рН наших клеток в сторону кислой среды.

Этот процесс снова обуславливает расход минеральных веществ, находящихся в крови или поступающих с кровью из самых различных запасов минеральных веществ организма, с целью нейтрализации кислот, которые, опять-таки, приводят к образованию солей, т.е. шлаков.

Таким образом, любитель наслаждений едет по дороге с односторонним движением навстречу своей гибели, иначе отложению шлаков. При этом он расходует свои резервы минеральных веществ и микроэлементов.

Последствия загрязнения организма шлаками и расхода минеральных веществ дают о себе знать в зависимости от интенсивности и длительности безалаберного употребления продуктов вкусовой промышленности.

Наряду с системой кислого наслаждения должна существовать и система щелочного наслаждения. Ее наслаждениями являются покой и тишина, правда и мир, строгость, дисциплина и всеобъемлющая, полная ответственности любовь, а также миры фантастических переживаний и приключений, доступ к которым нашей цивилизации

запрещен. Мы, глашатаи щелочной стороны жизни, находимся в настоящее время в мало благоприятной для нас ситуации.

Мы, пожалуй, в состоянии определить систему кислых наслаждений по ее внешнему виду и последствиям. Но у нас есть и большой недостаток. Мы не в состоянии предложить людям уже готовую к употреблению систему щелочных наслаждений.

В качестве первого требования мы выдвигаем - ОТКАЗ. Но кто же добровольно откажется одновременно от потребления и наслаждения, то есть именно от того, что сейчас является наивысшим человеческим счастьем?!

Нам не хватает признания того, что с детских лет все возможные «средства массовой информации» **программируют нас**, т.е. манипулируют нами, чтобы мы воспринимали рекламируемые «кислые» продукты вкусовой промышленности как наслаждение.

Итак, задача следующего десятилетия очевидна - определить и затем создать систему щелочных наслаждений для следующего тысячелетия. Хотя согласно прогнозам мы движемся как раз в противоположном направлении, к окончательному провалу. Конечно, в этом случае, в будущем человечество не будет жизнеспособным и не сможет производить потомство.

Давайте же прежде всего приведем в порядок наши тела – тех, кто читает ниши тексты и кто в состоянии понять наши мысли! Если наши тела в течение следующих трех-пяти-десяти лет очистятся, укрепятся и благодаря этому станут еще прекраснее, то и человеческий дух снова будет готов к великим достижениям. Мы все - «мостики» в новое время. Давайте начнем сначала с того, что возможно сделать. Насколько необходимым, настолько же и возможным является в первую очередь очищение нашего тела, затем его реминерализация.

Если мы сможем это осуществить - мы будем радоваться прекрасной коже, здоровым деснам, крепким зубам и густым волосам. Все это и есть наше наслаждение! Не за горами то время, когда исчезнут грибковые заболевания ног и ногтей, влагалища и кишечника, а десятилетиями ослабленные мышцы и сексуальные силы организма вновь восстановятся. Мы снова сможем радоваться всем созидательным процессами природе. Наш интеллект, сознание и душа поднимутся на новые высоты.

Отложение шлаков. Как оно протекает

При отложении шлаков организм опирается на совершенно определенную «иерархию жизненных ценностей».

При этом он постоянно стремится к тому, чтобы у зашлакованного человека была максимально высокая степень объективной работоспособности и субъективно ощущаемого самочувствия. Именно поэтому мы так долго не ощущаем бедственное положение своего организма.

В зависимости от образа жизни, привычек, поведения, питания или других мероприятий уровень шлаков в различных органах, тканях, железах и клеточных соединениях увеличивается или уменьшается.

Давайте попытаемся вникнуть в суть понятия ЗАШЛАКОВАНИЕ. В современном лексиконе под зашлакованием по сути дела понимается процесс, «нормально» протекающий на протяжении всей жизни, во время которого самые различные шлаки оседают во всевозможных частях тела, органах, железах или функциях организма, и значительно вредят им. И это признается как норма жизни... На наш взгляд - это категорически не так!

В средние века города были полны зловония и грязи, там царила ужасающая антисанитария, порождавшая эпидемии смертельных болезней, уносившие жизнь сотен тысяч людей. Нередки случаи, когда чума выкашивала целый город - до последнего жителя. И тогда это считалось нормой жизни. Сейчас же для всех очевидно, что это совсем не норма!

Город вполне можно очищать от мусора, помой можно не сливать на улицу, испражняться можно тоже не на улицах, а в специально отведенных местах и т.д. То есть сейчас мы знаем, что вполне возможно наладить ряд вполне доступных действий по поддержанию чистоты в городе. И теперь уже именно такая чистота является нормой.

Да, эти действия коммунальных служб являются искусственными, они как бы идут против нашего природного естества - испражняться где угодно, как в природе... Но опыт средневековья наглядно показал, что если мы, люди, являющиеся, как уже доказано "общественными существами", не будем совершать эти искусственные действия по поддержанию чисто ты своих городов, мы будем вымирать тысячами и сотнями тысяч. А с учетом нынешних мегаполисов - вообще миллионами. если не дай Бог прекратим делать эти "искусственные действия"...

Точно так же и со здоровьем - если мы не будем очищать свой организм от шлаков, то они будут накапливаться точно так же, как мусор и грязь в средневековых городах. И результатом этого накопления со временем станут такие же "эпидемии" для наших клеток, как и эпидемии средневековой чумы. Болезни будут выкашивать наши клетки городами - органами. А медицина будет помогать нам в том, чтобы избавиться от проблемного органа, вырезая его - точно так же, как в средневековье частенько просто сжигали зачумленный город.

Мероприятия и процедуры по щелочному уходу за телом могут кому-то показаться "искусственными". Но факты таковы: если мы не делаем этих "искусственных" действий, то потом идем ко врачу, и он тоже прописывает нам какие-то процедуры и мероприятия! То есть в результате для поддержания своего здоровья мы всё равно делаем какие-то

"искусственные" действия. А разве химиотерапия, лазерная терапия, хирургия, стоматология - это не "искусственные" вещи? Таким образом, мы видим, что человеку в отличие от животного, для поддержания высокого уровня здоровья (особенно в условиях плохой экологии) всё равно нужна какая-то система.

Мы утверждаем, что введя в свою жизнь щелочной уход за телом и очистившись от шлаков, мы избавим себя от необходимости в каком бы то ни было медицинском лечении, и всю жизнь будем здоровы. Об этом свидетельствует как наш многолетний опыт, так и просто здравый смысл, ибо всё, что мы пишем в этой книге - научно подтверждено исследованиями и фактами.

Что же такое процесс зашлакования?

Чисто химически, зашлакование - это **преобразование кислоты в соль при помощи минерального вещества**. В этом отношении зашлакование представляет собой процесс образования соли, так как шлак - это не что иное, как **нейтрализованная и затем отложившаяся кислота**. Нейтрализация всех поступающих в организм кислот - это крайне важный и необходимый процесс, который нужен для того, чтобы лишить кислоты их отравляющей и прожигающей агрессивности. Для этого организм непрерывно жертвует минеральными веществами. Он получает их либо из ежедневного питания, либо из запасов минеральных веществ, имеющихся в его распоряжении. Если из-за недостатка богатых энергией и способных к нейтрализации минеральных веществ организм вынужден забирать их из кожи, волосяных луковиц, зубов, костей, крови и хрящей, то это означает биохимический процесс старения.

Зашлакование - это не только нейтрализация кислоты в химически нейтральную соль. **Зашлакование подразумевает переход разумно образованной нейтральной соли в шлак**. Нейтральная соль, т.е. нейтрализованная кислота, **не является шлаком изначально**. Она становится им, только отложившись в сосудах, тканях, органах, капсулах и т.д. Большинство шлаков, образовавшихся в нашем теле, покидают его. Они оседают только при определенных обстоятельствах и становятся тем, что в народе называют «шлаком».

Мы ни в коем случае не привязаны к этому термину. Мы понимаем, что он именно разговорный, а не научный. И мы используем его только потому, что пишем не научный трактат а книгу о здоровье для всех людей, не только медиков. В обиходе же этот термин уже давно существует и всем понятен. А коли так - почему бы им не пользоваться? Тем более, что научное содержание этого термина мы тут достаточно подробно раскрываем.

Давайте рассмотрим процессы обмена веществ, зашлакования, выведения шлаков, протекающие в организме на протяжении всей жизни, а также возможную реминерализацию!

Цивилизатоз

Изымание субстанций, необходимых для нейтрализации кислот и токсинов, ведет как к потере вещества организмом, так и к его зашлакованию, кислотным ожогам и интоксикации.

Подобные синхронные события мы называем одним ёмким словом – «цивилизатоз».

Каждый человек может самостоятельно регулировать увеличение или уменьшение количества шлаков в организме. Если он не следит за этим, то начинается усиленное образование шлаков, причем организм придерживается последовательности, показанной на графике (начинается зашлакование с нижней строчки графика, а заканчивается - сверху):

Иерархия жизненно важных органов

- Центральные органы
- Органы чувств
- Железы
- Органы
- Кости
- Кожа
- Хрящи, капсулы
- Сухожилия
- Сосуды
- Мышцы
- Соединительные ткани / мезенхима
- Соединительные ткани в подкожном слое
- Жировые ткани

При этом организм принципиально пытается удерживать максимальный уровень субъективно ощущаемого самочувствия. При успешном выведении шлаков уровень зашлакования опускается, опять же придерживаясь «иерархии жизненно важных органов».

Первой ступенью зашлакования является появление кислоты, которую нужно нейтрализовать. Она нейтрализуется, например, кальцием или другим минеральным веществом. Таким образом, из мочевой кислоты образуется мочекислый кальций. Из щавелевой кислоты - щавелекислый кальций. Из серной кислоты – сернокислый кальций, и т.д. Как правило, нейтральная соль покидает тело через почки, кишечник или кожу. В организме она откладывается только при определенных условиях.

Как мы еще увидим, чай из трав может растворять такие соли. Удастся растворить даже соли, которые в лабораторных условиях не растворяются в воде, например, только что названные мочекислый и щавелевый кальций. Кальций из чая вытесняет кальций первой нейтрализации из прежнего соединения с мочевой или щавелевой кислотой, и тем самым реактивирует некогда нейтрализованную кислоту.

К сожалению, кальций с его энергетическим потенциалом может растворить старое соединение, а не осуществить необходимую в данный момент нейтрализацию с целью

беспрепятственного и безопасного выделения. Для этого требуется третий кальций или другое минеральное вещество. Это богатое энергией и способное к нейтрализации минеральное вещество должно поступать либо из ежедневной пищи, либо из богатых энергией пищевых добавок. Иначе организм вынужден забирать их из еще существующих запасов минеральных веществ.

Богатые энергией минеральные вещества должны происходить из мира растений! В процессе изготовления их нельзя повреждать ни химическим, ни термическим путём. Иначе исчезнет энергетический потенциал. В этом отношении всегда нужно обращать внимание на то, чтобы курс выведения шлаков не привел к дальнейшим потерям минеральных веществ из еще существующих запасов организма!

Давайте посмотрим, как, согласно нашим исследованиям, протекает процесс зашлакования. Мы выяснили, что организм при сохранении шлаков учитывает совершенно определенную «иерархию жизненно важных органов». Уровень шлаков с возрастом непрерывно поднимается. Всё начинается с новорожденного малыша, у которого ткани, клетки, железы и органы не содержат шлаков.

До 14 лет жизни жировые ткани у наших детей являются хранилищами «мусора». Время от времени у маленьких детей без причины поднимается температура. Это связано с тем, что организм хочет по-настоящему «выжечь» шлаки.

Вплоть до 60-ых годов матери и бабушки были умнее и сбивали высокую температуру с помощью компрессов на шее и икрах. У организма была возможность сжигать шлаки или убивать проникших возбудителей высокой температурой. Сегодня этого не происходит, и появляются инфекции, против которых, как известно, существуют антибиотики или болеутоляющие таблетки. Определенно, компрессы на шее и икрах были простыми, но в тоже время гениальными инструментами для удаления из организма шлаков, кислот и ядов!

Итак, в первой фазе процесса зашлакования жировые ткани заполняются шлаками. Для этой фазы характерно подавленное душевное состояние, а также появляющиеся время от времени запор, понос, чередование отвращения к еде с волчьим аппетитом, а также изжога, отвращение, агрессивность или разбитость.

Единственная болезнь, бросающаяся в глаза, - это кариес, черные остатки которого мы видим во рту у многих мальчиков и девочек. Организм сознательно жертвует первым комплектом зубов, будучи уверенным, что вырастет второй. Это явное принесение в жертву минеральных веществ с целью нейтрализации кислот редко трактуется именно таким образом, и «кислое» питание наряду с «кислым» образом жизни продолжают бодро и глупо существовать дальше.

Следующая иерархическая ступень «жизненно важных органов» после жировой ткани - это соединительная ткань. Она также постепенно начинает служить хранилищем «мусора». Теперь появляются многие симптомы, часть которых рассматривается как плохое настроение, но некоторые из них уже лечатся как настоящие болезни.

Это, например, холодные ноги или обложенный язык, а также гнойные миндалины, подлежащие быстрому удалению. Начинаются жалобы на мигрени и головные боли, а также на потливость ног и горящие ступни. Многие молодые мужчины уже к тридцати годам начинают лысеть.

Симптом «горящих ступней» почти всегда связан с высоким потреблением мяса, в первую очередь свинины. Серная кислота выделяется через ступни и одновременно «сжигает» азотную кислоту, хранящуюся в солевом растворе.

После того, как вырастает второй комплект зубов, десны сокращаются, и зубы начинают шататься. Сегодня зубы тридцатилетних выглядят куда хуже, чем у мужчин и женщин пятидесяти - шестидесяти лет. Через обложенный язык, гнойные миндалины и потные ноги организм пытается избавиться от шлаков. То же самое касается налета на зубах или зловонного пота. В экстренных случаях пот прокладывает себе выход наружу через ноги, кожа служит «вспомогательной почкой». Этой функцией в наибольшей степени обладают ступни и голени.

При особенно сильно выраженной потливости ног нужно, как правило, исходить из того, что в данном случае в большей или меньшей степени нарушена работа почек. Как правило, это камни в почках, которые препятствующие выводу мочи через почки, мочеточник и мочевой пузырь. Теперь тело избавляется от мочи через ступни. При потливости ног мы рекомендуем серьезно заняться почками.

После соединительных тканей тело вынуждено откладывать отходы в кости и хрящи. И тут уже появляются боли. Часто случается, что во время игры в теннис мужчины сорока – пятидесяти лет вдруг не могут поднять руку для удара по мячу. В этом случае они скорее покинут теннисный клуб, чем устранят причины мышечного перенапряжения или нарушения кровоснабжения. Возможно, они просто не знают, как им быть. Кому придет в голову мысль, что все дело в ежедневном куске мяса, который непременно должен быть на столе в обед?!

Но ведь их жены этим не страдают. Значит, дело не в питании, думают они! Огромное заблуждение!! Женщина во время детородного периода биохимически устроена совершенно иначе, чем мужчина. Она регулярно избавляется от шлаков с помощью месячных, в то время как мужчина беспрерывно зашлаковывается!

Мы уже знаем, что зашлакование - это параллельно протекающие процессы нейтрализации кислот, деминерализации и отложения шлаков. Эта многослойность, или параллельность химических процессов обуславливает появление повреждений вследствие кислотных ожогов, зашлакования и болезней недостаточности, а также выделительных заболеваний. Существует целый ряд болезней, протекающих парно. Их редко рассматривают как обуславливающих друг друга или вытекающих друг из друга.

Возьмем, к примеру, такую «пару цивилизатов», как остеопороз и ревматизм. Или расширение вен и ревматизм. Или облысение и инфаркт миокарда или апоплексический удар. Или паховую грыжу и катаракту. Или кариес и гиперактивность, легастению, агрессивность и т.д. Другими «парами цивилизатов» могут быть расширение вен и целлюлит, или расширение вен и атеросклероз.

С одной стороны происходящего всегда находится поглощение минеральных веществ и субстанций, а с другой стороны – отложение шлаков или болезнь шлаковыведения. Эти состояния диагностируются и лечатся отдельно. Как правило, настоящая причина их возникновения при этом не учитывается. Обе болезни, а в действительности одна – ЦИВИЛИЗАТОЗ - продолжают существовать и прогрессировать. Поэтому все так называемые «болезни цивилизации» считаются неизлечимыми.

Закономерности, по которым протекает цивилизатоз, схожи с законами рынка о потребности, производстве и удалении отходов. Кислота пробуждает потребность. Ей необходимы вещества для нейтрализации, для удовлетворения ее потребности. Для этого мобилизуется сырье, в нашем случае кальций и другие минеральные вещества и микроэлементы, с помощью которых производится готовый продукт. В случае цивилизатоза это нейтрализованные кислоты и яды, т.е. ШЛАКИ.

Где они оказываются? Там же, где и остальные продукты нашей цивилизации - на мусорной свалке. Роль мусорных свалок в организме выполняют клетки и мышцы, сосуды, капсулы и органы. Мы видим, что с природой происходит то же самое, что и человеком. И здесь, и там запасы сырья опустошаются, в то время как мусорные свалки заполняются новыми отходами. Эти процессы взаимосвязаны.

Аналогичный процесс будет парно протекать на рынке и в экономике, пока есть необходимость в удовлетворении чрезмерных материальных потребностей нашего времени. Та же парность будет существовать и в нашем организме, пока он будет получать кислоты и яды современной цивилизации.

После того, как мышцы забились шлаками, деминерализации начинают подвергаться километры кровеносных сосудов. В данном случае мы опираемся на убедительные выводы американца немецкого происхождения Фреда Коха, который пошел по стопам доктора Абеле, в свое время являющегося президентом Немецкого союза по охране природы.

Фред Кох исследовал причины слишком большого повышения уровня холестерина и выяснил, что в основе этого явления, которое, как правило, встречается у мужчин от сорока до пятидесяти лет (у женщин позже), находится потеря кальция стенками сосудов. С потерей кальция, т. е. минеральных веществ, стенками кровеносных сосудов, вся сосудистая система начинает страдать от потери эластичности и плотности. На эту беду организм отвечает усиленным производством холестерина, очень правильной и сознательно вынужденной мерой, необходимой для сохранения плотности и эластичности сосудистой системы.

После того как кровь, наполненная шлаками, циркулирует дальше, шлаки оседают с холестерином в клейкую массу. Это похоже на то, если к тонкой извести примешать большое количество песка. Мы беседовали со многими людьми по поводу их «слишком высокого» уровня холестерина, и советовали им попробовать активно выводить шлаки в течение нескольких недель.

Каждый день они должны выпивать два и более литра травяного чая. Через день надо питаться вегетарианской пищей - овощами, салатами и фруктами. При необходимости можно добавить пищевые добавки на растительной основе, богатые минеральными веществами. В качестве полезных мер по выведению шлаков рекомендуются также общие щелочные ванны, ножные ванны, компрессы печени, щелочное питье и т.д. Как правило, через 4-6 недель уровень холестерина приходит в

Почему возникают отложения?

- *Незначительное количество выпиваемой жидкости ведет к незначительному ее расходу, что в свою очередь приводит к высокой концентрации солей.*
- *Из-за слишком высокой концентрации солей происходит их оседание и отложение, подобно большому количеству сахара в чашке кофе.*
- *Первым делом выводятся такие трудно растворимые соли, как:*
 - *мочекислые соли;*
 - *соли щавелевой кислоты.*
- *Также играют роль температура и расстояние до сердца.*
- *Шлаки могут образовываться в результате душевной травмы.*

Если «нормальная» шлакообразующая жизнь будет продолжаться дальше, то всё пойдёт насмарку, потому что уровень холестерина через несколько месяцев снова достигнет «слишком высокого» показателя.

В этот период жизни, наряду с упомянутым выше защемлением мышц, появляются мышечные судороги. Также наблюдаются первые признаки ревматизма, подагры и артроза. С печенью, осуществляющей процесс детоксикации, тоже появляются проблемы из-за огромной перегрузки. Последствиями часто становятся расширение воротной вены с геморроидальными кровотечениями.

Нужно с уверенностью признать, что при сокращении отравляющих нас кислот или полном избавлении от них исчезают многочисленные, до сих пор необъяснённые болезни цивилизации, вызываемые, к примеру, ожогами желез и нарушением их функций.

Если мы, например, заглянем в литературное наследие семьи потомственных врачей Лейзен, то в качестве одной из причин, вызывающих Diabetesmellitus (сахарный диабет), найдём серу. Теперь можно выяснить, не серная ли кислота повреждает островки Лангерганса в поджелудочной железе, и в результате делает невозможным производство инсулина. Мы утверждаем, что причиной различных повреждений желез и нарушений их работы в значительной степени являются ожоги, вызванные действием кислот и ядов.

Необходимо отметить тот факт, что мужчина страдает от разных болезней цивилизации и негативного настроения в гораздо большей степени, чем женщина. Проблемы начинаются в основном в 55 или 60 лет. Почему, мы сейчас узнаем.

Если человек не прекратит идти и дальше по «дороге наслаждений», то организму не останется ничего иного, как постепенно заполнять свои органы шлаками. В результате появляются почечные и желчные камни, а также камни в мочевом пузыре. Несмотря на это, некоторые профессора отрицают существование «шлаков», как их называют в народе. Эти господа, должно быть, никогда не видели этих крошащихся камешков.

Почечный камень - это смесь мочекислового и щавелекислого кальция. Так же, как в различных полостях и пузырях организма можно встретить камни или песок, так эти кислоты находятся в жировых, соединительных тканях и в мышцах и холестерин в виде сгустков, т.е. коллоидальных высокодисперсных солей. Помимо этого, в соединении с холестерином они оседают на стенки сосудов или откладываются в мышцах, хрящах и суставах, что вызывает нестерпимые боли. Если эти шлаки в своих химических соединениях находятся во внутренних органах, тогда это приводит, помимо прочего, к повреждению поджелудочной железы, печени, а также к функциональным нарушениям ушей, глаз и сердца.

Часто организм пытается помочь сам себе, прибегая к сильнодействующим спасительным мерам. Он проделывает отверстие в месте наибольшей концентрации токсинов и шлаков и, таким образом, позволяет выйти через это отверстие шлакам и зашлакованным жидкостям. К подобным отверстиям относятся язва голени, геморрой, гноящиеся язвы, гнойные миндалины, фурункулы и т.д. Мы должны быть благодарны телу, если оно открывает эти клапаны.

Но, разумеется, нужно ему срочно помочь в выведении шлаков! В такой ситуации нужно ежедневно выпивать до 2 литров травяного чая, чтобы растворить и вымыть из отложений как можно больше шлаков. Однако этот процесс протекает химически безупречно только тогда, когда в нашем распоряжении находится потенциал нейтрализации, который берется либо из вегетарианской пищи, богатой жизненно важными веществами, либо из соответствующих пищевых добавок.

Два события, которые произошли с нами в последние месяцы на выставках, чётко показывают, насколько важно открывать и использовать созданные телом сливные клапаны, вместо того чтобы закрывать их.

После одного из наших докладов на территории выставки-ярмарки в Эссене к нам подошла фрау В. и рассказала о своём муже. После того, как ему прооперировали геморрой, его руки стали сине-желто-зелеными. Цвет кожи менялся постепенно, окрашивание началось от кистей и поднималось выше. Она ужасно боялась того, что может произойти, когда это явное отравление дойдёт до сердца.

Мы спросили, где ее муж мог так сильно отравиться, и получили ответ. Оказывается, он работал на производстве на цинкоплавильном заводе в Дюссельдорфе. Пока были открыты геморроидальные узлы, изменения цвета рук не наблюдалось. Однако в последнее время кровотечения стали настолько сильными, что супруги решились на операцию. После чего и начались эти пугающие симптомы с руками. Мы посоветовали супружеской паре провести основательное выведение шлаков и одновременно значительно минерализовать организм с целью нейтрализации токсинов. Первым делом мы порекомендовали приём длительных выщелачивающих ванн.

Недавно супружеская пара посетила нас снова. Муж и жена были нам очень благодарны, так как за это время наступило значительное улучшение на руках и ногах, которое было видно невооружённым глазом.

На выставке в Висбадене, где мы делали доклад о трофической язве голени, об уходе за ней и поддержании ее выделительной функции, присутствовала одна дама. От неё мы узнали о следующем печальном событии: у её свекрови была трофическая язва. Пожилую женщину положили в больницу, где язву закрыли путём пересадки кожи. Но после 14 дней госпитализации у женщины произошло кровоизлияние в мозг, и она умерла. Наша посетительница также рассказала о том, что организм свекрови был явно очень сильно зашлакован, и что, к сожалению, ей тогда ничего не было известно о взаимосвязи между закрытием язвы и кровоизлиянием в мозг.

При геморрое необходимо делать влажные компрессы печени, приготовленные из теплого щелочного раствора. Это необходимо для поддержания функции обеззараживания. Такие компрессы можно накладывать на несколько часов, и даже на ночь.

До самого конца организм пытается уберечь от шлаков центральные функции головы. Мозг, глаза и уши, а также сердце обозначены как первые инстанции в «физической иерархии жизненных ценностей», поэтому они зашлаковываются в последнюю очередь. Естественно, что ослабление слуха, глаукома и шлаковая атака находятся в конце цепочки болезней. И, как правило, они указывают на то, что время данной инкарнации истекает.

Мы рассмотрели, в какой иерархической последовательности в течение всей жизни заполняются шлаками различные ткани нашего организма.

Цивилизатоз - что делать?

- сократить потребление изделий вкусовой промышленности*
- сократить занятия спортом и фитнесом до разумных пределов*
- сократить потребление мяса и животного белка*
- сократить потребление молока*
- есть овощи*
- пить травяные чаи*
- потреблять много минеральных веществ*
- пить овощные соки*
- есть спелые фрукты*
- есть салаты*
- есть семена и орехи*
- регулярно выводить шлаки*
- проводить щелочной уход за телом*
- пить воду, богатую энергией*

Теперь рассмотрим вопрос: почему вообще происходит отложение нейтральных солей в тканях, каким образом они превращаются в шлаки и засоряют организм?

Первая причина - математическая. Люди слишком мало пьют воды. Вследствие этого количество жидкости в организме и ее постоянный расход довольно незначительно. Кроме того, мы постоянно пьем кислотообразующие подслащенные фруктовые соки, колу, лимонад, минеральную воду, добытую из углекислых минеральных источников, и т.д. «Промыватель» организма и клеток последних столетий - травяной чай - в наши дни совершенно несправедливо вышел из моды.

С одной стороны, в организме появляются ненужные кислоты из-за употребления вредных напитков и из-за незначительного количества жидкости. С другой стороны, основываясь исключительно на расчетах, можно утверждать, что небольшое количество жидкости обуславливает относительно высокую концентрацию шлаков из образовавшихся нейтрализованных кислот.

С организмом происходит то же самое, что с сахаром в чашке кофе. Первая ложка сахара растворяется полностью, вторая частично, а третья остается нерастворенной. Любая жидкость имеет способность сохранять во взвешенном состоянии только определенное количество растворимых веществ. Если объём растворимости исчерпан, то оставшиеся вещества оседают. Согласно этому закону, не растворившиеся шлаки откладываются в организме

Помимо математической причины отложения шлаков, существует ещё и химическая. Она заключается в том, что наиболее сложно растворимые соли, например, мочекислая и щавелекислая, оседают первыми, в то время как легко растворимые соли фосфорной и фруктовой кислоты остаются дольше во взвешенном состоянии.

Температура и расстояние до сердца также играют свою роль в процессе оседания или неоседания нейтрализованной соли в виде шлаков. Это термические или физические причины.

В периферических областях рук и ног температура ниже, чем в других частях тела, а также более низкое кровяное давление. Это причина того, что шлаки в первую очередь оседают именно в них. Отложение шлаков может происходить и в результате душевных переживаний. Поэтому в народе говорят, что «это ударило ему по печени, по почкам» и т.д.

Особого упоминания требует особенный вид шлаков. Это избыток животного белка. Он приводит к такому заболеванию, как протеиноз, который изучал профессор Лотар Вендт. Эти шлаки откладываются в виде полимукосахаридов на внутренних стенках капилляров и в соединительных тканях. Полимукосахариды образуются из-за чрезмерного потребления животного белка.

Потребление свинины на человека в неделю в 1813 году составляло 250 граммов, а к 1870 году выросло до 500 граммов. В 1913 году оно составлял уже 1000 граммов, то в настоящее время увеличилось вдвое, и составляет уже 2000 граммов на человека в неделю. Пропорционально к потреблению свинины и остальных т.н. «деликатесов» выросло число больных, больниц, медикаментов и врачей. Необходимо задуматься о повороте назад. Этот поворот - УМЕРЕННОСТЬ.

Общая картина цивилизатоза

В зависимости от предрасположенности, а также от того, насколько сильны или ослаблены органы или функции, зашлакование ведёт к заболеваниям вследствие отложений; к заболеваниям, связанным с выведением; к заболеваниям, вызванным недостатком минеральных веществ.

Первая группа болезней цивилизатоза: заболевания, вызванные недостатком минеральных веществ

- кариес
- пародонтоз
- остеопороз
- артериосклероз
- расширения вен
- проблемы с межпозвоночными дисками
- паховые грыжи
- выпадение волос
- морщины

Следствием выведения кислот через кожу могут стать химические ожоги или заражение грибком. Пока яды и кислоты не подверглись нейтрализации, они могут вызвать ожоги клеток, тканей, желёз, органов, капсул, они могут вызвать повреждения суставов и функциональные нарушения.

Как же узнать, зашлакован ли организм, и в какой степени? Или каких минеральных веществ ему не хватает?

Природа сурова, особенно по отношению к нашей внешности. Волосы, внешний вид кожи, дёсны и зубы, внешний вид ногтей пальцев рук и ног - всё это может сказать о многом.

Так же красноречивы конечности с плохим кровоснабжением, мешки под глазами, различные виды выделений на коже или слизистой, кожные высыпания, скопления жидкости в тканях, пигментные пятна, трофические язвы и т.д.

Вторая группа болезней цивилизатоза - заболевания, связанные с выведением:

- акне
- потливость ног
- зубные отложения (бляшки)
- гнойные миндалины
- фурункулы
- карбункулы
- геморрой
- нейродермит
- аллергия
- экземы
- псориаз
- трофическая язва голени
- кожный зуд

Конечно, довольно досадно, что природа отражает всё, что хочет нам сказать и показать, именно на наших лицах.

Вы не найдёте на теле глубоких морщин!

Почему мешки появляются именно под глазами?

Почему именно лицо отекает так сильно?

Почему не любая другая часть тела, скрытая от посторонних глаз?

Почему пигментные пятна появляются на лице и руках, а не на ягодицах?

Почему угревая сыпь бывает на лице, шее и в области декольте, а не там, где её никто не видит?

Почему при особенно высокой степени зашлакованности на лице образуются большие желваки, которые могут быть диагностированы как «гнезда раковых опухолей»?

Несколько лет назад подобное пережил один из наших знакомых. Он - водитель-дальнобойщик, преждевременно ушедший от этой работы. Вынужденно ушедший... За много лет своей работы он объездил всю Европу. Быть в пути приходилось день и ночь. При этом, как он сам рассказывал, питаться приходилось почти исключительно чёрным кофе, жареными сосисками и картофелем-фри, приправляя еду с большой долей фантазии - то «белым», то «красным», т.е. майонезом или кетчупом. Мы установили, что у него произошло зашлакование организма, которое проявилось в виде **плотной** тучности и чрезвычайной тугоподвижности. Мужчина не мог даже удержать в руках газету, так сильно болели мышцы. Всё лицо было покрыто некрасивыми желваками. В одной из мюнстерских клиник их диагностировали как «гнезда раковых опухолей». Но это были отнюдь не «гнезда раковых опухолей». Это были скопления шлаков, которые умный организм отложил на лице не очень умного мужчины - молча, но провокационно.

Мы посоветовали ему начать выведение шлаков - сначала осторожно, затем постепенно вводить всё более сильнодействующие методы. В течение первых нескольких недель следовало перейти на исключительно вегетарианский рацион. В течение дня он должен был выпивать 1 -2 литра воды плюс овощные соки, свекольный сок, капустный рассол и т.д.

**Третья группа болезней цивилизации -
заболевания вследствие отложений:**

- *артериосклероз*
- *камни в желчном пузыре*
- *камни в почках*
- *камни в мочевом пузыре*
- *ревматизм*
- *подагра*
- *артроз*
- *кровоизлияние в мозг*
- *пигментные пятна*
- *зубной камень*
- *липомы*
- *фибромы*

Людам с такой высокой степенью зашлакованности нельзя сразу же начинать растворение шлаков травяным чаем, иначе из шлаковых завалов образуются целые потоки кислот, что может спровоцировать «шлаковую атаку» - инфаркт сердца!!

С самого начала полноценный вегетарианский рацион следует дополнять большим количеством энергетических минеральных веществ из пищевых добавок - это необходимо для нейтрализации кислот в крови, лимфе и клетках. Одновременно надо проводить щелочной уход за телом (общие и ножные ванны, промывания, щелочное питьё и т.д.), чтобы нейтрализовать кислоты и вывести шлаки через поры и выделительные железы кожи.

Через одну - две недели начинается собственно выведение шлаков. Начинать надо с 0,5 литра травяного чая в день для того, чтобы растворить шлаки. Через несколько недель это количество надо довести до 1 литра чая в день. Дополнительно необходимо выпивать от одного до двух литров воды ежедневно.

Теперь шлаки из отложений наконец-то растворяются и вымываются. До этого были нейтрализованы кислоты, находящиеся в физиологических жидкостях, и в виде нейтральных солей - выведены через почки и кишечник.

Как узнать, зашлакован ли организм, и в какой степени? Это

написано на лице!

- *снижается темп роста волос*
- *кожа поблёкшая и в морщинках*
- *кровоточивость дёсен*
- *зубы шатаются*
- *деформируются ногти пальцев ног и рук*
- *плохое кровоснабжение конечностей*
- *мешки под глазами*
- *выделения*
- *кожные высыпания*
- *скопления жидкости/отёки*
- *пигментные пятна*

В период выведения шлаков травяным чаем необходимо потреблять ещё больше минеральных веществ! Также надо увеличить количество и продолжительность щелочных ванн для успешного избавления от кислот. Щелочные ванны надо принимать через день, сперва в течение 30 мин., постепенно доведя их продолжительность до 60 - 120 мин.

У нашего пациента не было практически ни капли физиологической жидкости, свободной от шлаков. Поэтому, начав выведение шлаков, нельзя было допустить, чтобы жидкости организма перегружались кислотами, образующимися при растворении шлаков!

Необходимо ещё раз указать, что любое растворение шлаков означает, что старые, уже нейтрализованные кислоты снова возвращаются к жизни, так как растворение шлаков - это разделение нейтральной соли на минеральную составную часть, например, кальций, и так наз. кислотный остаток, например, мочевую кислоту. Там она снова реактивируется, и её снова требуется нейтрализовать с помощью ежедневного вегетарианского питания, или поставляя нейтрализующие минеральные вещества. Затем в виде нейтральной соли она покидает организм через почки, кишечник или кожу. В это время мы должны поддерживать организм систематическим питьём чистой энергетической воды.

Наш водитель больше года проводил последовательное выведение шлаков и щелочной уход за телом. После этого у него исчезли все 24 «гнезда раковых опухолей». Сегодня он чувствует себя хорошо. Он купил модный спортивный автомобиль и сейчас строит дачу на побережье Балтийского моря. Он будет получать пенсию ещё 30 - 40 лет, и

ему совершенно точно больше не понадобятся ни услуги традиционной медицины, ни помощь пенсионной кассы.

Количество потребляемой воды определяет:

- *концентрацию шлаков в жидкостях организма*
- *отложение шлаков*
- *растворение отложенных шлаков*
- *разбавление поступивших кислот*

Чем выше уровень концентрации шлаков в крови, тем больше шлаков откладывается.

Чем меньше масса крови, тем выше уровень концентрации.

Пейте больше чистой воды!

Так уж устроен наш скептический западный (и уж особенно наш немецкий) ум - человек обычно убежден в неизлечимости своей «болезни». Неудивительно, что больничные кассы залезают в миллиардные долги, так как выплаты достигают немислимых высот!

Наш водитель-дальнобойщик теперь знает, как именно надо выводить шлаки, а также понял необходимость употребления большого количества минеральных веществ. Если бы эти знания стали всеобщим достоянием, то не появилось бы столько заболеваний, вызванных недостатком минеральных веществ. Они возникают оттого, что ежедневная потребность в нейтрализующих минеральных веществах не удовлетворяется только за счёт питания – как это по идее должно было бы быть. Организм вынужден забирать эти вещества из различных запасов, хранилищ всего необходимого для поддержания жизнедеятельности. В результате появляются кариес и пародонтоз, остеопороз и повышенный уровень холестерина вкпе с атеросклерозом; расширение вен, проблемы с межпозвоночными дисками, паховые грыжи, выпадение волос и деформация ногтей...

Что происходит в то время, которое необходимо организму для нейтрализации поступающих кислот и ядов? В это время протекают процессы интоксикации и химического ожогового воздействия, которые часто сопровождаются повреждениями тканей, органов, желёз, а также функциональными нарушениями. В результате возникают такие заболевания, как легастения, сахарный диабет, гастрит, колит, болезни Паркинсона и Альцгеймера.

При сахарном диабете это может привести к так наз. юношескому диабету с нарушением выработки инсулина. При прогрессирующих ожоговых разрушениях,

островок Лангерганса (панкреатический островок), который расположен в поджелудочной железе и отвечает за выработку инсулина, уменьшает количество вырабатываемого гормона, и в один прекрасный день прекращает её совсем. Сперва человека лечат таблетками, затем уколами. Поначалу речь идёт о стимулировании процесса выработки инсулина, затем о возмещении недостатка инсулина. На самом же деле надо найти и устранить причины возникновения этой проблемы! Для этого можно воспользоваться исследованиями семьи Лейзен. Причиной возникновения сахарной болезни они считают серную кислоту.

С капсулами, органами, функциями опорно-двигательного аппарата, мозга и др. происходит то же самое, что и с железами - они во всё возрастающей степени подвергаются химическим ожогам. Поначалу возникают функциональные расстройства и боли. Организм отвечает воспалениями на токсические и кислотные атаки, грозящие ожогами. Он задерживает воду, чтобы развести кислоты, и кровь, и отправляет их к уязвимым местам. Возникает чувство тяжести и повышается температура. В это время кровь эвакуирует вредные вещества вместе с водой.

Поэтому не стоит избавляться от жидкости в распухших коленях, которая скопилась там для разведения кислоты. Этим делу не поможешь. Необходимо устранить причину! Надо остановить поток ядов, кислот и вредных веществ! Тогда не будет ни ожогов, ни интоксикации, ни воспалений, ни болей, прекратится шлакообразование. Как бы это ни выглядело алогичным с точки зрения поверхностного восприятия, но **пить много воды при отёках гораздо разумнее и полезнее, чем удалять из них жидкость!**

А ещё более разумно и полезно удалять из организма кислоты и яды, из-за которых организм вынужден создавать отеки, ибо концентрация кислот и ядов уменьшается при разведении их жидкостью из отёков. И делается это для того, чтобы предотвратить повреждения структур.

Почему же организм, обладающий многочисленными выделительными возможностями кожи и кишечника, лёгких и почек, не может избавляться от всех ядовитых веществ? Где же тут его, организма, природная мудрость? Где его "скрытые резервы"? Почему он их не подключит? Ему же никто не мешает! Чтобы ответить на этот вопрос посмотрим на природу, ведь организм человека - творение природы и устроен он по тем же законам и принципам.

На наш взгляд, здесь уместнее всего следующая аналогия. Вот есть какой-то достаточно большой естественный водоем, скажем, озеро или даже небольшое море. Оно веками и тысячелетиями прекрасно себе существует, вода в нем чистая, его экосистема прекрасно справляется с поддержанием нормальной флоры и фауны. В нем водится множество видов рыб, рачков и раков, соответствующие виды животных и т.д. Берем пробу воды, видим почти нейтральный pH 6,7 -7,0. Как и положено чистой воде.

И вот приходит индустриальная эра и вдруг в одночасье на берегу этого озера возник химический комбинат ("в одночасье", конечно же, с точки зрения жизни озера). И началось активное сливание в озеро агрессивных отходов химического производства. Озеро с этим объемом шлаков и токсинов вполне справляется, всё пока на месте.

Но через некоторое время возник еще один завод. Потом еще один. И еще... И вот мы берем пробу, а pH уже 6. В 10 раз кислее нормы. И раки в озере уже почему-то не

ловятся, и некоторые виды рыб исчезли... Но индустриальная эра на подъеме! Научный прогресс шагает семимильными шагами, а человечество ведет войны, ему некогда заниматься природой, ибо на кону огромные властные амбиции и даже жизнь целых политических систем, которые нужно отстаивать путем войн. А войны требуют огромных ресурсов. Нужны заводы, заводы и заводы...

И вот вокруг озера уже десяток крупных производств. Или несколько десятков...И каждый ежесекундно и круглосуточно сливает отходы. И вот уже просто подходя к озеру мы в некоторых заводах уже даже по запаху чувствуем, что тут явно что-то неладно. Запах неприятный, затхлый... Измеряем рН, а он уже 5, т.е. в сто раз кислее нормы. И уже не только раков, но и рыб этом водоеме мы не найдем. Икра в такой воде просто не выживет - кислота сожжет её задолго до вылупления мальков. Если такое положение дел продержится еще десяток лет, то это будет уже просто откровенно кислотное мертвое озеро с рН 4,5 - 4, которое будет отвратительно пахнуть и никакой жизни кроме тины и камышей там не будет.

Это не умозрительная аналогия, не выдуманная. Такая история в XX веке приключилась со тысячами и сотнями тысяч различных естественных водоемов Европы, Америки, а потом и Азии. И если Северная Америка и Европа уже в конце XX в. начала активно "лечить" свои водоемы, то бурно развивающийся Китай, Индия, страны Юго-Восточной Азии, Южной Америки сейчас активно повторяют этот губительный путь. Их экологические организации еще очень слабы и малоразвиты.

И вот, возвращаясь к нашему озеру, можно сколько угодно сетовать на то, что оно само не может себя очистить за счет своих природных сил, скрытых резервов... Но здравый смысл тем не менее ясно говорит, что при таком количестве и качестве сливаемых отходов это невозможно. У природы есть только те возможности самовосстановления, которые есть. И мы можем это либо игнорировать, либо признать как факт и пытаться подстраиваться под них.

Точно так же и наш человеческий организм. Он имеет только такие возможности самовосстановления и самоочищения, какие имеет. И он делает то, на что способен. Причем, можно не сомневаться: делает по-максимуму, напрягая все системы. **Просто мы реально не представляем КАКОЕ количество агрессивных кислот в химических единицах мы вводим в свой организм, живя по среднестатистическим нормам современной жизни.**

Мы не можем себе представить сколько кислоты мы вводим в себя с этой вкусной пищей из обычного супермаркета или ресторана, мы не можем себе представить сколько кислоты "дарим" организму с каждой выкуренной сигаретой, мы не можем себе представить сколько кислоты образуется в нас с каждым десертом, мы не можем даже вообразить какой "кислотный шквал" обрушиваем в себя с каждой веселой алкогольной вечеринкой, мы не знаем, сколько кислоты остается на нашей коже после ежедневного пользования косметикой и средствами гигиены с рН6-рН5, и наконец, мы даже не представляем сколько кислоты образуется в нас от каждого часа, прожитого в состоянии стресса, уж не говоря о психологическом потрясении или травме...

Организм делает всё возможное. Он выдавливает яды через кишечник в виде серных газов. Он выдыхает их через лёгкие в виде несвежего дыхания. Токсины и шлаки

проходят через кишечник и мочевой пузырь. Они выделяются с потом или выводятся через ступни (потливость ног). Выведение ядов также проявляется в виде угревой сыпи, зубного камня, гнойных миндалин, экземы, фурункулов и карбункулов.

Нейродермит и аллергические реакции можно рассматривать как выделительную функцию или как попытки выделения излишка шлаков. Это касается и трофической язвы голени, и многочисленных кожных высыпаний, и пигментных пятен, которые появляются на коже особенно с приближением старости.

Одной из ярких причин того, что шлаки, отложившиеся в жировых и соединительных тканях, мышцах и органах не выводятся является т.наз. «почечный барьер», открытый профессором Манфредом фон Арденне. Это значит, что почки человека могут выводить лишь жидкость с уровнем рН от 4,4 до 4. Если кислотный уровень будет ниже, т.е. жидкость будет более кислой, тогда почечные ткани будут обожжены кислотой, чего организм, разумеется, не хочет допустить. Следовательно, на помощь приходят минеральные вещества и нейтрализуют избыточные кислоты, переводя их в соли. Относительно же нейтральных солей выделительная способность почек в принципе ограничена, как уже говорилось ранее на примере растворения сахара в кофе.

Напомним себе этот пример: процесс отложения солей похож на поведение сахара в чашке кофе. Одна ложка растворяется без остатка. Вторая и третья уже остаются большей частью нерастворёнными и оседают на дне чашки. Если чашка постоит так день-два, то сахар на дне слежится так, что станет плотной массой, комом... **Любая жидкость может растворить определённое количество вещества - это клинический факт, остальное вещество будет предоставлено самому себе.** Если перешагнуть порог растворимости, то остатки вещества осядут на дно, будь это чашка кофе или человеческий организм. Поэтому шлаки выпадают в виде осадка где угодно - в сосудах, суставах, соединительной ткани и т.д.

Возьмём наши конечности. Здесь та же ситуация, что и в колене трубы, отходящей от каждой раковины. Там остаются шлаки просто потому, что это изгиб – более сложная структура, чем прямая труба. Аналог колена трубы в нашем организме - это пальцы рук и ног. Помимо этого, они самые холодные на ощупь, т.е. в них постоянно относительно низкая температура - вот ещё одна причина отложить туда шлаки, на сей раз это термическая причина. Это же касается и коленных суставов.

Над следующим критерием стоит особенно задуматься. Это количество выпиваемой жидкости (или любой другой "живой" жидкости, не содержащей искусственных химических компонентов, напр. свежевыжатые соки, травяные чаи, компоты и т.д.). Если пить немного, менее 1 литра в день, то это приведёт как к малому расходу жидкости, так и к её небольшому количеству в организме. **В этом случае организм, боясь стать зашлакованным, удерживает воду, чтобы разводить кислоты. То есть люди, которые пьют мало, в результате жалуются на переизбыток жидкости в организме!!!**

Итак, организм удерживает воду. В этом случае надо поначалу буквально целыми днями принимать щелочные ванны, дважды в день «заливать» организм щелочным питьём, ежедневно выпивать 1-1,5 литра воды и употреблять много минеральных веществ. Тогда через некоторое время вода будет выходить литрами, неважно, в виде пота

или через почки! Именно поэтому мы различаем **полноту «от жира» и полноту «от воды»**. Большинство людей с лишним весом как раз-таки относятся к «полным от воды». Их организмы удерживают воду, чтобы разводить кислоты. Это, как говорится, «ходячие отёки». Давайте опять вспомним про чашку кофе с нерастворившимся сахаром.

Концентрация шлаков, безусловно, особенно высока там, где мало жидкости и где она почти не расходуется. Тут уместно вспомнить обычное приветствие римлян - "хорошо ли вы потеете". Вместо нашего "как поживаешь", римлянин спрашивал знакомого "как потеешь". На этом примере мы видим, что уже в древности было известно насколько важно обильное питьё. Если жидкости много, то и её расход тоже велик, что существенно снижает концентрацию шлаков.

Таким образом, лучше всего к обычному количеству ежедневно выпиваемой жидкости прибавить ещё 1-1,5 литра чистой воды. Лучше всего взять обогащённую энергией, некипяченую, мягкую водопроводную воду.

Об интенсивном зашлаковании можно говорить и в случае душевного потрясения. Недаром существуют выражения типа «это ударило ему по сердцу»...Как бы это ни казалось нереальным на первый взгляд, но реакция организма на стресс – вполне биохимическая и лежит в кислотном диапазоне. Стресс вызывает микросокращение многих групп мышц, особенно внутренних, что неизбежно вызывает накопление молочной кислоты, стресс сдавливает дыхание, что даёт повышение уровне углекислоты, стресс блокирует работу всей пищеварительной системы, в результате чего пищеварение просто останавливается, а любой застойный процесс вызывает повышение кислотного фона.

Как известно, любой стресс блокирует работу желчного пузыря, вызывая спазм сфинктера Одди. В результате чего желчь – самая щелочная субстанция организма, имеющая рН 8,8 – перестаёт поступать в желудочно-кишечный тракт. Смещая кислотно-щелочной баланс в кислую сторону. Таким образом, стресс это фактически масштабная кислотная атака. Нетрудно вспомнить в этой связи одну из наиболее распространенных реакций организма на длительный стресс – выпадение волос. Поскольку уровень кислот в повышен, организм вынужден срочно изымать минеральные вещества для нейтрализации кислот. И первое, чем он обычно жертвует – это минеральные вещества именно волос, поскольку волосы – не самая жизненно-необходимая часть тела.

Самые известные болезни, связанные с отложением шлаков, - это образование камней в почках, в жёлчном и мочевом пузырях, появление зубного камня. Сюда же относятся ревматизм, атеросклероз, подагра и артроз, обширные известковые образования на костях, о которых в последнее время ведётся много разговоров. Мы установили, что шлаки преимущественно оседают в кистях, ступнях, а также пальцах рук и ног. Здесь отложение шлаков приводит к образованию уплотнённых, окисленных клеток. Они, в свою очередь, окисляют капиллярную кровь, пока она еще в состоянии течь. Это окисление ведёт к неподвижности, в худшем случае – к застыванию эритроцитов – красных кровяных телец.

Эти большие кровяные тельца имеют форму диска, а в диаметре они в **три раза шире**, чем узкие капиллярные сосуды. При нормальном показателе крови рН 7,35 капилляры пропускают кровяные тельца без затруднений, так как те сужаются и,

принимая практически форму торпеды, скользят по капиллярным сосудам. Так они доставляют в клетки кислород и другие необходимые питательные вещества.

Если рН-уровень тканей достигает показателя 6,6 или 6,4, то эритроциты «застывают» всё больше и больше. Мы говорим о так называемом «кислотном сгущении», а при еще более низком показателе рН - о кислотной неподвижности, в результате чего эритроциты вообще не проходят по капиллярам. Прежде чем это случится, организм пытается решить эту проблему своими усилиями. Например, он **повышает кровяное давление с помощью физических методов**, что заставляет двигаться по капиллярам неэластичные и теряющие эластичность красные кровяные тельца. С этой точки зрения так называемое «повышенное кровяное давление» - это такая же разумная мера организма, как и так называемый «повышенный уровень холестерина».

Если рН-уровень тканей продолжает снижаться (окисляться), например, до рН 6,2, то эритроциты застывают окончательно, и если бы высокое давление и дальше удерживалось на этом уровне или повышалось ещё больше, то это погубило бы организм. Поэтому давление начинает опускаться - внезапно и без видимой причины. Эта мера чрезвычайно разумна - она позволяет избежать тромбозов, эмболий, инфарктов сердца и шлаковых атак. Но поскольку основная проблема так и не решена – затвердевшие эритроциты – то организму приходится напряженно изыскивать другие способы решения столь критичной ситуации...Итак, нам имеет смысл напрямую связывать аномалии давления со степенью зашлакованности организма.

Повышенное давление

Зашлакованность организма приводит:

- к образованию уплотненных окисленных клеток*
- к «закислению» капиллярной крови*
- к неподвижности эритроцитов*
- к нарушению кровоснабжения тканей тела*
- к повышению кровяного давления*

Зачастую повышенное давление нормализуется в течение нескольких недель после курса лечебного голодания или выведения шлаков в течение недели или месяца. Тем же путём - путём последовательного удаления шлаков – нормализуется и низкое давление. Иногда пациентам с диагнозом «повышенное кровяное давление» советуют резко уменьшить потребление поваренной соли или вообще отказаться от неё. Мы не видим здесь никаких плюсов.

Поваренная соль - это химический стержень жизни. Вода и соль взрастили двух химических антиподов, которые образуют кислотно-щелочную среду нашего организма - соляную кислоту и окись натрия в желудке, желчи и желудочном соке. Естественно, оба этих химических центра - «кислый» желудок и «щелочная» печень/желчный вместе с поджелудочной железой - расположены поблизости, чтобы посредством тесной корреспонденции и обмена обеспечить химический баланс между кислотным и щелочным потоками.

Химический баланс равновесия потоков кислоты и щелочи наблюдается во многих местах нашего тела и организма. Например, мышечные клетки содержат малое количество кислот, в то время как клетки сердечной мышцы должны функционировать при показателе pH 6,9.

Наша кровь слабощелочная с уровнем pH 7,35, в то время как «сокровищницы» нашей жизни, т.е. слизистые оболочки и волосы, сосуды, ногти, сухожилия, хрящи, капсулы и кости - щелочные, с уровнем pH примерно 8,1. Прежде всего, в них содержится запас щелочеобразующих минеральных веществ, необходимых для каждой нейтрализации кислот.

Пищеварительный тракт, начиная от рта и заканчивая анусом, также находится в балансе между кислотными и щелочными показателями. Рот и слюна приблизительно нейтральны, а желудок - «кислый». Тонкая кишка со щелочной подпиткой в виде желчи и желудочного сока тоже становится щелочной; толстая кишка вместе с ампулой прямой кишки делается более или менее нейтральными после нейтрализации соляной кислоты и окиси натрия. Как антиподы - соляная кислота и окись натрия - в полной гармонии управляют функционированием обмена веществ, так и два совершенно простых химиката - поваренная соль и вода - **составляют химическую основу нашей жизни.**

Разве может быть иначе на Земле, на планете, которая на две трети покрыта солёной водой, и где кислород, натрий и хлор являются определяющими элементами морской воды? Вот некоторые pH-уровни человеческого обмена веществ.

Желудочный сок имеет уровень pH от 1,8 до 1,5.

Почечный барьер - pH от 4,4 до 4,0.

Инфаркт сердца наступает тогда, когда pH-уровень в клетках сердечной мышцы падает до 6,4 или даже до 6,2. Сердечная мышца работает при уровне pH 6,9.

Утренняя моча колеблется в среднем между 5,0 - 5,5 и до 7,0.

Средний уровень pH соединительных тканей - от 7,1 до 7,25.

Средний уровень pH крови - от 7,35 до 7,45.

Слюна должна или может иметь щелочную среду с уровнем pH 7 - 7,2. Но этот уровень достигается редко. Сегодня pH-уровень слюны 6,5 считается нормальным.

Желудочный сок имеет уровень pH 8,3, а желчь - pH 8,8.

Каждому, кто заинтересован в поддержании кислотно-щелочного равновесия - этой основы здоровья, мы рекомендуем хоть раз в жизни посвятить какой-то период, скажем, один месяц, наблюдению за pH своей утренней мочи. При этом внимательно отслеживать изменения уровня pH в связи с особенностями дня накануне.

Излишек кислот приводят к «хищению» минеральных веществ для нейтрализации этих кислот с последствиями в виде болезней, связанных с нехваткой минеральных веществ:	
Хром	= Диабет
Фтор и кальций	= Кариес
Йод	= Базедова болезнь
Молибден	= Нарушение функций роста, бесплодие
Кобальт	= Анемия
Цинк	= Выпадение волос
Медь и железо	= Плохое кроветворение, ослабление иммунной системы

Такое наблюдение поможет получить много ценной информации о происходящих в организме процессах и выявить различные индивидуальные реакции. Но тут много чего надо знать и иметь в виду. Показатели у мужчин и женщин порой радикально отличаются друг о друга. Так, к нам обратился один молодой человек, которого удивили результаты измерения pH-уровня его собственной утренней мочи и мочи супруги. Утром в день визита у него был уровень pH 5,0, а у его жены - 7,0. При этом накануне они делали и ели одно и то же!

Затем выяснилось одно обстоятельство. Накануне вечером он проехал несколько десятков километров на спортивном велосипеде. Логично, что на следующее утро молочная кислота, возникшая вследствие чрезмерной мышечной деятельности, резко снизила pH-уровень его мочи до кислого. Мы потом сказали ему, что у его жены, скорее всего, были месячные, и поэтому уровень её мочи достиг 7,0. Так оно и оказалось!

На примере pH-уровня мочи этой девушки можно увидеть, какой уровень pH является идеальным для утренней мочи. Этот уровень колеблется между 6,8 и 7,1. У новорожденных же этот уровень превышает 8, после того как они в течение нескольких месяцев пребывали в щелочных околоплодных водах матери с оптимальным уровнем pH 8,5.

С другой стороны, вас не должен удивлять низкий pH-уровень мочи во время курсов голодания и выведения шлаков! Когда из организма выводится много шлаков и кислот, то это делается через почки и мочу. Но, будучи кислее, чем это допускает почечный барьер с pH-уровнем 4,4 - 4,0, моча не может покинуть организм. Таким образом, кислые показатели мочи показывают, что кислоты и шлаки выводятся из организма через мочу. Во время курса выведения шлаков в первое время рекомендуется проверять тест-полоской pH-уровень утренней мочи. Следует избегать показателей pH менее 5,5, а лучше всего не опускать щелочной показатель ниже 6. При pH-уровне ниже этого порога, организму грозят химические ожоги. Если не получается преодолеть

показатель pH, равный 6, то необходимо усилить процесс нейтрализации и выведения и ослабить процесс растворения шлаков. Ослабить процесс растворения шлаков - это значит уменьшить количество потребляемого травяного чая на четверть или на половину. Это же касается количества принимаемых растворяющих гомеопатических средств или фруктового уксуса.

Восполнить недостающее количество жидкости можно овощными соками. Также необходимо увеличить количество выпиваемой воды. Продолжив последовательное и усиленное растворение шлаков, помните о необходимости удвоить или даже утроить количество потребляемых нейтрализующих минеральных веществ, если pH-уровень утренней мочи опустился ниже 6. Одновременно стоит увеличить число щелочных ванн (ножных и общих) для выведения излишка кислот через кожу.

Различие обменных процессов у мужчин и женщин, разница рационов и степеней зашлакованности организма довольно велики, так что ещё никому не удалось прийти к идеальному конечному показателю кислотности мочи. Каждому человеку хочется следовать собственным инстинктам, и никто не должен тратить большую часть дня, измеряя уровень кислотности в моче, уровень холестерина, мерить давление и прислушиваться к печени.

Мы задыхаемся от многообразия диагнозов, в то время как возможности лечения недугов остаются на чрезвычайно низком уровне. Раньше дядюшка доктор прописывал щелочное лекарство. Сегодня существует «кислотный бич», к примеру, болеутоляющие таблетки, которые содержат ацетилсалициловую кислоту. Горькое лекарство всегда было щелочным. Это доказывает золототысячник – самая горькая трава, содержащая наибольшее количество щелочи. К нему человек прибегает только тогда, когда ему очень плохо, когда ему действительно «горько».

Щелочное лекарство - горькое лекарство.

Самая горькая трава - трава с наивысшим содержанием щелочи:

золототысячник

Медикаменты же – чаще всего кислые, напр. ацетилсалициловая

кислота.

Помимо таких горьких лекарственных трав, как золототысячник и полынь, овечий сноп, одуванчик и др., существует множество других трав - важнейших поставщиков минеральных веществ. То же самое касается овощей и салатов, семян и орехов, а также спелых фруктов и зёрен. Но всё это достаточно редко используется в современном питании.

Особенно высокая степень зашлакованности (интоксикации) может быть продемонстрирована определённым симптомом - геморроем. Геморрой - это своего рода «аварийный клапан» для сбрасывания шлаков, которые печень не может переработать. Кровеносные сосуды в заднем проходе лопаются из-за усиления давления в воротной вене. Наплыв шлаков и токсинов на печень в этом случае настолько велик, что они практически «стоят в очереди», чтобы быть переработанными печенью. Эта

импровизированная «очередь» тянется от печени к заднему проходу. В этой очереди находятся миллиарды молекул шлаков и токсинов, которые ждут, когда их переработают.

Когда организм ещё в состоянии справиться с ситуацией химическими средствами, то в заднем проходе чешется и зудит, но кровоточивости нет. Но когда ситуация с обменом веществ становится угрожающей и печень больше не может с этим справиться, то в этом случае появляются трещины, выводящие зашлакованную, закисленную и содержащую токсины кровь. Можно быть уверенным, что вытекает **только зашлакованная кровь**. Как только она полностью удаляется, кровотечение прекращается!

Самое большое безумство по отношению к геморрою - это облитерация. Тем не менее, этим грешат как хирурги, так и их пациенты. Их единственное спасение от тотальной интоксикации с возможным в скором времени инфарктом миокарда и апоплексическим ударом - это трофическая язва голени. Хорошо, если она появится до того, как вздутая воротная вена лопнет, иначе человек умрёт в муках от внутреннего кровотечения. Можно сказать, что геморрой - это своего рода «мужская менструация». Его ни в коем случае нельзя лечить с помощью облитерации. Также при геморрое помогает последовательное определение источников кислот и шлаков и их дисциплинированное удаление или уменьшение. К этому добавляют вегетарианское питание с очень высоким содержанием минеральных веществ, а также последовательное очищение организма от ядов.

В период вывода ядов из организма следует на несколько недель отказаться от чая, выводящего шлаки. Зашлакованный и отравленный организм нельзя перегружать кислотами, образующимися при растворении шлаков. Печень не успевает справиться даже с теми кислотами и шлаками, которые уже поступили в организм! В течение первых недель геморрой нейтрализуют, придерживаясь вегетарианской диеты и употребляя большое количество энергетических минеральных веществ, и вымывают, выпивая ежедневно 1-2 литра воды. Наряду с этим нужно принимать обильные щелочные ванны и делать компрессы в области печени. Это помогает выводить токсины через кожу.

В течение дня следует пить водопроводную воду, овощные соки и минеральную воду без газа. Для соков лучше всего подходят расторопша пятнистая, одуванчик и артишок. Сок обычно добавляют в воду в соотношении - ликёрная рюмочка сока на стакан воды. Если позволить геморроидальным трещинам беспрепятственно кровоточить, то это окажет очень сильное действие. Если организм находится на правильном пути нейтрализации кислот и выведения шлаков, если прекращается их дальнейшее поступление в организм путём отказа от потребления деликатесов и ядов из окружающей среды, то в этом случае геморроидальное кровотечение быстро остановится. Следует воздерживаться от физических нагрузок, фитнеса, бега и бодибилдинга, поскольку они вызывают образование ненужной молочной кислоты. Всё это ведёт к накоплению шлаков и токсинов, в результате чего нарушается обмен веществ.

Время от времени геморрой возникает у женщин после рождения ребенка. Чем это вызвано? По нашему представлению о биохимических процессах, в женском организме вовремя беременности скапливаются кислоты, шлаки и токсины, которые не могут проникнуть в плаценту, так что эти скопления причиняют беременной женщине

определённые неудобства. Количество скоплений напрямую зависит от того, как часто женщина «грешила» употреблением деликатесов в период беременности. Если часто - тогда их будет больше, если же она принимала щелочные ванны - то меньше. Как правило, геморрой проявляется впервые (если женщина уже страдала от геморроя - то проявляется особенно сильно), когда впервые после беременности должна начаться менструация. Это является особенностью обмена веществ в женском организме - кислоты и шлаки удерживаются в крови, так как организм убеждён, что вовремя месячных состоится генеральная очистка физиологических жидкостей.

Формы зашлаковки организма

Зашлакование организма в течение жизни может выражаться в разных формах.

Пожалуй, наиболее важные из них это:

- болезни, связанные с нехваткой минеральных веществ
- болезни в результате зашлакования организма
- болезни выведения
- болезни, вызванные кислотными ожогами.

Притупление ощущений:

- болеутоляющие средства
- средства, понижающие давление
- средства, понижающие уровень холестерина
- жаропонижающие средства
- антибиотики
- морфий
- кортикостероиды
- и т.д.

По всей видимости, за это разнообразие отвечают не только предрасположения, типы, ослабление или усиление функций органов, различающихся у каждого человека, но и от разницы характеров, кислот, образующих шлаки вместе с минеральными веществами и микроэлементами. Может быть, мы шагнём ещё дальше и начнём ориентироваться на характер галогенов, образующих кислоты, например, на серу и хлор.

Возьмём в качестве примера хлор, основной компонент соляной кислоты. Путь нам укажет феномен хлорных угрей. Хлор - это расширяющийся газ. Его свойство расширяться, выражаемое внезапным извержением и распространением, передаётся через кислоту в образованный шлак, и приводят к образованию не хлорных камней, а хлорных

угрей! Подобным образом дело обстоит с серой и серной кислотой, азотом и азотной кислотой.

Совершенно очевидно, что в природе есть «извергающиеся элементы». Их можно обнаружить в угрях и фурункулах. Существуют также «осадочные элементы», которые оседают в организме, образуя шлаки и камни. К ним относятся щавелевая, дубильная и мочева кислота; возможно, также муравьиная и уксусная кислоты.

Многое в этой области исследования пока является гипотезой. Но в любом случае, химические процессы, протекающие в человеческом организме, необходимо изучать с научной точки зрения.

На сегодняшний день современная наука обладает достаточными знаниями о болезнях цивилизации. Мы знаем, как они пожирают нас изнутри. Нам известно, как в организме образуются шлаки. И мы чувствуем боли, причинами которых являются кислотные ожоги и застои. Но большинство людей не прислушиваются к этим сигналам. Уметь правильно определять такие сигналы и подбирать к ним «ключи» означает радикальный отказ от современных наслаждений и полное изменение образа жизни и питания. Не все готовы пойти на это.

Вместо этого применяется то, что, мы называем «задержкой восприятия боли». Человек хватается за болеутоляющие средства, жаропонижающие или антибиотики. Таким образом, мы снимаем болевой синдром и тогда в нашем организме беспрепятственно откладываются шлаки и образуются застои. Этот процесс приводит к противоестественному снижению давления и уровня холестерина, хотя до этого организм их осознанно повышал. Таким образом, убегая от боли, отодвигая её в будущее, мы не гасим пламя начинающейся болезни, а, наоборот, помогаем ей перерасти в хронический недуг. В конце концов, боль нас всё равно догоняет, становится просто невыносимой, и приходится прибегать к морфию. Но это никак не может стать дорогой к выздоровлению!

Поэтому одной из задач медиков всего мира является преодоление и недопущение этой «задержки восприятия боли», а научение СОТРУДНИЧЕСТВА с болью, ибо боль - это сигнал, указатель, самый первый и надежный помощник в определении места, где образовался категорический переизбыток шлаков.

Обмен веществ у мужчин и женщин в свете кисотно-щелочной картины мира

На протяжении всей жизни мужчина должен перерабатывать все кислоты, как только они поступают в организм. Женщина же в течение своего репродуктивного периода удерживает поступающие кислоты от менструации до менструации, а затем их выводит.

Но после наступления климактерического периода женщина начинает испытывать воздействие тех же химических законов обмена веществ, что и мужчина.

Всё это настолько очевидно, что остаётся только удивляться, почему об этом до сих пор не написаны и не напечатаны целые тома, не защищены докторские диссертации и почему это не преподается на первых курсах медицинских колледжей.

Мы сами натолкнулись на эту мысль, лишь изучая труды, оставленные нам св. Хильдегард фон Бинген, жившей в Германии в XI в. В своей книге «Физика» она приводит довольно непримечательную на первый взгляд фразу: *«Во время плодородного периода женщина один раз в месяц избавляется от плохих соков».*

С наших глаз словно упала пелена. Одно-единственное замечание показало, в чём заключается ключевое различие между мужским и женским обменом веществ. Организм женщины придумал такую «уловку» - использовать механизм месячных в качестве еще и средства освобождения от шлаков... Разумеется, само по себе это неестественное явление. Именно по причине его современная «цивилизованная» женщина имеет столь проблемные месячные: длительные и обильные, сопровождающиеся множеством неприятных и болевых ощущений, причем эти неприятные ощущения начинаются даже еще до начала месячных, а весь комплекс этих ощущений стал настолько стандартным для любой женщины, что получил даже отдельное название – предменструальный синдром, ПМС.

Посмотрим на природу, где есть люди, живущие полностью в её лоне – еще существующие реальные «аутентичные» дикие племена Африки и Южной Америки. Так вот, если посмотреть на здоровых женщин этих нецивилизованных народов, то мы увидим, что они ежемесячно теряют лишь несколько капель крови, но, тем не менее, очень плодовиты. Это – научный этнографический факт. Его не возможно игнорировать. И если он есть – он имеет объяснение. И объяснение именно такое: женщины диких племен не накапливают шлаков и их организмы не нагружают механизм месячных дополнительной функцией шлаковыведения.

Соответственно, если этот механизм не перегружен, то месячные безболезненны, быстры и необильны, ибо с точки зрения физиологии для выведения одной микроскопической яйцеклетки и нескольких миллиграммов отработанного эндометрия, вполне достаточно действительно нескольких капель крови.

Представьте себе такую картину: вот есть школьный автобус, который возит детишек в школу. Светлый такой, просторный, детишкам в нем удобно, а вес, который детишки создают в этом автобусе, столь незначителен, что он едет быстро и легко, и соответственно служит долго, ибо детали не изнашиваются от такой нагрузки. И вот какой-то не совсем разборчивый в средствах бизнесмен-подрядчик дал взятку

руководителю того департамента, которому принадлежит автобус, и договорился, что теперь этот автобус будет по пути захватывать еще и его, бизнесмена, гастарбайтеров. И вот теперь каждый день в автобус битком набиваются несколько десятков грубых, грязных, дурно пахнущих, курящих и горлающих на непонятных языках мужиков. Детишки тесно сбиваются в угол и затаив дыхание в стрессе едут до школы. Автобус еле едет, дымит, рычит, скрипит и трещит от непомерной нагрузки, того и гляди – сломается...

Таким образом, этот канал «слива» шлаков хоть и эффективно работает, но ничего хорошего он для женской репродуктивной системы не несет. Не случайно по онкологической статистике самый распространенный вид рака – это рак матки. Репродуктивная система вынуждена работать как выделительная, хотя она изначально для этого не предназначена! Следовательно, какое-то количество шлаков и токсинов, сброшенных сюда за текущий месяц, не выводятся полностью во время месячных, и просто-напросто остаются в матке, в плаценте. Там эти шлаки оседают, слёживаются, уплотняются, создают среду для развития патогенной грибковой флоры, которая там со временем неизбежно поселяется, молочница становится для нас обычным явлением, как и странные непонятные выделения, периодически выходящие из матки. Всё это уже даже никого не удивляет, и вот в такой матке мы потом ждем ребенка.

И при этом еще удивляемся, почему так трудно стало забеременеть? Почему даже при наличии горячего желания обоих супругов, при внешне вполне нормальном уровне здоровья обоих, ребенок ну никак «не идет» – к вящей радости репродуктологов, с удовольствием делающих очень хороший бизнес на искусственном оплодотворении. Если же зачатие произошло, то ребенок оказывается в изначально загрязненной, а то и откровенно отравленной среде. Следовательно, ни о какой естественной, беспроблемной беременности речи и быть не может. Беспроблемная, уж не говоря, о гармоничной, беременность в наше «зацивилизованное» время – это редкость.

Более подробно о том, что происходит во время беременности в свете описанной ситуации, мы расскажем в отдельной главе, посвященной беременности, а сейчас вернемся к различию между женским и мужским обменом веществ.

Между регулярными менструациями женщина откладывает поступающие кислоты в лимфу, кровь и неоплодотворённую плаценту, и затем в течение 3-5 менструальных дней выводит отложенные кислоты, или, по словам Хильдегард, «плохие соки». Именно благодаря этому, длящемуся десятки лет, регулярному освобождению от шлаков и нейтрализации кислот, женщин называют «прекрасным полом». Их красота цветёт дольше, чем мужская, и, согласно статистическим данным, женщины живут примерно на 10 лет дольше, чем мужчины. Конечно, Божий дар – ежемесячное выведение кислот - может доставлять проблемы. Они известны как ПМС - предменструальный синдром. Его симптомы, как правило, вызваны исключительно воздействием кислот.

Существует определённый феномен, помогающий установить различия в мужском и женском обмене веществ. Это потоотделение. У мужского пола отсутствует менструация, поэтому мужчина должен перерабатывать каждый миллиграмм кислот, вредных веществ и ядов, используя собственный потенциал нейтрализации. Поскольку в наши дни этот потенциал существенно ограничился - с одной стороны, из-за недостатка

питательных веществ, с другой стороны, из-за слишком большого количества кислот и вредных веществ - потоотделение стало использоваться в мужском обмене веществ как вспомогательное средство при избавлении от кислот и ядов.

Поэтому мужчина - «потеющий пол». Он потеет при каждом удобном случае, часто по самым незначительным физическим и психическим причинам. Причем очень часто этот пот имеет весьма специфический запах - резкий и неприятный. И поскольку данное положение дел существует уже не первый век, то в культуре (и прежде всего, конечно, в литературе) за этим запахом уже даже закрепился некий "романтический ореол" как словно бы неотъемлемого атрибута мужчины. Так вот теперь, понимая механизмы шлакообразования, мы можем уверенно заявить, что неприятный запах - это не неизбежное и обязательное свойство мужчины. Это - следствие неблагополучия в его организме, следствие накопления шлаков и стремления организма от этих шлаков избавиться всеми доступными средствами.

Что же касается женщин, то только при наступлении климактерического периода женский обмен веществ начинает происходить по тем же законам, по которым десятки лет осуществляется обмен веществ у мужчин. С прекращением менструаций происходит скопление ядов, на которое тело сразу же отвечает потоотделением.

Мы называем волосяной покров «пожарной командой, нейтрализующей кислоты» в теле человека. Кислоты и яды непрерывно перемещаются в направлении волосяного покрова, чтобы отложиться в нём. Однако умный организм избавляется от максимально возможного количества вредных веществ, пока они не достигли цели. Поэтому у мужчин потеют шея, затылок, лицо и лоб!

Мужчины должны внимательно следить за процессом выпадения волос и появлением лысины, советуют учёные-кардиологи. Они не совсем согласны с результатами предыдущих исследований, указывающими на повышенный риск возникновения инфаркта у лиц младше 55 лет и обладающих лысиной. Основное внимание надо обратить на скорость, с которой мужчины лишаются волос. Эту идею выдвинули учёные из Framingham Heart Study, самого большого в мире института по изучению сердца, после наблюдений, проведённых над 2 017 мужчинами.

Так как женский организм плодородного периода не перерабатывает кислоты, а откладывает их в кровь, лимфу и плаценту, то естественно, что уровень кислоты увеличивается с каждым днём, вплоть до наступления следующей менструации. Когда этот уровень поднимается слишком высоко, то есть жидкости тела переполняются кислотами, то начинается депрессия, раздражительность, головная боль; появляются отёки, чтобы разбавить кислоты; возникают и другие неприятные состояния. Часто женщины жалуются на то, что перед менструациями у них набухает живот, они чувствуют себя наполненными жидкостью. Сильное кислотное перенасыщение приводит к отёкам живота, лодыжек или всего тела в целом - таким образом происходит разбавление кислот. Когда менструация заканчивается, то симптомы ПМС исчезают, потому что к этому времени кислоты выведены из организма. Интересно, что симптомы ПМС каждый месяц различны и проявляются с разной степенью силы, так как каждый месяц изменяется питание, удовольствия, переживания и т.д.

Мы пытались исследовать, какие кислоты вызывают те или иные психические и физические реакции (симптомы). Но как мы выяснили, роль здесь играют не соединения различных кислот, а общая масса поступивших кислот, т.е. полученный низкий показатель рН. Интересен тот факт, что продолжительность менструации значительно укорачивается, и эти дни проходят без затруднений, если предыдущий месяц был «беднее» на кислоты. Это явление подтверждают свидетельства женщин, рассказывающих о своей послевоенной жизни.

В годы голодной блокады, с 1945 по 1948, у многих женщин почти полностью прекратились менструации – всё обходилось теми самыми несколькими каплями, как у представительниц диких народов. Не было ни дня в те годы, когда бы удалось досыта поесть. О деликатесах не было и речи! Соответственно и выводить было нечего.

Климактерический период

- избегать кислот и ядов!*
- отсутствие менструации компенсировать щелочным уходом за телом!*
- питьё и пища должны содержать большое количество витаминных веществ!*

Уже в 50-х годах наступило время, когда снова появилась еда, и начался великий «бэби-бум», пока в 1966 году противозачаточные средства не положили этому конец. Вплоть до полного прекращения менструаций, женские "запасники" минеральных веществ, которые мужчина должен постоянно жертвовать для нейтрализации кислот, почти не расходуются, поэтому, по подсчётам, их хватает на более длительный срок для проведения нейтрализации, чем мужчинам.

Бог не дал мужчине возможности регулярно выводить шлаки и кислоты. Он должен сам перерабатывать все кислоты, попадающие в организм. Если он потребляет недостаточное количество энергетически богатых минеральных веществ, то, чтобы выполнить ежедневную норму нейтрализации, организм бесцеремонно (и в то же время аккуратно) обращается к собственным запасам минеральных веществ, и с немой покорностью выполняет жизненно важную задачу нейтрализации.

Волосной покров мужчины наиболее подходит для заимствования микроэлементов и минеральных веществ с целью нейтрализации кислот. Рост волос совершенно точно показывает, как именно обстоит дело с мужскими «сокровищницами жизни», хотя обладатели лысины субъективно чувствуют себя совсем неплохо - ведь задача нейтрализации выполнена.

Весь этот процесс сравним с израсходованием некогда солидного банковского счёта. Со счёта постоянно снимаются деньги, и он тает. Мужчина живёт, ни в чём себе не отказывая, радостно приобретает то и это. Но в один прекрасный день счёт пустеет. До сих пор мужчина обладал средствами, более того, был богат. Теперь он внезапно остался без средств, обеднел. Сокровищницы жизни разграблены, и наступает момент, когда после очередного праздника с пирожными, спиртным, танцами и сигаретным дымом шлаки идут в атаку. Потенциала нейтрализации больше нет. Спектакль жизни подходит к концу. Шлаки захватывают человека. Занавес!

Всё вышесказанное относится к мужчине. У женщины дела обстоят гораздо лучше. Она несёт жизнь. Поэтому, создавая женщину, о состоянии её здоровья позаботились гораздо больше. Когда уже в 55 лет супруг сверкает, в полном смысле этого слова, обширной лысиной, жена всё ещё является обладательницей роскошной гривы, как будто сошедшей с экрана телевизора. Мужчины теряют волосы настолько быстрыми темпами, что, пожалуй, профессия мужского парикмахера скоро вымрет. Результаты шведских исследований доказывают, что выпадение волос начинается у мужчин уже в двадцатилетнем возрасте. Для чего нужны исследования? Достаточно взглянуть на головы.

Отсутствие квалифицированных знаний о здоровье и отсутствие самосознания у большого числа мужчин ведёт не только к ранней потере волос, но и к преждевременной потере жизни. Очередным доказательством того, что для нейтрализации кислот организм особенно охотно и быстро использует минеральные вещества, содержащиеся в волосяном покрове, служат последствия химиотерапии у раковых больных.

Ядовитая химическая атака приводит к самым драматическим последствиям. Как утверждается, она направлена исключительно на уничтожение раковых клеток. Но по пути она также поражает и здоровые клетки организма пациента. В момент атаки обмен веществ, находящийся под угрозой, задействует все потенциалы нейтрализации, и, в первую очередь, минеральные вещества из волосяного покрова. Таким образом, иногда за одну ночь волосы лишаются всех средств к существованию. Шевелюра исчезает, и лысина становится свидетельством грядущей беды.

Поэтому мы советуем перед каждым сеансом химиотерапии принимать большое количество богатых энергией минеральных веществ, практически «накачивать» себя ими, а также перейти на полноценное вегетарианское питание. К сожалению, немецкие больницы слишком далеки от применения подобных предупредительных мер. Еда там, как правило, самая простая, как в столовой. Расспросите больничных поваров! В день на питание одного пациента полагается 5 марок.

Не так давно, работая в одном из немецких университетов вместе с группой женщин, подвергшихся химиотерапии, мы выяснили, какие химические процессы протекают в организме после этой процедуры.

Первое - это отравление клеток вследствие применения противораковых средств. Возможные последствия - выпадение волос. Второе - массовая смерть как опухолевых, так и здоровых клеток организма. Для переработки мёртвых клеток используются мочевиная кислота и мочевиная. Таким образом, за первым потоком ядов на организм обрушивается волна мочевиной кислоты и мочевины. Её появление вызвано тем, что умершие клетки

должны быть нейтрализованы. Многие пациенты, подвергшиеся химиотерапии, теряют волосы именно из-за этой второй кислотной волны.

Как правило, поток клеточных ядов и неизбежно следующие за ним мочевая кислота и мочевины истощают потенциалы нейтрализации, готовые к использованию. Теперь мочевая кислота внедряется непосредственно в сосуды и лишает их кальция и других минеральных веществ. Таким образом, сосудам, нуждающимся в плотности и эластичности и желающим сохранить эти свойства, необходимо большое количество холестерина.

Естественно, что у пациента, подвергшегося химиотерапии, спустя некоторое время после первой ядовитой волны и следующими за ней потоками мочевой кислоты и мочевины, наблюдается резкий подъём уровня холестерина. Он ни в коем случае не должен рассматриваться как патологический, но как исключительно полезный. В этом отношении каждый сеанс химиотерапии необходимо сопровождать профилактическим обильным приёмом подходящих, богатых энергией минеральных веществ. Также очень важно полноценное вегетарианское питание. Немецкой же больничной кухне об этом ничего не известно! О чём предупреждал Фридрих Ницше более 100 лет назад? - «Судьба Европы решается на кухне!» Если он был прав, то старушка Европа потеряна безвозвратно!

В последние годы люди подвергались воздействию бесчисленных и, к сожалению, часто нераспознанных ядов. Многие из них прячутся в пище, которую мы едим каждый день, - это так называемые «остатки» инсектицидов, пестицидов, гербицидов и т.д. Сюда же относятся многочисленные консерванты, красящие вещества и искусственные ароматы. Печальную роль играет хлорирование воды для питья и купания, круглосуточно действующие зубные яды и пока неизвестные отдалённые последствия приёма медикаментов и их взаимодействия.

Тело пытается отразить нападение всех этих ядов. «Пожарная команда» мужского организма, поднимающаяся по тревоге для нейтрализации ядов - это всегда волосяной покров с его набором микроэлементов и минеральных веществ. Если в борьбе с ядами этих веществ расходуется слишком много, то у человека начинается частичное выпадение волос, на темени или в виде залысин. В таких случаях необходимо сразу же начинать искать источник поступления ядов, и найдя, устранить его. После этого нужно принимать большое количество энергетически богатых минеральных веществ, чтобы восполнить понесённые потери.

Для этого в течение 1 - 2 недель надо пить овощные соки и воду, обогащённую кислородом. Примерно через 14 дней начинают попытку выведения отложившихся ядовитых шлаков с помощью травяных чаёв. Начинайте с 1 - 2 чашек в день и параллельно увеличивайте приём минеральных веществ. Часто после приёма чая начинают болеть участки тела, в которых скопились шлаки. В этом случае надо сделать щелочное обёртывание этих участков, чтобы локально и целенаправленно выводить яды и шлаки.

Поскольку мужчина подвергается сильному химическому воздействию, то уже в молодости у него начинается выпадение волос, поднимается давление, повышается риск возникновения инфаркта и кровоизлияния в мозг. Всё это может стать причиной смерти.

Именно этим химическим воздействием объясняется тот факт, что мужчины живут гораздо меньше женщин. Поэтому во многих целительских практиках настолько высоко ценится лечение с использованием кровопускания и щелочных вливаний, а также различные кислородные терапии. Это существенно ускоряет процесс выведения шлаков.

Женщина выводит шлаки через матку, мужчина же проводит свои лучшие годы, накапливая шлаки в организме. Но при этом нельзя не упомянуть, что обмен веществ у мужчин вынужден перерабатывать эти яды и, таким образом, натренирован справляться с ними значительно лучше, чем женский обмен веществ. Поэтому у женщины сразу же начинаются проблемы, когда прекращается ежемесячное выведение кислот и шлаков - в организме начинают образовываться скопления ядов. Поэтому после наступления климакса женщина должна очень осторожно обходиться с «современными наслаждениями». Но об этом её никто не предупреждает!

Таким образом, она продолжает вести прежний образ жизни, ничего не опасаясь, и наконец наступает климактерический и пост-климактерический период. По сути дела - это счастливое время для женщины, ведь теперь можно спокойно наслаждаться жизнью - ведь дети уже покинули родительское гнездо, и выплачены все кредиты. Но именно теперь её здоровье начинает быстро ухудшаться, потому что слишком много кислот скапливается в организме, а обмен веществ не приучен их перерабатывать (нейтрализовать). Вскоре начинаются жалобы на остеопороз и ревматизм - неизбежные последствия разграбления минеральных веществ для использования их в процессе нейтрализации кислот и выведения шлаков.

Многие женщины идут со своими проблемами к врачу, который выписывает им «гормоны». Вскоре опять начинаются месячные. Кислоты вновь вымываются, и остеопорозу приходит конец. Всё хорошо и замечательно. Но, к сожалению, здесь есть кое-какие загвоздки.

Во-первых, эти гормоны не останавливают остеопороз, а помогают заново выводить кислоты посредством ежемесячных кровотечений.

Во-вторых, необходимо задать вопрос, нужны ли женщинам, подвергающимся такому лечению, менструации до самого их упокоения в 89 или 95 лет. А если прекратить приём предписанных гормонов, их ждёт глубочайшая депрессия. Ни то, ни другое нежелательно.

В-третьих, статистика говорит о следующем: у многих женщин, которым после наступления климакса выписывают гормоны, месячные НЕ ВОЗОБНОВЛЯЮТСЯ ВОВСЕ. Но эти вещества, выполняя своё задание, ошибочно сигнализируют обмену веществ о том, что снова возможно выведение ядов и шлаков через матку. Дезинформированный обмен веществ снова, как и раньше, начинает продвигать кислоты и прочие ядовитые вещества в матку или её окружение. Вследствие такого продвижения в течение 5 -12 лет женщина может заболеть раком яичников, фаллопиевых труб, матки, влагалища и т.д.

Климактоз – прекращение способности выводить кислоты и яды.

Фаза 1.

Организм женщины, не приученный перерабатывать кислоты и яды, некоторое время пытается сжигать скапливающиеся кислоты и яды, повышая температуру тела, как в детстве. Для этого используются так наз. приливы жара и потоотделения.

Фаза 2.

У «поглощающего типа» на этом этапе начинается повреждение субстанций кожи, костей, тканей, ногтей и сосудов. Организм быстро переключается на так наз. «мужской обмен веществ» и начинает перерабатывать (нейтрализовать) кислоты и яды с помощью собственной субстанции.

«Тип отложений» остаётся верным «женскому обмену веществ» и продолжает накапливать яды и кислоты. Эту концентрацию он пытается разбавить, постоянно увеличивая количество отёков. Отёчность начинается на стопах, распространяясь по всей ноге, кистях и предплечьях. Спустя определённое время они охватывают весь организм. Начиная со второй фазы, прогрессирует появление грибка на ногтях и ступнях, а также на слизистых оболочках, например, в области гениталий или кишечника. Это происходит из-за того, что продукты выделения кожи и слизистых оболочек становятся более кислыми.

Фаза 3.

В этой фазе у «типа отложений» усиливается процесс разрушения субстанций тканей, кожи, сосудов, ногтей и костей. Появляются подагра, ревматизм, расширение вен, остеопороз и т.д.

Также статистике есть что сказать по поводу остеопороза. Этот феномен проявляется у женщин-азиаток гораздо реже, чем у западных женщин. Дело в том, что уровень эстрогена у этих женщин гораздо ниже, чем у наших! Поэтому у азиатских женщин проявления остеопороза должны быть особенно частыми и сильными. Но это не так! Их натуральная и богатая витаминами пища защищает их от остеопороза! Гормональная терапия – это ошибка! Кальций присутствует как в костях, так и в крови. Он может отложиться в костях, а может быть отозван оттуда по первому требованию, например, для выполнения нейтрализующей функции. Существует гормон, который, помимо прочего, имеет задачу поддерживать (регулировать) уровень кальция в крови. Это паратгормон, образующийся в околощитовидных железах и, наряду с гормоном кальцитонином, регулирует уровень кальция в крови.

Медицинская наука утверждает, что наступление климактерического периода ведёт к недостатку эстрогена и, следовательно, усиливает разрушение костей. Почему именно недостаток эстрогена ведёт к снижению содержания кальция, наука не объясняет. По современным понятиям, климакс у женщин начинается довольно рано, так как их половые железы выжигаются, окисляются и отравляются, и поэтому обмен веществ прекращает выработку гормонов, в данном случае эстрогена. Нам снова и снова сообщают, что у женщин, у которых менструации уже прекратились, после проведения основательного и длительного курса выведения шлаков и очищения организма они наступают вновь. «Философский камень» находится, очевидно, не в гормонах, а в чистоте организма изнутри!

Большим подспорьем для сохранения костного вещества, даже при остеопорозе, станет питьё воды, намагниченной с помощью магнитного железняка, и левитированной воды, лучше всего ежедневно по 1 - 1,5 литра. Мы рассматриваем кость как вид

магнитного стержня. Текущие процессы организма имеют электроэнергетическую природу. Кость сохраняет магнитно-энергетический баланс. Пшено и рыбий жир - вот с давних пор верные помощники наших костей, а также сладкий миндаль. Все они имеют высокое содержание витамина D.

До наступления климакса женщина выводит шлаки, выделяя их через матку во время менструации и, как это ни прискорбно, «устраняя отходы» в эмбрион. Печально, но факт, что выведение шлаков через матку не прекращается даже тогда, когда там растёт живое существо. Доказательством этого могут служить бесчисленное количество современных детей, которые рождаются с раком, нейродермитом, псориазом и другими всевозможными отложениями продуктов отхода на теле.

Это мусор и яд от отца и матери, которыми природа наполняет эти маленькие невинные тельца. Они в этом не виноваты. Это их создатели обошлись с ними самым непростительным образом. Вероятно, за 10 минут до зачатия была потушена последняя сигарета и быстренько выпита ещё одна «кола». Никто не приучает нашу молодёжь к дисциплине по отношению к здоровью. Напротив, химическое отравление противозачаточными пилюлями поощряется и рекламируется так же, как курение или потребление сладостей. Человек как будто свободен в своих решениях. Но какой выбор ему остаётся, если постоянно рекламируются те или иные вредные медикаменты и отравляющие «наслаждения»?

Как мы уже увидели, мужчина в равной степени претендует на физическое измождение, химические ожоги и выведение шлаков. Десятилетие между 55 и 65 годами – это время, когда ему чаще всего грозит инфаркт сердца, проблемы с межпозвоночными хрящами, болезнь простаты и т.д. По сравнению с этим, всё происходящее с женщиной - приливы жара или озноба с обильным потоотделением, начинающийся ревматизм, отёки лодыжек или часто наблюдаемое превращение стройной женщины в дородную матрону - далеко не так трагично.

К сожалению, мужские проблемы не ограничиваются только переутомлением или зашлакованностью организма. Очень часто между 55 и 65 годами у мужчин не только выпадают волосы, но и ослабевают эмоциональные, интеллектуальные и сексуальные силы. Эти негативные состояния проявляются тем сильнее, чем меньше мужчина (или супруга, готовящая ему еду в течение десятков лет), уделял внимание правильному питанию, уходу за телом и здоровью.

За долгие годы беспечная жена привыкла к тому, что рядом находится неутомимый и сильный Зигфрид или Вильгельм Телль. Он был очень самостоятельным и уверенным. Он держал в своих руках бразды правления делами и семьёй, он принимал решения и руководил сексуальными отношениями. Удовлетвориться наличием жизненных благ, лаской детей и жены - это было не для него. Однако времена меняются!

В то время как тело, включая половые органы, зашлаковывается, в мужчине возрастает желание благодарности и нежности. К сожалению, многие мужчины в этой ситуации попросту боятся сказать об этом - например, чтобы женщина проявляла по отношению к нему больше ласки и инициативы, - и, таким образом, согласиться с новым распределением ролей. Женщина же не становится нежнее; захотев мужчину, она не перехватывает инициативу и не начинает сама управлять сексуальными отношениями.

Вместо этого она заявляет, что, «к сожалению, старичок ещё и нездоров», и этим подрывает у стареющего сексуального партнёра уверенность в своих силах. Мужчина, чья стойкость уже поколеблена, принимает подобные высказывания чрезвычайно близко к сердцу; они лишь усугубляют ситуацию, которой недовольна жена, но не помогают её преодолеть. Вполне возможно, что теперь сексуальные отношения супругов придут в плачевное состояние, или же разочарованный муж вскоре соберёт вещи и переедет к 35-летней любовнице. Последняя рада найти ещё одного сексуального партнёра, и окружает его вниманием и лаской. А покинутая супруга удивляется внезапному расцвету бывшего мужа. Но ведь то же самое могло быть и у неё!

Климактерический период означает не только переход женщины из репродуктивного состояния в нерепродуктивное (бесплодное). Это также новое распределение ролей между обоими полами. Это ни в коем случае не относится только к сексуальной сфере. Это относится ко всему образу жизни (во всех смыслах этого слова). С годами доминирование женщины проявляется всё в большей степени.

Как нужно поступать мужчине и женщине во время климакса, чтобы провести оставшиеся годы в состоянии сексуальной, семейной и общественной гармонии? Мужчина должен сознательно оставаться здоровым и успешным с помощью полноценного вегетарианского питания, умеренного движения и отказа от деликатесов. Он обсуждает с женой её и свои проблемы и вырабатывает новое понимание и распределение ролей, когда настаёт такая необходимость по причине наблюдаемых физических и душевных феноменов. Разумеется, гораздо лучше обсуждать такие вопросы намного раньше!

В будущем женщина станет уделять гораздо больше внимания, чем до сих пор, здоровому щелочному уходу за телом и собственно телу - своему и мужа (сексуального партнёра). А ещё она станет уделять самое пристальное внимание на то, чтобы с помощью здорового питания заложить основу для *долговременной* силы духа и эмоций, а также сексуальности.

Как только наступает климакс, женщина проводит щелочной уход за телом в более интенсивном режиме. Это как бы «заменитель менструации», необходимый для выведения всех вредных веществ, которые раньше удалялись во время месячных. Одновременно она воздерживается от чрезмерных спортивных нагрузок, держится на почтительном расстоянии от изделий вкусовой промышленности и потребляет продукты с большим содержанием минеральных веществ. Вместе с этим женщина «дозревает» до того, чтобы согласовать с мужем или партнёром свою новую роль в будущей жизни - семейной, общественной и половой. Древние римляне знали об этом лучше, чем наши современники. В течение многих столетий они отдавали себя под руку молодых, преисполненных жаждой деятельности императоров, которые часто объезжали огромное государство. Во время их отсутствия власть удерживала железной рукой старая мать-императрица.

Так же, как некоторые мужчины во время климактерического периода уходят из семей, если жёны начинают слишком сильно доминировать и не выполняют желаний мужа получать больше ласки и помощи, так и некоторые жёны покидают мужей, несмотря на многолетние гармоничные отношения. Они хотят свободы, не желая больше

плясать под дудку мужа, и мечтают наконец-то «зажить собственной жизнью». Но ведь всё не так фатально! Несколько разумных действий - и с годами их позиции плавно изменятся. И в будущем женщина станет дарить мужчине больше ласки, а также будет лидером в отношениях, и со временем эта тенденция будет только развиваться.

Старение в свете процесса шлакообразования

Старение тела - это прогрессирующее загрязнение шлаками и одновременное изымание организмом минеральных веществ с целью нейтрализации кислоты.

Старение – это вынужденная потеря организмом запасов минеральных веществ и микроэлементов.

В то же время, старение тела - это прогрессирующий ожог химическими веществами, который приводит к повреждению желез и нарушению их функций, вплоть до их полной дисфункции.

Взглянув в прошлое и настоящее, невольно задаешь вопрос, чего же мы достигли к концу этого тысячелетия: апогея или кризиса развития человечества? Само собой разумеется, что, те, кто извлекают из сегодняшних обстоятельств наибольшую финансовую выгоду, внушают нам, что мы, якобы, достигли апогея всестороннего развития человечества. Еще никогда не было такой высокой степени «свободы» как сегодня. Имеются в виду, прежде всего, те «свободы», которых у человека не было раньше.

Впрочем, нужно заметить, что понятию свободы несправедливо придают позитивное значение. Ведь на самом деле это понятие также индифферентно и противоречиво, как, например, понятия погода или здоровье. До сих пор лишь немногим стало ясно, что значение понятия свобода за последние десятилетия заметно изменилось, но только в худшую сторону. В «низшем мире» царства природы, согласно таблице, приведенной выше, позволено все, что было запрещено раньше: грязь и секс, зло и наслаждение, сенсации, соблазн и власть.

Посмотрите телевидение или почитайте журналы!! Мы считаем вероятным то, что уже в следующие десятилетия планка свободы опустится еще «ниже», пока мы, наконец, не достигнем, того понятия свободы, которое когда-то царило во времена Содома и Гоморры. Тогда, отменив всяческую свободу дисциплины, правды, здоровья, этики, ответственности и прекрасного искусства, мы будем лояльны к любому эксцессу, содомии, к любого рода «самореализации» - даже самой аномальной.

Давайте посмотрим на наш сегодняшний «химический» жизненный путь. Каким он станет для нас, если мы и дальше будем придаваться всем этим кислым наслаждениям нашей «свободной» и безответственной эпохи? В рамках научного исследования процесса старения логичного ответа на вопрос, что же такое старение, нет. Зато существует бесчисленное количество часто противоречащих друг другу теорий. Так, например, геронтология, наука о старении, принимает во внимание теорию наследственности, теорию мутации, теорию изнашивания и теорию стресса. Возможно, есть и другие теории.

Тем не менее, многие ученые сходятся во мнении, что курение, нерегулярный режим сна, беспорядочный ритм жизни, обильное питание, малоподвижный образ жизни, а также бесконечный стресс являются теми факторами, которые содействуют быстрому процессу старению. Учёные едины также в том, что максимальный период человеческой жизни составляет 120 лет. Эта цифра, несомненно, увеличится, если люди будут пользоваться выработанными нами методами и рецептами, которые помогут избавиться от шлаков и сохранить физическую субстанцию.

Кроме очищения от шлаков нельзя недооценивать огромное значение богатого энергией питания! Если каждый прием пищи рассматривать как камень для строительства тела, храма нашей души, то только тогда получится сияющий прекрасный храм, когда каждый камень будет драгоценным, т.е. иными словами, когда прием пищи будет священным и благословенным. Из фастфуда и подогретых в микроволновке полуфабрикатов можно построить в лучшем случае перекошенную хижину!

Кто сегодня читает молитву перед принятием пищи и придает ей священное должное значение, что является очень важным моментом при строительстве любого храма?! «Благослови Господи пищу нашу, чтобы у нас были силы, а Тебе во славу!» - еще десятки лет назад это звучало во многих немецких семьях. После еды люди благодарили Господа Бога и его Мать, за то, что они снова послали им пищу, приготовленную с умением и душой. От этого ничего не осталось в языческих храмах фастфуда и закусовых современной «цивилизованной» преисподней. В ее продуктах питания мы вряд ли найдем следы живой энергии, так необходимой для здоровых клеток организма. Что вырастет из наших детей, которые со своими молодыми матерями каждый день посещают дешевые забегаловки, где за обе щеки уплетают картофель фри. Они не доживут ни до 140, ни до 120, ни даже до 100 лет!

В современной экономической и социальной сферах у здоровья нет никакого лобби (то есть представителей фирм и организаций, проталкивающие нужные им решения через парламент). На этом не заработаешь денег. Совсем наоборот. В Германии, как говорят и пишут, денежный оборот, за счет больных людей составляет 530 млн. марок в год. Реклама с утра до вечера навязывает нам все возможные кислотообразующие и приносящие вред и болезни наслаждения. Но у нас все же есть выбор, либо поддаться, либо противостоять этим соблазнам. Что касается нашего химического жизненного пути, то мы стоим перед решающим вопросом «или - или». Или мы идем по пути загрязнения и отравления нашего организма, или по пути очищения организма от шлаков и избегания повреждений наших клеток, тканей, желез, суставов и органов.

Мы уже определили, какие вещества в народе называются «шлаками». Это кислоты и токсины, нейтрализованные с помощью минеральных веществ, например кальция, магния, натрия, калия. Эти переработанные кислоты химики называют солями. Мы можем либо всю жизнь загрязнять этими солями наш организм с вытекающими отсюда такими последствиями, как преждевременная утрата молодости, красоты, здоровья, силы ума, душевной силы, физической и сексуальной сил. Либо мы можем попытаться оберегать ткани, клетки, органы, суставы, железы нашего организма от отложения шлаков, чтобы как можно дольше сохранить молодость и красоту, здоровье, силу ума, физические, душевные, а также сексуальные силы.

Необходимо понимать, что с рождения мы наделены многими важными «сокровищницами жизни», т.е. запасом минеральных веществ. Они содержатся в волосах и волосяных луковицах, в ногтях пальцев рук и ног, в коже и костях, в кровеносных сосудах, в хрящах, капсулах и сухожилиях, а также в крови. Эти запасы минеральных веществ являются столпами нашего здоровья и красоты. Но это продолжается лишь до тех пор, пока мы не заболели и хорошо себя чувствуем. Если мы, в свою очередь, не проявим осторожность, то постоянное расходование запасов минеральных веществ с целью

нейтрализации кислот может повредить нашему здоровью и привести к увяданию красоты.

На этот процесс влияют как дубильная кислота, поступающая в организм с каждой выпитой чашкой кофе или черного чая, так и каждая мельчайшая капелька уксусной кислоты, содержащейся в кондитерских изделиях и шоколаде, а также никотин из сигарет и другие кислые реакции тела, возникающие из-за различных физических и психических негативных переживаний.

Грохот дискотеки, разочарование, испуг, фрустрация, стресс - всё это приводит через электрические мосты к химически кислым реакциям. Эти реакции организму необходимо нейтрализовать, чтобы избежать кислотных ожогов тканей, нервных окончаний, хрящей, органов, желез и т.д., и не допустить функциональных нарушений. Наш запас минеральных веществ также разрушает каждая болеутоляющая таблетка, содержащая ацетилсалициловую кислоту; эта кислота тоже должна быть нейтрализована. Таким образом, так называемое «щелочное истощение», о котором сегодня так часто говорят, это, в первую очередь, истощение запасов минеральных веществ.

Существуют и другие причины возникновения кислот. Но мы не хотим представить кислоты в самом чёрном свете. Нет, мы живем в постоянном равновесии обмена веществ между кислотой и щелочью. До тех пор, пока поддерживается равновесие, нашему здоровью ничто не угрожает. Мы страдаем от потери минеральных веществ в том случае, если объём кислот в организме преобладает над потенциалом нейтрализации. Для осуществления химических процессов организму требуется, как минимум, 75% щелочеобразующей, богатой минеральными веществами, и 25% кислотообразующей пищи. Однако, сегодня это соотношение совершенно противоположное!

Если мы хотим здоровья и долголетия, нам необходимо всегда заботиться о том, чтобы в организм вместе с пищей попадало такое количество богатых энергией минеральных веществ, какое необходимо для переработки кислот, появляющихся по разным причинам и из разных источников. Если этих минеральных веществ недостаточно, то это приводит к неизбежному заимствованию кальция, магния, натрия, и т.д. из ранее перечисленных запасов минеральных веществ.

Иерархия жизненно важных органов

- Центральные органы
- Органы чувств
- Железы
- Органы
- Кости
- Кожа
- Хрящи, капсулы
- Сухожилия
- Сосуды
- Мышцы
- Соединительные ткани / мезенхима
- Соединительные ткани в подкожном слое
- Жировые ткани

Итак, почему же человек стареет? Потому что он истощает «сокровищницу своей жизни», т.е. запасы минеральных веществ. Постоянное заимствование минеральных веществ из волос и волосяных луковиц, костей, хрящей и суставов заставляет поблекнуть нашу некогда ослепительную красоту. И тут мы должны вспомнить о ранее упоминаемом различии между мужчиной и женщиной! Почему именно женщин, а не мужчин называют «прекрасным полом»? Почему женщина живет в среднем на 10 лет дольше, чем мужчина? Неужели это аксиома? Нет, тот факт, что женщины живут дольше мужчин, вовсе не

аксиома! Этот феномен встречается, в основном, только в период окончания фазы «удовольствий» у развитых цивилизаций.

В Азии и Южной Америке, там, где люди едят натуральную пищу, многим мужчинам исполнилось больше ста лет. Примером может служить долина реки Гунзы, где проживает бесчисленное количество супружеских пар, где и муж, и жена доживают до 100, а то и до 120 лет. Там долгие, суровые зимы. Там люди должны держаться сообща. Поэтому мужчина и женщина состариваются вместе. Но дело не только в том, что они вынуждены бороться за выживание, а, скорее, в том, что мужчина в течение всей жизни питается продуктами, не содержащими шлаков, на его обмен веществ не влияют никакие лекарства, и нет никакого шума от самолетов, трасс электропередач, телевизионных программ, полных волнующих «сенсаций». Вместо этого люди день за днем проводят в труде на свежем воздухе, в горах, с которых стекают чистые ручьи. Хранилища минеральных веществ человека всегда полны, следовательно, защищены его кожа и волосы, ногти, зубы, сосуды и кости, кровь и прочие органы. Таким образом, люди благополучно стареют вместе, но в то же время остаются внешне привлекательными и красивыми, в то время как их европейские современники «рассыпаются в прах» уже к 50 - 60 годам.

Прежде чем рассмотреть, как проходит процесс старения человека, давайте, наряду с материальным развитием, коротко коснёмся энергетических компонентов нашей жизни. Мы увидели, что жизнь изначально задумывалась как воплощение духа в телесной материи. К этому воплощению мы должны подходить с большой ответственностью. Наслаждение жизнью должно происходить только щелочным путём, а не кислым, как в наше время. Пора бы это понять! Обратите внимание на то, что с душой, с энергетическим компонентом жизни, дело обстоит иначе, чем с материальным телом. С последним мы должны обращаться очень осторожно, чтобы преждевременно не истощить организм и не опустошить «сокровищницы», т.е. запасы микроэлементов и минеральных веществ. И наоборот, необходимо оберегать наши энергетически-душевные компоненты от чересчур быстрого переполнения всевозможными возбуждающими и будоражащими «переживаниями».

Тем не менее, это происходит благодаря огромному потоку глянцевого журналов, телевидению и ежедневному, чересчур свободному обхождению людей друг с другом. Все желания души в ее воплощенном виде сбываются сегодня у многих уже к тридцати - сорока годам. Он/она за очень короткий срок уже все увидели и испытали, поменяли размеры, сменили партнеров и испытали другие «наслаждения» этого мира. Это написано на ее/его лице. Жизни больше нечего им предложить. Он/она больше ничего не ждёт, все уже испытано. Поэтому вполне логично, что уже в пятьдесят лет человек начинает стремиться к покою, чтобы отдохнуть от пережитого.

Но при малоактивном образе жизни и дальнейшем злоупотреблении кислыми наслаждениями быстро наступает преждевременное старение. Без свежего воздуха и любви он/она быстро стареет и рано умирает, как это сейчас и происходит. Поэтому два основных правила рациональной жизни звучат следующим образом:

Оберегай себя от агрессивных кислот, о которых предупреждали Гиппократ и св. Хильдегард фон Бинген, чтобы преждевременно НЕ ОПУСТОШИТЬ свои запасы минеральных веществ.

Осторожно «дозируй» душевные переживания, и рационально распределяй их по нарастающей в течение долгого времени, чтобы желания НЕ ОСУЩЕСТВЛЯЛИСЬ преждевременно!

Под «осторожным дозированием» душевных переживаний подразумевается высокая ответственность за воспитание наших детей. Сегодня уже в самом раннем возрасте они, сидя перед экранами телевизоров, испытывают такие переживания, от которых люди старшего поколения зачастую были защищены в течение всей жизни. То же самое относится и к сексуальным переживаниям, когда современная девушка к 20 годам уже «испытала» гораздо больше, чем 45-летняя вдова, которой подобное даже не снилось.

Человек, если ему повезло иметь здоровых родителей, рождается без шлаков. При рождении его тело состоит на 30% из твердых составных частей, т.е. из «сокровищниц жизни», богатых минеральными веществами, и на 70% из жидкостей, не содержащих шлаков. Св. Хильдегард фон Бинген сказала бы в данном случае о ЧИСТЫХ СОКАХ.

К сожалению, сейчас вряд ли можно найти совершенно здоровых молодых матерей и отцов, поэтому число новорожденных, появляющихся на свет больными, быстро растет. Причина этого в том, что токсины, шлаки и отходы, образующиеся при обменных процессах в организме матери, перемещаются в растущую в ней жизнь, т.е. в ребенка.

Возьмем в качестве примера недавно появившегося на свет ребенка, в организме которого нет шлаков, и посмотрим, как протекают следующие 14 лет его жизни. Мать больше не кормит ребенка грудью. Она сцеживает молоко, так как кормление якобы вредно для груди. Это является совершеннейшей неправдой. Мы можем рассказать вам о наших женах, которые выкормили грудью своих детей - одна двоих, другая пятерых. Итак, малыш не получает материнского молока. Вместо этого с самого начала он пьет искусственное молоко, очень сладкий промышленный продукт с незначительным количеством полезных веществ и жизненной энергии. Уже в этом молоке присутствуют первые капельки уксусной кислоты, к которым вскоре добавляется щавелевая кислота из баночки шпината, который, как считает мать, необходим её ребёнку. Младенец сопротивляется и выплевывает шпинат обратно. Ему не нравится щавелевая кислота. Но маме лучше знать, и она продолжает запихивать смесь. Младенец выплевывает, мама настаивает на своём. Это продолжается до тех пор, пока младенец не сдастся. В результате ребенку снова требуется некоторое количество минеральных веществ для нейтрализации щавелевой кислоты.

Малыш подрастает, тети и дяди, бабушки и дедушки, братья и сестры приходят в гости и приносят с собой килограммы конфет и шоколада. С этого времени начинаются проблемы со здоровьем. У современной мамы мало времени, еще меньше желания и никакого чувства долга, чтобы чистить овощи, варить суп или готовить салаты. Вместо этого она ест фаст-фуд, картофель-фри с майонезом или кетчупом и жареные сосиски. Таким образом, постоянно увеличивающемуся потоку различных кислот противостоит лишь жалкий ассортимент способных к нейтрализации минеральных веществ и микроэлементов, содержащихся в ежедневном рационе. Телевизионные кошмары, грохот

дискотек и домашние источники шума делают всё остальное для заполнения нашей психики «кислыми событиями».

Уже сейчас происходит непрерывное потребление минеральных веществ из растущего организма, образуются и откладываются первые шлаки. Йотингер/Бек считают, что уже к четырнадцати годам организм только лишь на 25% состоит из неостребованных минеральных веществ и микроэлементов. Они полагают, что 60% телесной субстанции составляют жидкости, не содержащие шлаков, в то время как 7,5% уже полностью ими перегружено. Ещё на 7,5% организм состоит из нейтрализованных кислот, т.е. ШЛАКОВ. Уже никого не удивляет тот факт, что на школьных дворах все больше детей, играющих в догонялки, сталкиваются друг с другом, и впоследствии вынуждены лежать в постели со сломанными руками или ногами. Костное вещество их рук и ног уже лишено большей части минеральных веществ, поэтому больше не может выдерживать больших нагрузок. Ещё бы! Вы не найдёте школы без киоска со сладостями, без автоматов по продаже кока-колы и без комнат для курения. Все это составляющие преступления.

Система здравоохранения «Большого Брата» в действии! А про уроки о здоровом образе жизни никто и не слышал!! Вскоре потребление мяса и образование в результате его переработки мочевой кислоты приводит к тому, что по достижении 30-летнего возраста современный мужчина располагает лишь 20% микроэлементов и минеральных веществ вместо первоначальных 30%. 50% физической субстанции составляют незашлакованные жидкости, в то время как 15% физиологических жидкостей уже зашлакованы. Дополнительно к этому 15% физической субстанции составляют отложившиеся шлаки.

Давайте на секунду заглянем в царство природы! Там мы найдем удивительно красивое животное, плотоядного льва. Что же он ест с особым удовольствием? Щелочно-минеральные «сокровищницы» захваченной добычи: печень, желудок и потроха. Он пренебрегает мышцами. Он оставляет их гиенам. Ну и кто выглядит красивее? Львы или гиены?

Давайте теперь посмотрим на людей! Среди них мы найдем «гурманов», т.е. тех, кто предпочитает употреблять в пищу мышечное мясо. Хроника жизни этих людей ведет от кариеса и пародонтоза к выпадению волос и диабету, позже к ревматизму и всевозможным нарушениям функций организма и восприятий. Вскоре из-за подагры и болей в суставах они смогут достигнуть «храма наслаждений» только на такси и в инвалидной коляске. Часто они ездят на них с ампутированными ногами.

Время от 30 до 50 лет - это следующая радикальная фаза наслаждений. Мы наслаждаемся всем, что предлагает система «Большого Брата»: мясом и кофе, сигаретами, фаст-фудом и кондитерскими изделиями. Мы «вбираем» или «впитываем» в себя переживания от всевозможных событий, от каждой сенсации и вечеринки. Естественно, что в результате нейтрализации «сокровищницы» нашей жизни, т.е. запасы минеральных веществ, по достижении 50-летнего возраста уменьшаются с 20% до 15%. Незашлакованные жидкости составляют всего 35% физической субстанции. 25% - это уже зашлакованные жидкости, а еще 25% - отложившиеся шлаки.

С этого момента наши дела резко ухудшаются. Но мы, разумеется, продолжаем наслаждаться дальше. Теперь сюда присоединяются многие медикаменты, прежде всего «кислые» болеутоляющие средства. Мы вступаем в новый жизненный период - период болезней. И их надо вылечить! Таким образом, к многочисленным солям, образовавшимся из уксусной, щавелевой, серной, азотной и мочевой кислот, присоединяются соли салициловой кислоты. Они образуются в организме для нейтрализации ацетилсалициловой кислоты, содержащейся в болеутоляющих средствах, чтобы последняя не оставила ожогов. В течение этих десяти лет организм продолжает отдавать собственные микроэлементы и минеральные вещества для нейтрализации кислот, и, таким образом, теряет от имеющихся ранее 15% еще 5%, так что к 70-летнему возрасту у него остаются еще 10% твердых составных частей. Теперь в организме циркулируют всего 24% незашлакованных физиологических жидкостей. 33% физической субстанции уже состоят из зашлакованных жидкостей, и, соответственно, ещё 33% - это не что иное, как отравляющие нас шлаки.

Если наш современник и после 70 лет не прекращает свой «кислый» образ жизни, то можно считать, что он пропал. Его запас минеральных веществ уменьшается на 6%, и мы видим перед собой истощенного кислотами, лысого старика с двумя костылями. Только 14% его тела - это незашлакованные жидкости. 40% его физической субстанции - это жидкости, заполненные шлаками, еще 40% - отложившиеся шлаки. Тут уж недалеко и до шлаковой атаки. В будущем следует писать не апоплексический удар, а шлаковый удар!

У женщины процесс зашлакования, который одновременно является процессом постепенного разрушения организма, протекает медленнее, т.е. более растянут во времени. Причиной этого является возможность женщины в течение репродуктивного периода один раз в месяц избавляться от накопившихся кислот. Поэтому ее запасы минеральных веществ начинают расходоваться для нейтрализации кислот гораздо позже.

Минеральные вещества и микроэлементы кажутся нам «перебежчиками», перешедшими на сторону врага и объединившимися с ним против человека. Но эта точка зрения недопустима и ошибочна. Так как каждый атом минерального вещества, который с целью нейтрализации кислот преобразует молекулу мочевой кислоты в молекулу мочекислотного кальция, жертвует собой, чтобы сохранить жизнь всего клеточного состава. «Разум тела», состоящий в конечном итоге из «разума атомов» день за днем сохраняет наши клетки, железы и органы от химического или, если угодно, гигиенического коллапса.

Неописуемая человеческая глупость, или же низкий уровень интеллекта беспрерывно вынуждают умные атомы из запасов минеральных веществ жертвовать собой, чтобы осуществить процесс нейтрализации. Нам лишь нужно избегать излишков кислот и токсинов и заботиться о поступлении в организм необходимого количества минеральных веществ вместе с пищей. Тогда все эти жертвы не понадобились бы. Если бы они были лишними, если бы их можно было избежать, то «сокровища» нашей жизни, ее твердые компоненты сохранялись бы на десятки лет дольше, чем это происходит сегодня. Вместе с тем это бы означало, что мы бы оставались молодыми, красивыми, сильными, полными умственных, душевных и сексуальных сил на десятки лет дольше,

чем сейчас. Мы бы не являлись большим старым балластом для народа, измученного пошлинами и налогами, а стали бы партнерами, готовыми прийти на помощь, и нам не нужна была бы больничная касса, а о кассе для обеспечения и ухода в старости мы задумались бы гораздо позже, чем сейчас.

Сейчас на горизонте времен появляется совсем другая картина общества, не похожая на ту, которую мы имеем сегодня. В настоящее время мы являемся не только материальным *«обществом моментального потребления»*. Это *моментальное потребление* относится также к нам, людям!! Просто многие из нас еще этого не заметили. Когда мы исполним наши потребительские обязанности по отношению к пищевым продуктам, деликатесам, лекарствам и прочей индустрии, то, пожалуй, можем и умирать! Кто не хочет быть сданным в утиль как человек *моментального потребления*, тот должен распрощаться с современной экономикой *моментального потребления*. Она с утра до вечера производит разный хлам и безделушки. То, что куплено утром, вечером уже лежит в мусорном ведре. Автомобили и некоторые другие товары могут продержаться подольше. Сегодня даже дома строятся не для нескольких поколений, а лишь на несколько десятков лет.

Поставить вопрос о человеческом здоровье, долгой жизни - значит, поставить вопрос о совершенно другой экономической системе. Это может быть только такая система, где много людей в течение долгого времени создают вещи, рассчитанные на длительное использование. Сегодня же малое количество людей производит массу товаров для недолговременного использования и моментального потребления. Так как при существующей сегодня экономической системе ресурсы нашей планеты могут быть израсходованы последующими одним или двумя поколениями, то переход к альтернативному, т.е. к рассмотренному выше экономическому порядку неизбежен. Вопрос лишь в том, имеем ли мы достаточное количество сил и интеллекта для постепенного перехода, или же этот переход станет гигантской катастрофой во всех сферах: финансовой, экономической, оздоровительной, военной и человеческой.

Беременность: красивая мать, здоровый ребенок

Если смотреть на то, как задумано в природе, то мы увидим, что никогда в жизни женщина не бывает настолько здоровой, как во время ожидания ребёнка. Ни одна женщина во время беременности не должна терять красоту и привлекательность. Стрии беременных, расширение вен, выпадение волос и зубов, прыщи, геморрой - ничего этого возникать не должно.

Скопления ядов в организме матери

приводят к:

1. окислению околоплодной жидкости

(смещению pH в кислую сторону)

2. расходу минеральных веществ,

проявляющемся как:

- потеря волос

- потеря зубов

- сосудистая потеря = расширения вен

- потеря кожи = полосы, стрии

-диабет

3. скоплениям вредных веществ в виде:

- расширения вен

- целлюлит

4. исторжению вредных веществ в виде:

- прыщи

- геморрой

К сожалению, мы живём не в «нормальное» время. Поэтому упомянутые выше «сопутствующие обстоятельства», хоть проявляются не у каждой беременной женщины, но и далеко не являются исключением. То же самое касается новорожденных, многие из

которых появляются на свет с некрасивыми кожными высыпаниями, нейродермитом, псориазом; некоторые даже больны раком, страдают аллергией или заражены грибком.

В чём же причины этих прискорбных случаев, происходящих сегодня? На что должна обратить внимание молодая мать и что ей нужно делать, чтобы не потерять привлекательности и родить здорового ребёнка?

Скопления шлаков и ядов в организме матери

проявляются у новорожденных детей в виде:

- нейродермита*
- псориаза*
- аллергии*
- кожных высыпаний*
- пороков развития, уродств*
- поражений грибком*
- рака*

К сожалению, в наши дни беременности предшествуют пресловутые изделия вкусовой промышленности, приём противозачаточных пилюль и болеутоляющих медикаментов. К сожалению, никто не задумывается над тем, насколько пагубно воздействуют деликатесы, пилюли и медикаменты на химические процессы, протекающие в женском организме.

И главный вред женскому организму происходит от противозачаточных таблеток. Они приводят женщину в состояние мнимой (ложной) беременности, во время которой наблюдаются лишь слабые мажущие кровотечения вместо необходимых ежемесячных менструаций. Это мешает последовательному удалению из организма кислот, ядов и вредных веществ, месяц за месяцем скапливающихся в нём. Логическим следствием бездеятельности организма, вызванной искусственным путём, и скопления кислот, ядов и вредных веществ вследствие приёма противозачаточных средств являются такие образования, как прыщи, акне и в первую очередь целлюлит! Нашим женщинам необходимо помнить, что употребление противозачаточных пилюль может приводить не только к образованию ядовитых и кислотных скоплений, но и к выпадению волос.

Противозачаточные средства вызывают:

- мнимую (ложную) беременность
- сокращение времени менструации
- скопление ядов
- скопление воды
- целлюлит
- проблемы с волосами
- проблемы с кожей
- потерю сексуального влечения

Раньше женщины не знали подобных проблем. Проблемы с ростом волос усугубляются, если женщина пьёт много кофе или серьёзно занимается спортом. Другое последствие скопления ядов - это головные боли и мигрени. Для их лечения назначают болеутоляющие средства, содержащие ацетилсалициловую кислоту (аспирин). Именно против применения этих лекарств не так давно предостерегала альтернативная больничная касса Бармера, так как ацетилсалициловая кислота усиливает склонность организма к кровотечениям. Было бы правильным добавить, что эта кислота снижает коагуляцию крови (способность крови свёртываться). Рекомендации же этой кассы направлены, к сожалению, не на устранение причин возникновения мигрени, головных или других болей, а на рекламу альтернативного лекарственного средства.

Совершенно очевидно, что дамам и господам, руководящим больничными кассами, до сих пор неизвестны причины возникновения современных болезней цивилизации, по сей день считающихся неизлечимыми. У молодых женщин, принимающих противозачаточные средства, не только возникают различные болезненные состояния, прыщи или акне, но и происходит нежелательный набор веса. Это обусловлено удерживанием жидкости в организме с целью разбавления сохранённых ядов и кислот. Сюда же можно отнести гормоны, содержащиеся в противозачаточных таблетках.

Как только женщина прекращает приём таблеток, решив завести ребёнка, и беременеет, в околоплодную жидкость и растущий плод начинают поступать сохраняемые до сих пор яды, кислоты и вредные вещества. Результатом этого может явиться дурно пахнущая, мутная околоплодная жидкость и зараженный грибок ребёнок, родившийся уже с аллергией или псориазом. Ретенция (задержка) в организме ядов и кислот

обуславливает не только появление у новорожденных нейродермита, псориаза, аллергий, рака или различных кожных высыпаний, но и вызывает у матерей расширение вен, геморрой или прыщи. Эти феномены проявляются сильнее к концу беременности или даже в период кормления грудью, пока у женщины не наступила менструация.

Женский обмен веществ однократно сохраняет кислоты, яды и другие вредные вещества в ожидании момента, когда в процессе менструации их можно будет вывести через матку наружу. Длительность менструации различна у всех женщин. Наблюдаются как 2-3-дневные менструации, так и 5 - 10-дневные. В очень редких случаях кровотечение не прекращается вовсе. Это значит, что в организме скопилось очень много ядов, и их можно вывести только с помощью непрерывной менструации.

Если в современной западной цивилизации отмечается факт, что продолжительность менструации значительно увеличивается при отказе от приёма противозачаточных пилюль, и укорачивается, если их принимать, то экономически отсталые и бедные развивающиеся страны говорят о «месячных каплях», а не о месячных кровотечениях. На фотографиях молодых мужчин и женщин, сделанных в этих странах, часто можно видеть унылые фигуры, причём женщины, как правило, держат на руках младенца и окружены стайкой детей. Очевидно, что их «месячные капли» происходят на фоне чрезвычайно высокой репродуктивной способностью; у нашего же молодого «поколения наслаждений» длительные менструации идут рука об руку с бесплодием. Малое количество менструальных выделений говорит о том, что из организма удалены все кислоты, яды и вредные вещества, в то время как длительная менструация означает обратное.

Рассмотрим вкратце различные способы прерывания или прекращения выделительной возможности женщины *viaUterus* (через матку). С приёмом противозачаточных таблеток выделительная возможность очень сильно ограничивается, следовательно, вредные вещества, которые надо вывести наружу, скапливаются и напирают в поисках выхода. В результате появляются боли, головные боли, прыщи, акне, лишний вес, отёки. Те же феномены встречаются после оперативного удаления всего органа. С удалением матки выведение вредных веществ *viaUterus* не просто ограничивается, а полностью прекращается. Во время климактерического периода ежемесячные выделения поначалу приостанавливаются, а затем прекращаются совсем. В результате у женщины появляется лишний вес, приливы жара и озноба с обильным потоотделением.

Если она не перестанет постоянно потреблять изделия вкусовой промышленности, не начнёт питаться продуктами с высоким содержанием минеральных веществ и не сделает так, чтобы в организм поступало как можно меньше кислот, ядов и вредных веществ, то вскоре начнёт страдать от ревматизма или остеопороза. В этом случае её обмен веществ будет вынужден заимствовать, к примеру, кальций из костей, и с его помощью нейтрализовать невыведенные кислоты. Образованные при этом шлаки будут откладываться в связках, мышцах и суставах в виде мочекислот соли. Это приведёт к подагре, ревматизму, ревматическому поражению мягких тканей и т.д.

Одним их способов прерывания естественного выделения вредных веществ через матку является беременность. Или нет? Согласно распространённому мнению

господствующей сегодня традиционной медицины, существует так называемое плацентарное загрязнение – «гематоплацентарный барьер». Но к сожалению для кислот и шлаков его не существует!! «По плодам их узнаете их», - говорил Иисус Христос. Современные младенцы, которые рождаются с нейродермитом, аллергиями, всевозможными высыпаниями на коже, и даже – о ужас! - раком - красноречиво указывают на то, что утверждения современной науки в этом моменте ошибочны.

Акушерки знают больше. Например, им известно, что околоплодная жидкость матери раньше была прозрачной и с приятным запахом. Они с удовольствием омывали ею лицо. От детей, рождавшихся в те годы, шёл настолько приятный запах, что их всё время хотелось нюхать. Сегодня же дети часто пребывают в настоящей зловонной клоаке, которой является околоплодная жидкость. Ребёнку надо приложить все усилия, чтобы из жалкого существа, каким он явился на свет, превратиться в маленького человечка.

Околоплодная жидкость раньше:

- уровень pH 8,5
- приятный запах
- прозрачная
- благоприятное воздействие на кожу

Околоплодная жидкость сегодня:

- уровень pH 7 (содержание кислот больше, чем в крови)
- дурной запах
- мутная
- вредное воздействие на кожу
- вредное воздействие на органы

Что же произошло? Из-за приёма противозачаточных пилюль, т.е. состояния искусственно вызванной беременности, в организме удерживается «мусор» в виде никотина и табачных смол, поступивших гормонов, ядов и вредных веществ. Когда женщина беременеет по-настоящему, все эти отходы выбрасываются в околоплодную жидкость и в течение девяти месяцев окружают растущее существо. Поэтому нас не должно удивлять то, что за последние несколько десятилетий так называемого «благополучия» и удовольствий молодёжь всё чаще страдает от кожных заболеваний и аллергий.

Во время доклада, который мы недавно проводили в одной из европейских клиник, врач-гинеколог сообщила, что в больнице, где она работает, бывают случаи, когда на свет появляются дети, больные раком. На следующий день после доклада нам позвонила руководитель мероприятия и рассказала, что у неё есть двое сыновей 12 и 13 лет. Старший сын с детства страдает от сильного нейродермита. До сих пор ему никто не смог помочь. Вторым сыном она забеременела в конце периода кормления грудью. Он появился на свет через двенадцать месяцев после рождения старшего сына. По его словам, он «пышет здоровьем». После нашего доклада ей стало ясно, что все скопившиеся на тот момент вредные вещества она передала старшему сыну, так что второго ребёнка она зачала, имея очень чистый организм. Теперь она знает, что, переведя старшего сына на полноценное вегетарианское питание, проводя последовательный щелочной уход за его телом и сочетая его с щелочным питьём и щелочными промываниями, она может избавить сына от нейродермита меньше чем за год.

Очень часто приходят сообщения от врачей-натуропатов о пациентах, с младенческого возраста страдающих от обширного нейродермита. Эти же пациенты (часто молодые мужчины и женщины до тридцати лет) с самого рождения страдают от наличия в кишечнике болезнетворного дрожжевого грибка (чаще всего из рода *Candida*). Этот грибок достался им ещё в чреве матери! Для уничтожения грибка медицина рекомендует препараты, подобные «Нистатину», а после такого радикального лечения должен проводиться восстановительный курс, например, с использованием штамма *E. coli Nissle-1917*. Но он не всегда проводится! А ведь вместо этого небезопасного для здоровья лечения может помочь щелочное питьё два раза в день, например, стакан овощного сока, или простая чистая вода с добавлением половины чайной ложки соды или негазированная минеральная вода с добавлением щепотки той же пищевой соды, препарат «BullrichVital» с мультивитаминами и минеральными веществами, щелочная соль для ванны «MeineBase» и др.

Чтобы растворить шлаки, в день выпивают одну - две чашки травяного чая, также в течение дня надо выпить четыре-шесть 200-мл чашки воды. Лучше всего употреблять мягкую водопроводную воду или минеральную воду без газа. Раз в неделю или в две недели делают щелочное промывание (клизму). Для этого берут один литр травяного чая с добавлением щепотки соды. Те, кто страдает от нейродермита и аллергии, помимо прочего должны регулярно принимать длительные щелочные ванны с pH 8,5.

За последние десятилетия проблемы со здоровьем появились не только у новорожденных, но также у их матерей. Мы абсолютно убеждены в том, что, забеременев, женщина не должна лишиться привлекательности, у неё не должны выпадать волосы и зубы, появляться геморрой, расширение вен, прыщи. Тем не менее, мы очень часто можем наблюдать подобные феномены. Но этого быть не должно! С началом беременности в околоплодную жидкость начинают поступать сохранённые вредные вещества. Разумеется, это касается не только женщины, в чьей крови, клеточной жидкости и лимфе находятся соответствующие вредные вещества.

Недавно нам написала молодая женщина. С самого начала полового созревания она страдала от акне. Во время хорошо протекавшей беременности состояние её кожи значительно улучшилось – прыщей не было. Но через несколько недель после родов кожа

снова «зацвела», и всё вернулось на круги своя. Получив письмо, мы сразу же позвонили этой фрау и спросили, каково было состояние младенца сразу после рождения. Вот дословный ответ: *«Всё тело было в прыщах. В больнице мне сказали, что это из-за гормонов»*. Совершенно ясно, что этот ребёнок быстро вывел через собственную кожу избыточную угревую сыпь матери.

Почему, несмотря на перемещение вредных веществ в околоплодную жидкость и эмбрион, у беременных женщин часто появляются прыщи, и даже геморрой? Почему эти феномены особенно чётко проявляются в конце беременности, а иногда даже во время грудного вскармливания? Дело в том, что в конце беременности, а иногда и после неё женский обмен веществ снова начинает удерживать вредные вещества в ожидании момента, когда в процессе менструации их можно будет вывести наружу *via Uterus* (через матку). Удержание вредных веществ и является причиной появления прыщей и геморроя.

И того, и другого можно избежать с помощью щелочного ухода за телом. В период беременности и грудного вскармливания эти процедуры заменяют собой отсутствующую менструацию, выводя вредные вещества через кожу. Большую помощь при этом оказывают обильные щелочные ванны длительностью не менее часа, а также щелочной компресс живота в районе печени. Будущая мать должна ежедневно ухаживать за телом, используя щёлочь. Это заменит организму менструальный процесс. Щелочные ванны и компрессы в течение месяца выведут через кожу такое же количество кислот и ядов, какое выводилось при менструации до беременности.

Теперь надо выяснить вопрос, почему происходит выпадение волос и зубов, почему возникают стрии беременных и расширение вен. Всё просто - организм матери отдаёт свои вещества для построения организма будущего ребёнка! Если будущая мать не хочет, чтобы во время беременности и периода кормления на неё не повлияло отрицательно употребление любимых и привычных деликатесов, то с этого момента ей необходимо питаться полноценными вегетарианскими продуктами «за троих». В наши дни, когда трудно найти богатые энергией продукты, очень помогает употребление большого количества энергосодержащих минеральных веществ, микроэлементов, аминокислот, витаминов и других веществ, необходимых для поддержания жизнедеятельности. Они содержатся в подходящих вам пищевых добавках, а также в омнимолекулярных продуктах. Это травы, овощи и пряности, свойства которых искусственно изменены с помощью химического и термического воздействия. Эти продукты мгновенно усваиваются организмом матери и ребёнка.

Постоянное употребление минеральных веществ «в тройном размере» позволяет женщине сохранить в неприкосновенности вещества, содержащиеся в волосах, зубах, коже и сосудах. Следовательно, волосы и зубы остаются в целостности и сохранности. Не появляются стрии беременных и расширение вен (которое, собственно означает потерю вещества сосудистой системой). Почему мы пишем о том, что беременной женщине необходимо употреблять в три раза больше витаминных веществ, чем обычно? Это её нормальная потребность, ведь ей надо осуществлять процесс обмена веществ и сохранять внешнюю привлекательность. В течение девяти месяцев у неё отсутствуют месячные, следовательно, надо дополнительно перерабатывать, нейтрализовать и обезвреживать дополнительные скопления ядов, кислот и вредных веществ. К тому же ей необходимы

витаминовые вещества для растущего в ней ребёнка. Именно поэтому потребность в веществах, необходимых для поддержания жизнедеятельности, увеличивается в три раза. Если же эта потребность не удовлетворяется, то у женщины начинается выпадение волос, потеря зубов, или же нарушается структура кожи и появляются стрии (растяжки).

Каждая беременная женщина знает, как долго она принимала противозачаточные таблетки, сколько времени и что именно она курила, перед какими соблазнами она не может устоять - перед кофе, сладостями и т.д. Чем дольше она принимала таблетки и чем больше ядов, полученных из изделий вкусовой промышленности, осело в ней, тем выше необходимость в щелочном выводящем уходе за телом. Это не только приём часовых или более длительных щелочных ванн. Это также длительные ножные ванны. Ступня исполняет роль вспомогательной почки и способна выводить вредные вещества в больших количествах. Такие ванны имеют щелочной показатель примерно pH 8,5.

Здоровый ребёнок - красивая мать:

1. Выведение

Щелочной уход за телом при уровне pH

8,5. Это:

- общие ванны***
- ножные ванны***
- компрессы в области печени***
- компрессы живота***
- уход за гениталиями***

2. Приобретение:

Надо удвоить снабжение:

- минеральными веществами***
- микроэлементами***
- витаминами***
- аминокислотами***

Раньше такой показатель имела благоуханная околоплодная жидкость молодой матери. Сегодня этот уровень опустился до жалкого рН 7, о чём мы можем прочесть в медицинском справочнике Pschyrembel. Это означает, что средний показатель рН околоплодной жидкости ниже соответствующего показателя у крови (рН 7,35). Сразу после менструации этот уровень у женщин даже выше - приблизительно рН 7,45. Такое резкое снижение химического показателя околоплодной жидкости - то есть её кислотности - аналогично снижению рН-уровня эпидермиса человека. Его показатели снижаются с каждым годом. Причиной этого является так называемая кислотная оболочка для защиты кожи. Эта защитная функция, если рассуждать логически, должна улучшиться с понижающейся, то есть усиливающейся кислотностью. Но нет, причиной понижающихся, то есть всё более кислых показателей рН-уровня кожи является исключительно тот факт, что в наше время, полное соблазнов, всё больше ядов и вредных веществ должны покидать организм через кожу. Таким образом, кожа становится всё более кислой из-за того, что через неё выводятся вредные вещества.

Нигде кожа не чувствует себя настолько хорошо, как в щелочной ванне с рН-уровнем 8,5. Это оптимальный показатель околоплодной жидкости. Человек лежит «как в лоне матери». Из такой жидкости раньше появлялись на свет дети, как говорят акушерки, покрытые «сыровидной» смазкой. Эта смазка была одновременно и продуктом выделения, и защитой. Выделение происходило через сальные железы развивающейся жизни. Такое же выделение (через сальные железы) происходит у каждого, кто принимает щелочную ванну с рН-уровнем 8,5. Чем больше времени человек находится в такой ванне, тем лучше и обильнее кожа покрывается жиром. Ведь новорожденный проводит в подобной жидкости девять месяцев.

Сегодня молодая мать должна помнить о том, что яды содержатся не только в противозачаточных средствах и изделиях вкусовой промышленности, но и в окружающей среде. Ещё необходимо избегать того, что мы называем стрессом. Акушерки и умные женщины, которые занимаются исследованием предродовых переживаний, сообщают о следующем: сильные стрессовые ситуации матери ведут к тому, что ребёнок опорожняется непосредственно в околоплодную жидкость. Этого не должно происходить. Обычно дети рождаются с меконием (первородным калом) в ампуле прямой кишки.

Беременность должна стать временем гармонии и обоюдной заботы партнёров друг о друге, также временем обильного снабжения организма полезными веществами («за троих») последовательного щелочного ухода за телом, чтобы выводить через кожу вредные вещества. При этих условиях ни одна мать не потеряет красоты кожи, волос, зубов, не обвиснет грудь, не появятся прыщи и геморрой. И она родит здорового ребёнка!

За последние годы намного выросло число детей, больных легастенией, по-другому дислексией (нарушение психических механизмов чтения и письма), и слабообучаемых. Пресса сообщает, что в среднем 15% германских школьников страдают от легастении. Без специальной помощи такие дети не смогут интегрироваться в общество. Совершенно очевидно, что этим детям необходима доброжелательная помощь в сочетании с *ласковой* строгостью. Особенную строгость нужно проявлять, запрещая сладости.

Большинство этих детей, если не все, от рождения заражены грибом. В процессе собственного обмена веществ грибки выделяют яды - ацетальдегид и афлатоксин.

Результаты шведских исследований показывают, что именно эти яды вызывают легастению. Таким образом, их обязательно надо лечить от грибка, выводить кислоты, укреплять здоровье!! Таблетки с фтором, фторированная и хлорированная вода, а также телевизор со всей его «психической грязью» доделывают оставшееся для окончательного отравления духа и тела наших детей и задержки их развития. Мы, немцы, должны следить за тем, чтобы наш народ «поэтов и мыслителей» не стал народом легастеников.

Прежде всего нашим женщинам следует быть очень осторожными в период кормления грудью. Они должны знать, что в материнском молоке содержатся всевозможные яды, оставшиеся после потребления изделий вкусовой промышленности, и элементы средств по уходу за телом. Всё это при кормлении попадает в организм ребёнка. Это также касается никотина (если мать курит) и кофеина (если она любит кофе). То же самое можно сказать и про гидроксид алюминия, входящий в состав дезодорантов и антиперспирантов. Кормящей матери следует держаться подальше от всех этих «ядов цивилизации». И тогда и беременность, и роды и послеродовой период будут для неё самым прекрасным временем в жизни – как это и задумано природой.

Целлюлит с точки зрения кислотно-щелочной теории

Женский организм обладает менструальным циклом и потому он удерживает кислоты и выводит их во время менструаций. Яды и кислоты, которые больше не могут быть сохранены в крови, лимфе, клеточной жидкости и плаценте, перерабатываются в шлаки, и в этой нейтрализованной форме откладываются в бёдрах, ляжках и предплечьях. Эти шлаки можно растворить и вывести.

Ещё в 1150 году н.э. святая Хильдегард фон Бинген одной-единственной фразой объяснила нам, в чём заключается разница между мужским и женским обменом веществ: *«Женщина один раз в месяц избавляется от плохих соков»*.

До наступления этого момента женский обмен веществ сохраняет поступающие кислоты - «плохие соки», по словам Хильдегард, - на трёх «стоянках» (мы называем эти места на современный лад – «парковки»). Первая из них - это кровь и лимфа. Вторая - плацента, третья - бёдра, ягодицы и ляжки. «Парковка» № 3 используется только при переизбытке кислот. Она выступает в качестве настоящего «многоярусного гаража». А находящиеся там «машины» - нейтрализованные кислоты (целлюлитные шлаки), которые больше не могут оставаться в крови, лимфе и плаценте.

Хотя кровь, лимфа и плацента достаточно вместительны. Чем больше кислот «паркуется» в течение месяца, тем больше отмечается неприятных симптомов накануне месячных – таких, как головные боли, мигрень, отёки, и тем хуже настроение. Женщины говорят, что становятся более «восприимчивы», «обидчивы» и т.д. В какой-то момент это явление стало настолько распространённым на всём ареале западной цивилизации, что медики придумали для него специальный термин – ПМС. Придумали – и теперь можно быть спокойным. Ничего больше объяснять не надо, искать причины не надо. Вам плохо? Ну так у вас ПМС. Потерпите недельку и всё пройдет. Чем выше уровень кислоты в клетках и крове, тем «восприимчивее» становится женщина. В это время у неё самый низкий рН-уровень крови - рН 7,25 или около этого.

У женщины, ведущей здоровый образ жизни, рН-уровень крови значительно отличается от такого же показателя у женщины с целлюлитом. Разница уровней зависит от того, какие «деликатесы» предпочитает женщина - щелочные или кислотные. При «кислых» предпочтениях или других причинах появления кислот, этот показатель намного ниже, чем при минерально-щелочных вкусах.

ЦЕЛЛЮЛИТ

В организме женщины есть два «места парковки» кислот:

- 7 литров крови, лимфы и клеточной жидкости

- плацента

И один «многоярусный гараж»:

- бедра, ляжки и предплечья

В конце месячных у всех женщин рН-уровень крови поднимается до одного уровня, так как к этому времени удалены все кислоты. Разница лишь в том, что у женщин с большим содержанием кислот в организме, месячные продолжаются на несколько дней дольше и проходят болезненнее и тяжелее. Какие именно неприятные симптомы возникают, и возникают ли вообще, в первую очередь зависит от количества поступивших кислот и, следовательно, от полученного рН-уровня крови.

Надо исходить из того, что объём сохранения, то есть допустимая нагрузка организма, выражаемая в рН, различна у каждой женщины. Печень и почки одной женщины могут перерабатывать такое количество кислот, какое не в состоянии переработать печень и почки другой женщины. В этом случае у последней синдром ПМС будет выражен гораздо более отчётливо. А первая, таким образом, в связи с усиленным обменом веществ, может безнаказанно позволить себе кое-какие «грехи».

Откуда появляются кислоты, качество и количество которых различается у каждого человека в зависимости от его привычек питания и образа жизни? Мочевая кислота и мочевины образуются у любителей мяса, а также вследствие отмирания клеток организма. Уксусная кислота появляется из-за потребления сладостей, «плохих» жиров и сладких газированных напитков. Дубильная кислота - у любителей кофе и чёрного чая. Молочная кислота - вследствие чрезмерной мышечной активности. Появление ацетилсалициловой кислоты вызывают болеутоляющие таблетки. Соляную кислоту дают стрессы и злость. Углекислоту - газированные напитки. Серная кислота образуется вследствие потребления свинины и из-за сдерживания газов. Азотная кислота - из солёного мяса и многих сортов сыра. Щавелевая кислота - из шпината, ревеня и какао (шоколада).

Что такое целлюлит?

Целлюлит образуется от избыточного количества кислоты и ядов, которые нет возможности сохранять между менструациями в крови, лимфе и плаценте.

Поэтому они «зашлаковываются», то есть нейтрализуются и откладываются.

Причины появления целлюлита:

- избыток кислот/ядов/вредных веществ*
- слабый обмен веществ, например, в печени или почках*
- поражённый грибком толстый кишечник.*

Мы предположили вначале, что, возможно, какая-нибудь одна кислота отвечает за психику, другая - за целлюлит, третья - за отёки, четвёртая - за прыщи и т.д. Но в результате исследований мы поняли, что это не так. Все эти симптомы появляются при наличии абсолютного большинства кислот, которые необходимо переработать, а не при их определённом сочетании. Решающим здесь является достигнутый минимальный показатель рН, то есть уровень кислотности, а не виды имеющихся кислот.

Организм должен нейтрализовать эти кислоты с помощью минералов, чтобы кислоты не разъедали клетки, железы и органы. Так образуются шлаки - нейтрализованные кислоты, которые в процессе обмена веществ откладываются в бёдрах, ляжках, предплечьях и ягодицах.

До окончания климактерического периода женщине необходимо перерабатывать образующиеся кислоты лишь в случае появления целлюлита. Причиной этого в первую очередь является избыток кислот, образующихся в течение месяца, а также слабый обмен веществ, например, в печени, или скопление вредных веществ вследствие приёма противозачаточных пилюль. Организм также должен нейтрализовать зубные токсины, содержащие тяжёлые металлы (пломбы). С помощью теста на тяжёлые металлы можно быстро и недорого определить наличие этих металлов, их количество и степень воздействия. Зубные токсины также образуют шлаки, которые могут откладываться в целлюлит. В лечебной практике особенно оправдали себя курсы инъекций различными аминокислотными группами и катализаторами цикла лимонной кислоты (препараты фирмы «Heel»).

Зашлакованные части тела плохо снабжаются кровью. Разумеется, это касается и областей тела, поражённых целлюлитом. Температура тканей в этих местах существенно ниже, чем у тканей с нормальным кровоснабжением (терморегуляционный тест проф. Роста).

Курс избавления от целлюлита

1. Установление истинных причин целлюлита
2. Устранение или сокращение этих причин с целью минимизации количества кислот.
3. Ежедневно выпивать один литр травяного чая для растворения шлаков.
4. Насыщение организма обогащёнными энергией минеральными веществами и микроэлементами для нейтрализации кислот и ядов.
5. Ежедневно выпивать до двух литров воды с целью вымывания шлаков.
6. Каждый день или через день принимать щелочную ванну (рН 8,5) длительностью 90-150 мин. или дольше.
7. Гимнастика, приседания, ходьба.
8. Лимфодренаж, массаж.
9. Косметические вспомогательные мероприятия (горячие обёртывания, электростимуляция, антицеллюлитные роликовые средства, вакуумный пульсационный массаж, озонотерапия и т.д.)
10. Поддержание функций выведения ядов и шлаков путём усиления обменной функции печени и кишечника (щелочное обёртывание).
11. Часто для окончательного избавления от целлюлита необходимо предварительное терапевтическое оздоровление кишечника (поражение грибом *Candida* др.).

По окончании климактерического периода у женщины резко и полностью меняется обмен веществ. Теперь она сама должна перерабатывать кислоты, которые до сих пор выводились из организма через механизм месячных или откладывались в целлюлит. Для нейтрализации ежедневно поступающих ядов и кислот женщине требуются минеральные вещества. Если она не будет предельно внимательной, то в её организме значительно снизится содержание минеральных веществ, так как, в отличие от мужского, женский организм не приучен самостоятельно перерабатывать кислоты и яды. Поэтому у многих женщин в постклимактерический период наблюдается цивилизатоз в виде одновременного появления остеопороза и расширения вен, подагры и ревматизма.

Анкета	
ЦЕЛЛЮЛИТ / ВЫПАДЕНИЕ ВОЛОС	
Почему у меня появился целлюлит? Почему у меня выпадают волосы?	
■ Курение (никотин)	да / нет
■ сладости, сладкие напитки, продукты из белой муки и слишком большое количество жира (уксусная кислота)	да / нет
■ противозачаточные таблетки и токсичные скопления (общее скопление кислот)	да / нет
■ свинина (мочевая, серная и азотная кислоты)	да / нет
■ болеутоляющие средства (ацетилсалициловая кислота)	да / нет
■ кофе или черный чай (дубильная кислота)	да / нет
■ физическое перенапряжение (молочная кислота)	да / нет
■ стресс / страх / гнев (соляная кислота)	да / нет
■ газированная вода (углекислота)	да / нет
■ кола и сладкие газированные напитки (фосфорная кислота)	да / нет
■ вино (винная кислота, серная кислота)	да / нет
■ зубные токсины, как, например, амальгама, палладий, ртуть, свинец или др. токсины (тяжелые металлы)	да / нет

Для предотвращения остеопороза в ход часто идут гормоны. В лучшем случае они действуют не напрямую. Они снова вызывают появление месячных, чтобы кислоты выводились так же, как в более ранний период. Поэтому в заимствовании кальция из костей временно нет необходимости. Существует ли логическое объяснение того, каким образом гормонотерапия с применением эстрогена и гестагена должна предотвратить остеопороз в постклимактерический период?

Мы установили, что у большинства женщин, которых лечили гормонами, месячные не возобновлялись, поэтому подобное лечение продолжать было незачем. Почему же им снова и снова прописывали гормоны? Может быть, с помощью такого лечения остеопороз действительно можно предотвратить или замедлить его развитие? Развитие остеопороза замедляется, так как «курьеры» - гормоны - доставляют вредные вещества, кислоты и яды в нижнюю часть живота и оставляют их там. Этот факт красноречиво подтверждает внешность женщин, подвергшихся лечению гормонами. Они постоянно толстеют. Всё

больше воды удерживается в тканях нижней части живота и бёдер, чтобы растворять отложившиеся вредные вещества, пока в один прекрасный день ими не переполнится брюшная полость. В результате может возникнуть рак органов, расположенных в этой части тела, или появиться опухолевые разрастания. Поэтому в постклимактерический период каждая женщина должна последовательно избегать причин, по которым в её организме могут появиться кислоты, яды и вредные вещества, и заменить менструацию разумным щелочным уходом за телом.

В основе каждого успешного курса лечения целлюлита лежит резкое снижение количества вышеназванных кислот и растворение отложившихся шлаков, образованных из этих кислот! Прежде всего, необходимо снизить количество кислот, поступающих из потребляемых изделий вкусовой промышленности и вследствие неправильного образа жизни. Осуществив это, женщина будет на полпути к успеху! Кислотного «донора» необходимо найти! Курильщице надо уменьшить количество выкуриваемых сигарет, любительнице мяса - ограничить его потребление. Также нельзя допускать физического переутомления и чрезмерного количества болеутоляющих таблеток. Забудьте про шоколад. Кофе пейте не более одной - двух чашек в день. И максимально ограничьте потребление кондитерских изделий, а лучше – откажитесь от них полностью!

На следующем этапе надо ежедневно выпивать по одному литру травяного чая для растворения целлюлитных шлаков. Параллельно с этим надо употреблять пищу, насыщенную минеральными и витаминными веществами. Можно принимать подходящие вам пищевые добавки. Для процесса нейтрализации лучше использовать добавки, полученные из растений, поскольку у них наиболее высокая нейтрализующая способность. Дополнительно надо ежедневно выпивать до двух литров обогащённой энергией чистой воды для вымывания вредных веществ.

Следующий этап - длительные сидячие и общие ванны со щелочной водой (1-2 часа, можно дольше). Эти ванны надо принимать ежедневно или через день плюс ежевечерние ножные ванны в щелочной воде (мин. 1 час). Лучше всего, если рН-уровень воды будет равен ~ 8,5.

В первую неделю выведения шлаков можно делать сеансы лимфодренажа или массажа. Массировать надо по направлению к местам выведения шлаков - по направлению к кончикам пальцев рук и ног, к подмышечным впадинам и/или генитальной и анальной области. То есть, мы следуем к местам выведения и выделения, то есть к местам, откуда выделяются физиологические жидкости.

Если при использовании этого метода возникают проблемы с выведением, то их можно устранить, принимая длительные щелочные ванны или надевать на ночь щелочные перчатки и носки. Также помогает гимнастика и приседания - такая «мышечная помпа» ускоряет передвижение жидкостей в организме.

Можно использовать такие терапевтические методы, как горячие обёртывания, электростимуляция, антицеллюлитные роликовые средства, кремы и др. способы, улучшающие кровоснабжение.

Наши современники предпочитают часто и подолгу сидеть. При этом образующиеся газы не находят выхода, проникают в жидкости организма и образуют в

них серную кислоту за счёт содержащегося в газах сероводорода. От газов обязательно надо избавляться!

Длительные щелочные ванны резко улучшают внешний вид кожи. Они стимулируют выведение кислот и шлаков и активизируют потовые и, в первую очередь, сальные железы. Кожа обильно покрывается сальными выделениями. Чем дольше времени длится приём ванны, тем больше воды покидает организм.

Особенно хорошее действие на выведение шлаков и активизацию сальных желёз при приёме щелочных ванн оказывает обтирание кожи шероховатой мочалкой или щёткой для купания через каждые 5 - 10 мин.

Используя все методы лечения целлюлита в совокупности - уменьшение количества кислот, растворение шлаков, нейтрализацию кислот, вымывание водой, выведение через кожу, лимфодренаж, гимнастику и др. - уже через несколько недель, максимум месяцев, проявления целлюлита значительно уменьшатся или совсем исчезнут. При этом очень важно перейти на полноценный вегетарианский рацион! Большое внимание необходимо уделить улучшению работы печени. Для этого используют продукты на основе таких трав, как расторопша, одуванчик, артишоки и дымянки, а также делают тёплое и влажное щелочное обёртывание печени.

При длительном лечении необходимо помнить о необходимости продолжать приём длительных щелочных ванн; об обильном снабжении организма минеральными веществами; о предосторожностях в связи с многочисленными причинами появления кислот, откладывающихся в целлюлит; об улучшении работы печени. Также надо проводить индивидуальную терапию, например, лимфодренаж, гимнастику и др.

Для очищения организма и выведения шлаков также рекомендуются щелочные промывания кишечника, поражённого грибом, и гидроколонотерапия. Очень часто поражённый грибом и зашлакованный кишечник мешает добиться успехов при лечении целлюлита.

Очень важно употреблять большое количество минеральных веществ, чтобы извлекать и перерабатывать кислоты и яды, спрятанные даже в самых потаённых уголках, - они не должны скапливаться в печени или других органах, вызывая проблемы, связанные с плохим обменом веществ (например, геморрой). Глубокое дыхание очень важно для стимулирования потока лимфы. Многие не знают о том, что лёгкие - это наш лимфонасос. Они день и ночь качают лимфу, так же как сердце всю жизнь качает кровь.

Итак, все указанные меры и процедуры помогут избавиться от этого характерного явления нашей «кислой» жизни - целлюлита.

Почему происходит выпадение волос с точки зрения кислотно-щелочного понимания жизни?

Кожный покров волосистой части головы - это «пожарная команда», нейтрализующая обмен веществ с помощью минеральных веществ и микроэлементов. Кислоты и яды заполняют это хранилище минеральных веществ в течение продолжительного времени или же внезапно, к примеру, при проведении сеансов химиотерапии. В результате волосы начинают выпадать.

Этот процесс можно остановить или замедлить, если выводить яды, шлаки и проводить реминерализацию. Потерянные волосы могут отрасти вновь.

Мы хотим заняться очень интересными и актуальными вопросами:

- **почему у мужчин волосы часто выпадают преждевременно?**
- **какое значение имеет потеря волос для организма?**
- **как можно остановить потерю волос?**
- **как можно восстановить потерянные волосы?**

В рамках современной официальной медицины вменяемого ответа на них мы не имеем. Зато в рамках рассматриваемой нами кислотно-щелочной теории всё это объясняется довольно легко. В теле человека имеются значительные запасы минеральных веществ. Они сосредоточены в коже, ногтях, зубах, костях, волосах головы и в **КОЖНОМ ПОКРОВЕ ВОЛОСИСТОЙ ЧАСТИ ГОЛОВЫ**. С последним дело обстоит особенным образом.

Кожный покров волосистой части головы - это своеобразная «пожарная команда», которая всегда оказывается под рукой в любой «горячей точке» кислотного фронта, то есть когда требуется нейтрализовать разъедающие жидкости или яды, и если лимфа и кровь не могут справиться с этим заданием самостоятельно. Если хранилища минеральных веществ полны, то человек красив и дышит здоровьем. Но недостаток этих веществ, например, кальция, натрия, калия, магния, цинка, железа и т.д. и есть то, что мы называем **СТАРЕНИЕМ**. Это похоже на дом с трещинами или осыпающейся штукатуркой. Здесь также имеет место «недостача минеральных веществ». К сожалению, кожный покров волосистой части головы в первую очередь испытывает на себе эту недостачу.

Посмотрите на любое изображение Христа! Во всех случаях вы увидите одухотворённое лицо, окладистую бороду и великолепные волнистые волосы. Никто не мог бы представить себе Христа другим! Например, облысевшим. Едва ли кто-нибудь задумывался, почему на всех изображениях у Христа такие прекрасные волосы. Это великолепие указывает на наличие полнейшего здоровья!



Христос с поредевшей бородой, Христос с залысинами - немыслимо! Невозможно! Подобный облик означал бы проблемы со здоровьем вследствие неправильного образа жизни. Как может учить людей правильному образу жизни тот, кто сам не являет собой пример отличного здоровья и красивого тела? Поэтому многие доктора придерживаются остроумного высказывания: *«Следуйте моим словам, а не моим действиям»*.

Организм теряет минеральные вещества, когда использует их для нейтрализации кислот. В процессе нейтрализации образуются соли, которые в обиходе называются «шлаки» - мочекислый кальций, сернокислый натрий, молочнокислый магний и т.д. и т.п. Обычно организм получает необходимое количество минеральных веществ в процессе каждодневного питания. Тратить собственные накопления он начинает, если не получает с пищей достаточного количества нейтрализующих, то есть богатых энергией минеральных веществ. Хранилище, которое опустошается в первую очередь, и есть волосяной покров. Многие годы у него отбирают минеральные вещества для нейтрализации кислот и ядов, что ведёт к выпадению волос у очень многих мужчин. Женщины попадают в такую ситуацию - если вообще попадают! - лишь в старости. Это происходит из-за различий в обмене веществ мужчин и женщин. После наступления климакса, обмен веществ становится одинаковым у тех и других. Поэтому у женщин начинают редеть волосы в возрасте 65 - 70 лет.

Секрет в том, что женщины удаляют из организма скопившиеся кислоты один раз в месяц в течение всего репродуктивного периода. Мужчина же в течение жизни должен сам перерабатывать поступающие кислоты. Кислоты образуются в организме вследствие потребления определённых продуктов: мяса (мочевая кислота), сладостей и жиров (уксусная кислота), кофе и чёрного чая (дубильная кислота). Также кислоты образуются в результате чрезмерной мышечной деятельности (молочная кислота) и стресса, страха, злости (соляная кислота).

Потребление свинины, а также не испущенные газы поставляют в организм серную кислоту (она образуется при попадании сероводорода в кровь, лимфу и т.д.). А ещё мы должны перерабатывать углекислоту (газированные напитки), никотин (сигареты), ацетилсалициловую кислоту (болеутоляющие средства) и т.д. К сожалению, современная еда - консервы, фаст-фуд - не содержит такого количества минеральных и богатых энергией веществ, как, например, еда из собственного сада или огорода, или же бабушкина стряпня.

Поэтому у организма входит в привычку забирать минеральные вещества из собственных запасов, содержащихся в костях, зубах и в первую очередь **КОЖНОМ ПОКРОВЕ ВОЛОСИСТОЙ ЧАСТИ ГОЛОВЫ**. Поскольку они нужны для процесса нейтрализации, то уже не могут быть использованы для питания волос. В результате происходит неизбежное выпадение волос. Таким образом, состояние волос на голове показывает, как правило, каков потенциал нейтрализации у данного человека. Потенциал нейтрализации стоит на страже обмена веществ женщины на всём протяжении репродуктивного периода и, по сравнению с мужчинами, продлевает ей жизнь примерно на десять лет.

Существует верный признак, указывающий на наличие кислот в организме. Это головная боль. Таким образом, привлекается внимание к перемещению кислот и ядов в направлении кожного покрова волосистой части головы, где они нейтрализуются, используя содержащиеся там в избытке минеральные вещества. До этого обмен веществ пытался осуществить нейтрализацию, забирая минеральные вещества из крови. Только после того, как это не удалось, - из-за избытка кислот или недостатка нейтрализующих минеральных веществ - на помощь призывается кожный покров волосистой части головы. Именно поэтому столько людей страдает от головных болей, а не, к примеру, от болей в копчике.

Головная боль длится до тех пор, пока кислоты не нейтрализуются. Как только это происходит, голова сразу же перестаёт болеть – и не надо никаких обезболивающих препаратов! Но волосистая часть головы при такой вынужденной нейтрализации, в очередной раз лишилась минеральных веществ, и теперь питает ещё меньшее количество волос. День за днём, неделя за неделей и год за годом редеют шевелюры у мужчин и некоторых женщин «в возрасте». Как же остановить выпадение волос и заставить их расти заново? Необходимо свести до минимума причины, ведущие к появлению ядов и кислот, - курение, потребление мяса, по возможности чрезмерные физические нагрузки, которые вызывают образование большого количества молочной кислоты. Поэтому, кстати, многие успешные спортсмены довольно рано теряют волосы.

Многие успешные спортсмены – представители большого спорта, выделяются не только блестящими результатами, но и «блестящей» лысиной.

Они пренебрегают употреблением минеральных веществ. «Кража» этих веществ из кожного покрова волосистой части головы для нейтрализации поступающей избытке молочной кислоты - вот причина потери волос.

Кислоты интенсивно образуются при употреблении сладостей, диетических напитков, болеутоляющих таблеток, а также при стрессе. На первом – самом главном – этапе курса восстановления волос лежит резкое снижение количества вышеназванных кислот и удаление шлаков, скопившихся в волосистой части кожи головы.

Следующий этап - это резкое увеличение снабжения организма подходящими минеральными веществами, способными к нейтрализации и богатыми энергией!

При выпадении волос необходимо исключить:

- кофе в зернах
- сладости
- мясо и мясные продукты
- «вкусные» напитки и напитки, содержащие колу
- стресс
- яды
- переутомление
- физическое перенапряжение
- фастфуд
- средства для похудения
- гормональные препараты
- мочегонные средства
- ядерное и рентгеновское излучение

Но здесь главное не переусердствовать. Иначе ничего не получится. В лучшем случае вы достигнете того, что процесс выпадения волос приостановится. Исходя из опыта, для необходимой реминерализации кожного покрова волосистой части головы подходит обильное вегетарианское питание с высоким содержанием витаминных веществ, а также растительные пищевые добавки, содержащие минеральные вещества. Именно они наиболее соответствуют физико-химическим и энергетическим потребностям организма. Выпадение волос у мужчин обусловлено, как правило, ничем иным, как превышенным расходом минеральных веществ с целью нейтрализации кислот и выведения шлаков из кожного покрова волосистой части головы.

Если перестать расходовать минеральные вещества и заново наполнить ими опустошённые хранилища (мы говорим сейчас о кожном покрове головы), то волосы могут снова отрасти. Обычно это происходит в течение 6-12 месяцев. Решающим фактором здесь является последовательное поступление очень большого количества минеральных веществ, необходимых именно этому человеку. Также полезно снизить чрезмерную мышечную активность, потребление изделий вкусовой промышленности, стресс и т.д., - ведь из-за них образуются кислоты, которые выводятся через кожу.

Далее, помимо прочего, применяют последовательный щелочной уход за телом - общие и ножные ванны, щелочное обёртывание головы и шеи, щелочное питьё, щелочные промывания и т.д. Также необходимо ежедневно выпивать от одного до полутора литров воды - негазированной, с малым количеством минеральных веществ, но энергетически насыщенной.

Ежевечерние щелочные ванны для ног в течение 45 минут или дольше, две щелочные ванны в неделю для всего тела продолжительностью 45 - 150 минут также существенно помогают выводить кислоты.

Но в первую очередь необходимо обеспечить питание, в обилии содержащее минеральные вещества. Что это означает? Изо дня в день нужно принимать больше нейтрализующих и энергетически насыщенных минеральных веществ, чем это требуется для переработки ежедневно поступающих кислот. Энергетически насыщенные минеральные вещества - это вещества, полученные из растений без применения химической или термической обработки, и не подвергавшиеся такой обработке впоследствии.

Все эти меры делают ненужным извлечение минеральных веществ из собственных запасов организма, в первую очередь из кожного покрова волосистой части головы, а также из костей. Выпадение волос прекращается. Если же принимать минеральные вещества в больших количествах, то опустошённые хранилища заполнятся вновь, и волосы начнут отрастать.

Подобный курс лечения для уменьшения количества кислот и одновременно реминерализации занимает 12-18 месяцев. Это особенно касается женщин, потерявших волосы во время беременности или после неё. В их питании наблюдается серьёзный дефицит минеральных веществ. Потому что материнский организм отдавал собственные запасы минеральных веществ будущему ребёнку.

Существует ещё один способ приостановить потерю волос - это регулярный массаж головы. Обе ладони кладут на лоб, указательные пальцы должны быть посередине. Нажимая, проводят по волосам ото лба до затылка, перегоняя кровь и кислоты назад. Таким же способом массируют височную область, чтобы разогнать кровь.

Что может произойти, если мужчина с поредевшими волосами или с лысиной регулярно станет «выталкивать» кислые соки из волосистой части головы и из висков, и направлять их в затылок? У него возникнут боли именно в тех местах, куда он перегнал кислоты, то есть в затылке, в верхней части спины и в плечевых суставах. Или же там появятся прыщи! Что делать, если это произойдёт? Сперва надо порадоваться, так как эти признаки говорят о том, что кислоты действительно находились в волосистой части головы, а мы их оттуда переместили. Затем необходимо, увеличить приём минеральных веществ. В то же время надо чаще делать массаж затылка и спины, либо у специалиста либо самому используя щётку.

Щелочной уход при потере волос:

- *частое тщательное мытьё лба и носа*
- *щелочное обёртывание лба, головы и затылка*
- *в течение дня чаще протираться щелочным раствором*
- *щелочные ножные ванны*
- *щелочные общие ванны*
- *щелочные выщелачивающие ванны (3-6 часов)*
- *щелочное промывание носа и полоскание горла*

Массаж проводится при приёме обильной щелочной ванны, чтобы через кожу выщелачивать кислоты и яды. Также делают многократные щелочные обёртывания головы, лба и шеи (затылка). Нельзя не подумать вот о чём – ведь можно просто исключить причину появления кислоты в организме! Тогда кислоты вообще не будут поступать в кожный покров головы. Что должны пить те, у кого есть проблемы с волосами? На этот вопрос существует несколько ответов:

1. Волосы могут выпадать, потому что организм отравлен. Наиболее известным примером этого является химиотерапия. Появление залысин или выпадение волос на темени – также следствие переизбытка ядов. Эти яды организм нейтрализует или разбавляет. В результате можно наблюдать либо потерю волос на голове, либо отекаание тела. Отеки появляются из-за того, что в организме удерживается вода, необходимая для разбавления концентрации кислот и ядов, в случае если потенциалы нейтрализации истощены.

В этом случае можно посоветовать принимать повышенное количество минеральных веществ плюс щелочное питьё утром и вечером. Днём надо пить овощные соки и, к примеру, минеральную воду Volvic или энергетически обогащённую водопроводную воду. Также хороши свежесжатые соки из трав, например, из крапивы, одуванчиков, артишоков и т.д. Столовую ложку сока наливают в стакан или чашку и доливают водой.

Примерно через 8-12 недель можно начинать пить чай из трав для выведения шлаков. Начинать надо с двух чашек в день, и в течение 3-6 месяцев довести это количество до шести чашек в день. Всё это время надо продолжать употребление большого количества минеральных веществ, а также ежедневно выпивать один - два литра чистой воды.

Выпадение волос в теменной области указывает на избыток ядов, наличие грибка в кишечнике или на стрессовое состояние. В этих случаях поможет усиленная минерализация, после чего выпадение волос на темени часто прекращается. Таким образом, никто не избавлен от необходимости обнаружения истинных причин выпадения волос. Увеличение потребления минеральных веществ должно происходить наряду с усиленным выведением шлаков и ядов! Так как это ведёт к увеличению потребности в минеральных веществах для осуществления нейтрализации растворённых ядов и кислот, то их поступление должно быть сильно увеличено.

2. У мужчин и женщин различают следующие проблемы роста волос: они либо связаны только с поглощением минеральных веществ, либо к ним добавляется зашлакование. Опыт показывает, что начинать надо с нейтрализации минеральными веществами в течение нескольких недель. В это же время надо поддерживать организм щелочным уходом, но отказаться от растворения шлаков. Растворять шлаки надо начинать постепенно, после одной - двух подготовительных недель. Вначале пьют 1 - 2 чашки в день, постепенно увеличивая количество жидкости. С течением времени вы будете выпивать до 1 литра чая ежедневно плюс удвоенное количество воды.

Возможно, что растворится много шлаков. Может возникнуть недостаток минеральных веществ для нейтрализации кислот, образовавшихся при растворении шлаков. Эти не подвергшиеся нейтрализации кислоты ведут к известному «КРИЗИСУ ГОЛОДАНИЯ» (повышенное напряжение органов выведения). Подобные кризисы при выведении шлаков происходить не должны! Например, если в результате начинает болеть голова, то это плохой знак для процесса роста волос.

Итак, при лечении волос мы придерживаемся следующего хронологического порядка:

- 1 - 2 недели посвящаются минеральной нейтрализации и щелочному выведению кислот без растворения шлаков.

- Затем в течение нескольких недель мы постепенно растворяем шлаки, начиная с 1 - 2 чашек травяного чая в день, дальнейшая нейтрализация, увеличенная минерализация и выведение с потреблением 1 - 2 литров воды.

- Следующие шесть месяцев без изменений, только увеличивается количество травяного чая - от четырёх до шести чашек в день, можно больше.

- В дальнейшем - увеличение потребления богатых энергией минеральных веществ и последовательное щелочное выведение кислот через кожу. Особенно действенны обильные щелочные выщелачивающие ванны с показателем pH ~ 8,5. Такие ванны можно без страха принимать в течение 4-6 часов.

Надо помнить следующее: когда волосы начнут отрастать заново, в первые недели растворение шлаков необходимо прекратить, и лишь через некоторое время можно продолжить, но очень осмотрительно. При растворении шлаков в больших количествах заодно растворяются старые, нейтрализованные кислоты из сохранившихся шлаков, и это может повредить всему процессу «оволосения». Таким образом, с растворением шлаков и курсом лечения чаем надо подождать 1 - 2 недели. До тех пор можно пить минеральную воду без газа, по возможности не из углекислых минеральных источников; в первую же очередь надо пить овощные соки, хотя иногда можно позволить себе кружечку пива или

рюмку водки, чтобы не отбить у мужчин желание к восстановлению собственной внешности.

Мы попытались определить причины потери волос в их процентном соотношении, и пришли к следующему результату:

- ~ 85% - изымание собственных минеральных веществ с целью нейтрализации кислот.
- ~ 5% - поступление ядов из зубных пломб, окружающей среды, медикаментов, из собственного жилища, из продуктовых добавок и т.д.
- ~ 5% - беременность и заимствование минеральных веществ из материнского организма, чтобы отдать их будущему ребёнку (в случае, если мать не получает достаточного количества минеральных веществ с пищей).
- ~ 3% - стрессы и негативные переживания.
- ~ 1% - гормональные причины.
- ~ 1% - генетически наследственные причины.

Разумеется, в каждом индивидуальном случае это процентное соотношение различно. Например, у нас было немало случаев, когда мы легко могли отдать стрессовому фактору на порядок больший процент. Но в любом случае, решив проблему восполнения потерянных минеральных веществ, мы устраняем основную причину потери волос и имеем все шансы на их восстановление.

Особенности обмена веществ при спортивных нагрузках

При высокой мышечной активности в организме образуется большое количество молочной кислоты. Если бы при сильном физическом напряжении она не поглощалась коллоидальными соединительными тканями, то рН-уровень крови опустился бы ниже 7 с последующим летальным исходом. Молочную кислоту нейтрализуют минеральные вещества. **Если «свободных» минеральных веществ в организме недостаточно, то они неизбежно изымаются из тканей тела, согласно приоритету важности данной ткани или органа в иерархии.**

Иерархия жизненно важных органов



Лучше всего принимать минеральные вещества перед спортивными занятиями. А после каждого занятия, сопряжённого с большими спортивными нагрузками, необходимо проводить щелочной уход за телом, чтобы вывести молочную кислоту через кожу!

Весной 1997 года, во время большой международной спортивной ярмарки, мы разговорились с представителями одного всемирно признанных иностранных футбольных клубов, занимающихся спортивной медициной, и с тренером одной из легкоатлетических национальных сборных. Оба хотели обсудить с нами вопрос о химических процессах, протекающих в организмах спортсменов, профессионально

занимающихся спортом и добивающихся высоких результатов. Естественно, в первую очередь мы говорили о стремлении добиться максимальной выносливости спортсменов и спортсменок, а также о стремлении к выдающимся спортивным результатам. Подобные беседы мы всегда начинаем с рассказа о первом в истории тестировании щелочной соли для ванн, созданной по разработанной нами рецептуре.

Когда соль была готова, супруги Ентшура поехали к друзьям в Австрию, чтобы провести там необычный опыт. Едва прибыв в пансион, они сразу же поднялись к одной из альпийских хижин. Подъём продолжался целых четыре часа. Супруги с ним справились, сделали получасовой привал и начали обратный спуск. Каждый любитель походов в горы знает, что спуск занимает гораздо больше времени, чем подъём. Через восемь с половиной часов супруги Ентшура вернулись в пансион, где их первым делом хорошенько отругали. Так поступают только неопытные тирольцы с равнины! Ведь скоро они начнут кричать от непереносимой боли в мышцах, от мышечных спазмов, ибо так было всегда со всеми обычными, не особо тренированными людьми, кто был столь же легкомысленен!

Час истины приближался. В номере не было ванны, поэтому супруги Ентшура воспользовались душевой кабиной. Они налили туда воды вровень с бортиком, добавили две столовые ложки соли для ванн, и получившимся щелочным раствором в течение пятнадцати минут обтирали друг другу ноги и спину. Затем они пошли ужинать. Боль не появилась ни вечером, ни ночью, ни на следующий день! У австрийцев глаза на лоб полезли от изумления! Поэтому неудивительно, что подобная информация дошла даже до чемпионов Европы по футболу и легкоатлетических сборных!

Всё вышесказанное - это обычная биохимия. Молочная кислота, количество которой в организме спортсменов выражается в необычно высоком показателе уровня лактата (соли молочной кислоты) от 12 до 15, - у обычного человека это содержание колеблется между 1,5 и 2,5 - после применения такой ванны, обтирания или обёртывания (при уровне рН 8,5) молниеносно выводится из мышц через кожу.

Статья Нэнни Иомихен

Целлюлит - это неприятное слово для любой женщины.

У одних «апельсиновая корка» появляется уже в подростковом возрасте, у других позже.

Лишь у 10% женщин целлюлит не появляется вообще.

А ведь выдающиеся атлетки тренируются по четыре часа в день, дополнительно занимаясь фитнесом, но факт налицо: они не всегда имеют суперфигуру и нередко так же страдают и целлюлитом...

Таким образом, в перерыве футболисты смогут привести себя в форму всего за 15 минут. Для этого нужен чётко определённый порядок действий. Лучше всего использовать переносной бассейн, в котором одновременно могут находиться 10 полевых игроков (сняв одежду и нижнее бельё). В воду нужно добавить достаточно соли для того, чтобы все игроки, поплескавшись и обтеревшись этим раствором, смогли быстро вывести кислоты. Уже через десять минут они снова будут в форме, и у них останется достаточно времени, чтобы выслушать указания тренера о тактике игры в следующем тайме, после чего можно одеваться и продолжать игру.

На выведение кислот влияет мировой закон осмоса об уравнивании концентрации - в данном случае высокой концентрации кислоты в мышцах и низкой концентрации кислоты в ванне. Этот закон отвечает за любую стабилизацию напряжения и других потенциалов. Мы используем различие рН-уровня 4,5 - 5,5 в мышечных клетках спортсмена, измученных молочной кислотой, и рН-уровня 8,5 в щелочной ванне.

Восстановительный период можно ещё больше сократить, если до начала матча игроки насытят организм достаточным количеством минеральных веществ. Тогда рН-уровень в клетках снизится незначительно. Образуется меньше не нейтрализованной

молочной кислоты, разъедающей мышечные волокна, что при дальнейшем напряжении может привести к небольшим ожогам и даже повреждениям мышечной ткани.

Предварительную (превентивную) минерализацию необходимо проводить минимум за два - три часа до спортивного соревнования, чтобы минеральные вещества могли быть вовремя переработаны и в дальнейшем использованы для нейтрализации кислот. рН-уровень мышечных клеток может снижаться до кислого как при проведении предварительной минерализации организма, так и без неё. Таким образом, от спортсмена (спортсменки) и, разумеется, от тренера зависит, будет ли его подопечный тренироваться в «кислом» режиме, или же начнёт принимать обогащённые энергией минеральные вещества для предотвращения этого. Всё в его руках: вовремя принять минеральные вещества и этим предотвратить боли в мышцах, переутомление, падение результативности и снижение выносливости, а также добиться хорошей физической формы, отсутствия болевых ощущений, высокой результативности и выносливости.

По словам профессора Зандера, при физическом перенапряжении молочная кислота попадает в коллагеновые волокна коллоидальных соединительных тканей, чтобы уровень крови не опустился до рН 7, так как это влечёт за собой быструю смерть. Чрезмерная нагрузка коллоидальных волокон кислотами, продолжающаяся в течение всей жизни, очень сильно вредит субстанциям кожи и мышц и, следовательно, нашей внешности. Коллагеновые же кремы практически не спасают ситуацию.

А сейчас нам снова представляется случай вернуться к проблеме выпадения волос. Вопреки всем теориям о том, что наследственная предрасположенность или гормональные факторы являются причиной преждевременного выпадения волос, головы футболистов и других спортсменов-профессионалов красноречиво указывают на то, что прежде всего надо говорить об избыточном количестве молочной кислоты, препятствующей росту волос у спортсменов и бодибилдеров. У спортсменов, занимающихся бодибилдингом, вдобавок образуется избыток мочевой кислоты вследствие усиленного потребления белков.

**Потеря волос и целлюлит
возникают у спортсменов
(спортсменок) из-за чрезмерных
занятий спортом.**

Волосыная луковица - это хранилище минеральных веществ, к помощи которого прибегают в первую очередь, как только возникает потребность в нейтрализации кислот.

Поэтому у многих мужчин начинает болеть голова, как только в организме образуются кислоты, - после чашки кофе, в результате переутомления, стресса, раздражения или неправильного питания. Организм **посылает эти кислоты к волосяным луковицам**, содержащим минеральные вещества, чтобы провести нейтрализацию. Головные боли продолжаются до тех пор, пока не завершится процесс нейтрализации. Если бы потенциал нейтрализации был сконцентрирован не в шевелюре, а, например, в ягодицах, то мы бы испытывали боль именно в них. Как только кислоты полностью перерабатываются минеральными и другими веществами (кстати, жизненно необходимыми для здоровья и долголетия), то головная боль начинает стихать и совсем проходит. Но это означает, что вскоре выпадут ещё несколько повреждённых волосинок. Это похоже на погибающие деревья, оказавшиеся на кислой почве после кислотного дождя.

При выпадении волос надо помнить о том, что между обменом веществ у мужчин и женщин есть отличие. Женщина имеет возможность сохранять на короткий срок поступающие кислоты в крови, лимфе, клеточной жидкости и плаценте; мужчина же должен перерабатывать поступающие кислоты самостоятельно. Поэтому именно мужчина является кандидатом на преждевременное выпадение волос, но никак не женщина! Когда в женском организме оказывается избыточное количество кислот, этот избыток тоже сохраняется, но уже не в крови, лимфе или плаценте, а как целлюлит на бёдрах, животе и предплечьях. Таким образом, целлюлит - это проблема сохраняемых кислот и шлаков, которую, к счастью, вполне можно решить! Для этого надо пить много соответствующего чая и нейтрализовать растворённые кислоты (бывшие целлюлитные шлаки), затем с помощью ежедневно выпиваемого литра-полтора воды и гимнастики выкачивать их, а также выщелачивать, используя щелочной уход за телом.

Характерно, что гимнастика и спорт помогают избавиться от целлюлита только в том случае, если шлаки предварительно успешно растворены, и растворенные кислоты так же успешно переработаны. Гимнастика и спорт без подобного растворения шлаков и нейтрализации кислот скорее усугубляют проявления целлюлита. Многим выдающимся спортсменкам это известно не понаслышке.

Проявления целлюлита усугубляются потому, что без нейтрализации кислот кислотный потенциал будет усиливаться в следствие сильных физических нагрузок, в результате которых образуется огромное количество молочной кислоты. Это количество кислоты не имеет возможности сохраняться в крови, лимфе, клеточной жидкости и плаценте. Организм вынужден нейтрализовать полученную кислоту, а затем образовывать соли и другие шлаки.

К сожалению, многие юные спортсменки ничего не слышали об этом механизме действия, поэтому удивляются, что, несмотря на тренировки, целлюлит не исчезает, а наоборот, даже увеличивается. Шлаки необходимо выводить! Для этого замечательно подходит травяной чай, а также богатый жизненно важными веществами, преимущественно вегетарианский рацион плюс энергетические минеральные вещества для нейтрализации кислот. Также чрезвычайно важно принимать регулярные щелочные ванны для выведения кислот через кожу. Эти ванны особенно действенны, если принимать их в течение часа или дольше.

У женщин, которые следят за фигурой, но при этом страдают от целлюлита, действуют те же законы, что у начинающих лысеть спортсменов. Проблема и тех, и других - в кислотах и образованных из них путём нейтрализации шлаков.

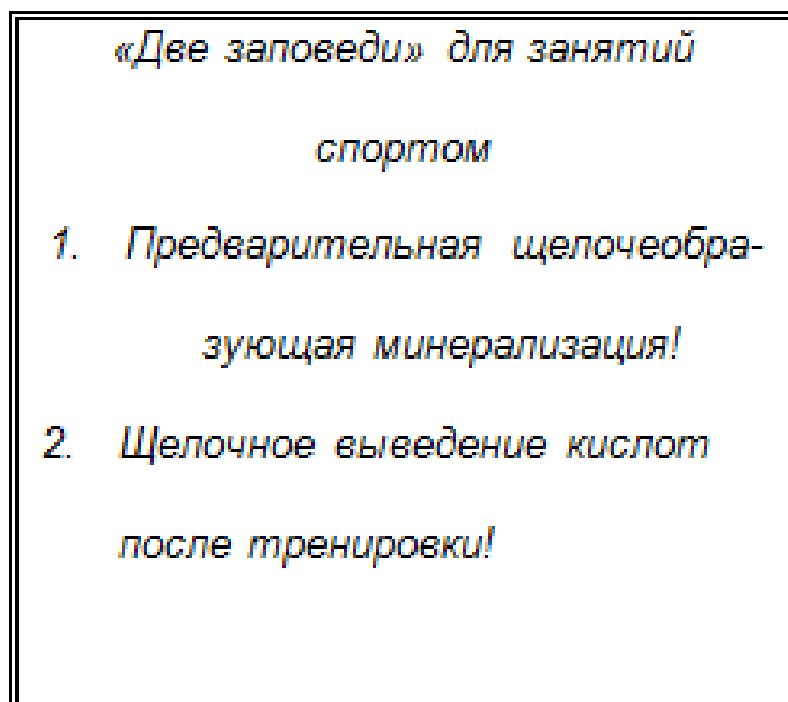
Важнейшие химические задачи для осуществления жизненных процессов у обоих полов:

1. Питание, обогащённое минеральными и витаминными веществами.
2. По возможности снижение количества поступающих кислот.
3. Растворение шлаков травяным чаем.
4. Нейтрализация кислот щёлочью и энергетическими минеральными веществами.
5. Вымывание водой.
6. Щелочной уход за телом для выведения кислот и шлаков через кожу (щелочные ванны, обтирания, обёртывания, массаж, промывания и т.д.).
7. Реминерализация энергетическими минеральными веществами.

Выполняя эти семь правил, можно добиться многого для восстановления здоровья и красоты спортсменов, а также для их выносливости и повышения результативности.

К своему удивлению и разочарованию, многие стройные спортсменки замечают на себе признаки целлюлита. Особенно это касается таких видов спорта, как гандбол, плавание и т.д., то есть тех, которые вызывают сильное и длительное мышечное напряжение. Получаемое в результате количество молочной кислоты обычно превышает аккумулирующие возможности крови, клеточной жидкости и лимфы, что ведёт к образованию целлюлитных шлаков.

Образования шлаков можно избежать раз и навсегда с помощью одного-единственного способа. Вернувшись домой, надо сразу же принять щелочную ванну (общую или сидячую) продолжительностью 15-30 мин., каждые пять минут обтирая мочалкой или щёткой ноги, спину, живот и бёдра. После приёма ванны молочная кислота полностью выйдет через кожу. Новообразованных целлюлитных шлаков больше нет, как нет мышечных болей и спазмов.



Если боли и спазмы всё же возникают, то этому есть только одно объяснение. Возможно, вы недостаточно долго принимали ванну или недостаточно интенсивно обтирались щёткой или мочалкой. Удаление оставшихся целлюлитных шлаков происходит с помощью испытанного метода «трёхступенчатого выведения шлаков»:

- чай для растворения шлаков;
- полноценная вегетарианская кухня и энергетические пищевые добавки для нейтрализации кислот, полученных после растворения шлаков
- обильное питьё
- щелочные ванны
- гимнастика, массаж
- горячие обёртывания, лимфодренаж и др. для выщелачивания и удаления шлаков.

Кстати, принимать щелочные ванны после тренировок или соревнований должны не только женщины, интенсивно занимающиеся спортом! Это также касается мужчин - боксёров, легкоатлетов, футболистов и бегунов. Такие методы помогут им сохранить в неприкосновенности волосы, которых организм лишается из-за того, что вследствие спортивных нагрузок образуется плохо поддающаяся переработке молочная кислота.

Но не только это! Выщелачивая молочную кислоту, спортсмен сохраняет способность к высокой результативности, которой он лишается, когда кислота разъедает мышечные волокна.

Вы уже задумывались над тем, что означает часто употребляемое в разных контекстах слово «выщелочен»? Так вот химически это означает, что полностью окислившийся организм пустил в ход **всю щёлочь**, чтобы нейтрализовать эти кислоты и остался без щелочи вообще, то есть произошло выщелачивание. А это – прямой путь к катастрофе. Если мы этого не хотим, и более того – хотим высоких спортивных результатов, нам выщелачивать свой организм никак нельзя!

Уход за телом - щелочной или кислый?

Со времен Древней Атлантиды вплоть до семидесятых годов прошлого столетия уход за телом был щелочным. А в 70-х годах он превратился в химически кислый. Что же верно - метод, которому около 10 000 лет или которому 25 лет? ***Человек 9 месяцев развивается в щелочной околоплодной жидкости матери. Околоплодная жидкость имеет уровень рН 8,5.*** Кожа новорожденного при рождении обладает щелочными характеристиками. А через кожу современного взрослого человека из организма выводятся кислоты. Это не кислотный защитный слой! На нормальной «щелочной» коже не может быть грибков, столь распространенных ныне (и прежде всего у мужчин). На нашей «кислой» коже с уровнем рН 4 - 6 они прекрасно себя чувствуют. Щелочной уход за телом побуждает сальные железы к усиленному выделению и смазыванию кожи, а щелочной показатель рН 8-8,5 способствует исчезновению грибка и пигментных пятен. Современный ослабленный и зашлакованный организм нуждается в особенной заботе, и в особенном УХОДЕ.

Раньше все мыли руки мылом, и никто от этого не страдал. В состав мыла входила щелочь! Раньше, ухаживая за стариками, использовали щелочное жидкое мыло с уровнем рН 9,5 - 10, и у них не появлялось пролежней! Также пролежней не будет, если из щелочной соли для ванны (или просто пищевой соды) приготовить щелочной раствор с уровнем рН ~ 8,5. Обтираясь два - три раза в день этим раствором, вы сможете вывести через кожу кислоты и шлаки.

Ещё 25 лет назад уход за телом был исключительно щелочным. Например, в Древнем Египте было озеро Натрун, вода которого содержала окись натрия (соду). Клеопатра и Помпея купались в щелочном, богатом минеральными веществами молоке ослиц. Не менее экзотично смотрятся и обильные обмазывания всего тела мужской спермой, так же широко практиковавшееся царственными особами не только в Др. Египте, но и в Др. Риме. А ведь рН мужской семенной жидкости 8,5 – т.е. такой же, как и у околоплодных вод! Таким образом, какой бы источник жизни человека мы не взяли, хоть с мужской стороны, хоть с женской, мы получаем ярко выраженную щелочную среду!

Уход за престарелыми:

Отсутствие пролежней при щелочном уходе/очищении кожи с помощью:

- щелочи, содержащейся в соли для ванн с уровнем pH 8,5

- щелочи, содержащейся в жидком мыле с уровнем pH 9,5-10

До недавних времён практиковался уход за телом и его очищение щелочным мылом с содержанием калия или натрия. Сегодня дела обстоят иначе. Например, кожу очищают очень «кислым» молочком с уровнем pH 5 а то и менее. Это в **сто раз кислее**, чем нейтральный показатель кожи pH 7, и более чем **в тысячу раз кислее** оптимального показателя pH 8 при щелочном уходе, а также в полторы тысячи раз кислее щелочного показателя околоплодной жидкости pH 8,5

По нашему мнению, в основе этого великого заблуждения лежит ошибочная гипотеза о существовании кислотного защитного слоя кожи. Мы считаем, что его нет. На самом деле, кислая среда кожи – **это следствие интенсивного и постоянного выведения через кожу кислых «отходов»**. Так называемый «кислотный защитный слой» на самом деле это скопившийся на коже химически кислый «мусор». Лосьон с уровнем pH 5,8 гораздо кислее, чем самые кислые кожные выделения больного человека. Разумеется, подобный лосьон **загоняет выведенные кислоты обратно в организм, вместо того чтобы нейтрализовать их или удалять**.

Определённо, за последние десятилетия кожа людей всё больше закислялась. Она постоянно должна была приходить на помощь организму, атакуемому кислотами и шлаками, чтобы удалять их. С показателями кислотности кожи дело обстоит так же, как и со многими другими показателями.

В среднем у человека происходит непрерывное повышение кровяного давления и холестерина, а также меняются другие «показатели». **Показатели, типичные для настоящего времени, раньше сочли бы за признаки настоящей или вот-вот наступающей болезни. Сегодня же эти показатели внезапно стали «нормальными» только потому, что теперь статистика говорит о таких показателях как о «повсеместно распространённых»**. А просто люди стали больше болеть! Фактически, с какого-то относительно небольшого возраста современный человек постоянно болеет...

***Кислоты и образованные из
них соли (шлаки) вызывают:***

- *кислые кожные выделения*
- *кожные аллергии*
- *кожный зуд*
- *угревую сыпь*
- *грибковые поражения*
- *потливость ног*
- *«горящие» ступни*
- *зубные бляшки*
- *зловонные выделения*

В результате недоразумения и уверенности в том, что кожа обладает специальным защитным кислотным слоем, была разработана целая линия средств по уходу за кожей, которые позиционировались как «нейтральные для кожи». При измерениях этих средств их рН- уровень был меньше 6. И никаких научных возражений не последовало в виду того, что просто напросто подобным низким рН- уровнем кожи обладает большая часть населения. Почему при этом не был принят во внимание рН кожи новорожденных – загадка, никак не объяснимая...

Наша гипотеза о том, что кислые шлаки выводятся через кожу, подтверждена положительным многолетним опытом использования щелочного мыла, щелочной соли для ванн и щелочного ухода за телом.

Возможности щелочного ухода за организмом многообразны. Их цель состоит в том, чтобы, следуя всемирному закону осмоса, побудить организм отдавать кислоты и шлаки из кислой среды клеток и соков в окружающую его щелочную среду.

Организм сделает это с большим удовольствием. Измерьте три раза кислотность воды в ванне! Показатель только что налитой воды - рН7,0. После добавления туда нескольких столовых ложек щелочной соли (или соды) показатель раствора повысится до рН 8,5. После пребывания в ванне человека рН-уровень воды упадёт до 7,5.

Таким образом, вода стала в десять раз кислее. Кислоты из организма выделились в воду. Мы получали сообщения, что, когда ванну первый раз принимают мужчины с особенно зашлакованным организмом, вода становится тёмно-серой!

Длительность щелочной ванны - не менее одного-двух часов.

Но и 3-х, и 4-х часовая ванны ни коим образом не повредят организму, а будут еще полезнее, чем 1-2-х часовые... Тут дело только лишь в привычке человека.

Если человек никогда не любил ванны в принципе, то сразу поместить его в 3-4-х часовую ванну нельзя, ибо это может вызвать у него чисто психологический дискомфорт и стресс. У нас есть сведения, что люди принимали щелочные ванны даже по 9 часов, причём их кожа не сморщивалась. Совсем наоборот! При уровне pH 8,5 она покрывается выделениями из сальных желёз. Этим кожа отталкивает воду. То есть, вследствие усиленной работы сальных желёз наблюдается водоотталкивающий эффект и, следовательно, контакт кожи и воды сводится до минимума.

Обратный процесс мы наблюдаем, принимая ванну с обычной пеной. В такой ванне кожный жир смывается активными моющими субстанциями (прежде всего это лаурилсульфат натрия или лауретсульфат натрия). Поэтому в пенной ванне кожа интенсивно контактирует с водой. Таким образом, щелочные ванны можно принимать при относительно низких температурах и гораздо дольше, чем пенные ванны, и при этом не замерзнуть (ибо сальный слой оказывает еще и согревающий эффект). Рекомендуемая температура купания должна соответствовать температуре тела или немного превышать её, ~ 38 - 41°C. При расширении вен и сосудистых звездочках мы рекомендуем для ножных ванн температуру воды 25- 28°C. Следует соблюдать одно практическое правило: **чем выше степень тяжести болезни расширения вен, тем ниже должна быть температура ножной ванны.** При расширении вен мы настоятельно рекомендуем применять через день ледяной компресс и щелочные носки. Действие щелочных носков можно усилить при помощи экстракта из конских каштанов.

Щелочная ванна для ног.

Продолжительность:

от 30 мин. до 3 часов

Рекомендуется при:

- расширение вен /сосудистые звездочки*
- трофическая язва голени /грибок ступней*
- ногтевой грибок /бородавки*
- мозоли /пяточная шпора*
- отеки*
- выведение шлаков*
- выведение токсинов*
- начало любого «осторожного выведения шлаков»*

Возвращаемся к отличиям кислого и щелочного ухода за телом.

Кожа – орган, через которое кислоты выводятся из организма. Любому, кто знаком с химией, очевидно, что быстрее всего это может происходить именно в щелочной среде, ибо кислоты, выйдя на кожу, тут же нейтрализуются, освобождая место для следующей порции. Используя же химически кислое молочко для тела или гель, мы воздействуем на желающие выйти наружу кислоты со средним уровнем рН 6,8 - 6,4 с помощью своего рода «кислотного бича», имеющего уровень рН 5,5 - 5, и тем самым **загоняем кислоты обратно**. Опять осмос! Только теперь уже с другой стороны! Теперь эпидермис тоже практически не содержит кислот - но только временно. Вскоре кислоты и шлаки снова хотят выйти наружу, и человек опять чувствует потребность в очищении. Поэтому мы принимаем душ два-три раза в день. Мы тщательно обезжириваем кожу пеной, а потом смазываем «кислым» кремом. Это препятствует полноценной работе сальных желез и нарушает их выделительную функцию.

Сегодня «кислый» уход за телом иногда доводят до крайности тем, что в косметических институтах применяются кремы с так наз. фруктовыми кислотами. Такие кремы имеют показатель рН ~ 3,7 - 3,5. После их использования ни в коем случае нельзя принимать щелочные ванны с показателем рН 8,5 или выше. Точно так же и наоборот: после щелочных процедур не следует применять средства с уровнем рН менее 3. После щелочной процедуры с показателем рН 8 подобный кислый компресс с уровнем рН 3, что в сто тысяч раз кислее, стал бы настоящим кислотным шоком. Такой шок, перенесённый кожей, сродни тому, как если бы человека, спасённого во время песчаного бурана, посадили с его повреждённой песком кожей в ванну с температурой воды выше 40°C.

Исходя из опыта, кожа без проблем переносит тысячекратные химические «скачки», то есть до трёх уровней шкалы. Это подтверждает использование кремов с фруктовыми кислотами, имеющими показатель рН ~ 3,5. Если взять средний показатель кожи как рН 6,5, то ясно, что эти кремы в тысячу раз кислее. Поэтому они не подходят для длительного применения! Но ведь именно это и происходит!

Для постоянного ежедневного ухода гораздо более разумно использовать щелочные методы: щелочные ванны, обтирания, компрессы и спринцевания. Такой уход способствует удалению кислот и шлаков и активизирует работу сальных желез. В результате кожа будет покрываться их выделениями, и смягчаться - в противоположность «кислому» уходу за телом, при котором рано или поздно развиваются кожные аллергии, зуд, чувство жжения, шелушение кожи - то есть все возможные последствия ухода, противоестественного и неправильного с химической точки зрения.

С появлением этой дикой теории «кислотного защитного слоя» всё как бы сравнялось - кислая кожа (из-за выделяемых кислот и шлаков) и «кислые» средства по уходу за телом. И что мы имеем? А то, что в кислой среде активно развиваются грибки, ведь это их родная среда! Появлению грибка на коже, ступнях, на ногтях, а также – что гораздо более страшно - в крови и в лимфе, способствует постоянная подпитка кислой кожной среды «кислыми» средствами по уходу за телом. Неудивительно, что заражение грибом эпидермиса и слизистой принимает масштабы эпидемии. Идеальные условия для кожного грибка - это среда с уровнем рН 6 - 3,5.

Щелочной уход за телом способствует:

- выведению кислот
- выведению шлаков
- смягчению кожи кожным салом
- дезодорации
- исчезновению кислой среды,
благоприятной для грибков
и лишаяев

Несмотря на это, для борьбы с грибками, скажем, половых органов часто советуют использовать кисломолочные йогурты, а с грибками ступней - уксус. Подобные меры могут даже привести к успеху, но на короткий срок! В данном случае клин вышибают клином.

В кислой кожной среде развиваются грибки -

микозы:

- кожные грибки
- грибки ступней
- грибки ногтей
- грибки крови
- грибки половых органов

Токсины, выделяемые грибками при обмене веществ, напр. уксусный альдегид, афлатоксин, приводят к нарушениям нервной системы:

- легастения
- агрессии
- пассивность
- депрессии
- гиперактивность
- паразитическое поглощение энергии

Для жизни человека оптимальной является температура окружающей среды 20 - 25°C, его кровь «живёт» при показателе рН 7,25 - 7,45, грибок - при показателях рН 3,5-6. Человек не любит жить там, где подолгу слишком холодно или слишком жарко. Он избегает таких некомфортных мест. Так же можно избавиться от грибка, создав для него некомфортные щелочные условия. Щелочь способствует выведению из кожи кислот, столь необходимых для жизни грибков. Таким образом, человек выздоравливает, а грибок лишается условий, пригодных для существования.

Особенно сильно грибок ступней и ногтей распространён в регионе Тайвань - Сингапур - Гонконг, где даже получил собственное название «Hongkong-Feet» («ноги из Гонконга»), что говорит о высокой степени тяжести и широком распространении этого недуга. В беседе с китайскими коллегами выяснилось, что этой напастью страдают в основном мужчины. Тайваньские коллеги быстро поняли, почему грибковыми заболеваниями практически не страдают женщины, регулярно избавляющиеся от кислот и шлаков. Мы попытаемся помочь этому региону разработанными нами методами и рецептами.

Щелочной уход за телом особенно эффективен в летнее, тёплое время, а также для людей, которые много потеют, или имеют ранки, потёртости и др. Щелочной уход начинается с утреннего прохладного обмывания и растирания торса и затылка. Налейте в таз или другую ёмкость прохладную воду и добавьте туда полную столовую ложку щелочной соли для ванн или просто пищевой соды. Хорошо умойтесь этой водой, прополощите горло, разотритесь. Для лучшего эффекта подержите в этом растворе кисти рук. Одновременно сделайте специальные упражнения - крепко сожмите руки в кулаки, затем разожмите и пошевелите пальцами, и снова сожмите; проделывайте эти упражнения в течение пяти минут, не вынимая руки из воды.

Дальше наступает очередь нижней части тела. Посидите в чуть тёплой воде с добавлением чайной ложки щелочной соли для ванн или соды, проспринцуйтесь ею, обмойтесь. Такой щелочной защиты хватает надолго, даже в жару.

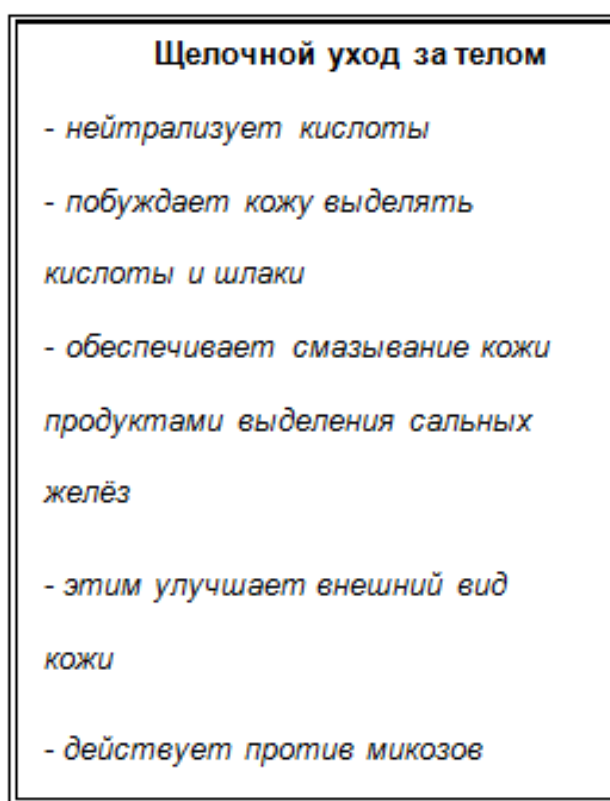
Если же в полдень или во второй половине дня вы снова вспотеете, то можно принять сидячую освежающую ванну, добавив туда столовую ложку щелочной соли для ванн или соды. Тело несколько раз обтирают этим раствором, используя жёсткую мочалку или перчатку для мытья. Больные и пораженные места можно только смачивать, но не натирать! Зачастую они затягиваются после нескольких приёмов кратковременных щелочных сидячих ванн.

После ванны капли воды с тела обтирают руками, затем телу дают обсохнуть, не вытираясь, чтобы впиталось как можно больше щелочной воды. Это защитит тело от потения до конца дня. Больные места промывают проточной водой. Даже в самую сильную жару при подобном уходе кожная среда не закислится, а останется щелочной.

Перед сном сделайте ванну для ног (30 мин. или дольше). Для этого в чуть тёплую воду добавьте столовую ложку щелочной соли для ванн или соды. Жёсткой мочалкой разотрите ступни и пальцы. При проблемах с кожей, трофической язве, тромбозах, воспалении вен и выраженном расширении вен оботрите ноги просто рукой.

Подобный щелочной уход надолго защитит вас от грибков, ведь они могут существовать только в кислой среде с уровнем рН 4 - 6.

При тяжёлом грибковом поражении кишечника очень эффективен метод под названием «клещи»: утром и вечером выпивайте стакан щелочного питья. Для его приготовления в травяной чай или минеральную воду без газа добавляют соду в количестве 1/5 – 1/4 чайной ложки. Также подходят такие средства, как «BullrichVital», пищевая сода «KaiserNatron», «MeineBase» и др.



Раз в неделю делают клизму из одного литра травяного чая, охлаждённого до 36 - 37°C, добавив туда щелочную соль или соду в количестве чайной ложки. Таким образом, кишечный грибок попадает «в клещи» сразу с двух сторон - орально и анально.

Температура воды для ванны имеет большое значение как для нашего субъективного самочувствия, так и для объективной эффективности щелочных ванн. Освежающие сидячие ванны должны или могут иметь температуру 25 - 28°C. Подобные низкие температуры особенно подходят для жаркого лета. В других случаях мы рекомендуем температуру, соответствующую температуре тела - 36 - 37°C. Следует заметить, что, принимая ванну в течение 30 - 60, или даже 120 минут, тёплую воду добавлять не обязательно. Удивительно, что температура воды обычно колеблется лишь в пределах одного - двух градусов, даже если вы лежите в ней 1-1,5 часа.

Температуры выше, чем температура тела, ослабляют организм, в то время как температура воды, которая ниже температуры тела на один - два градуса, положительно кондиционирует и укрепляет иммунную систему. Тем не менее, существуют некоторые обстоятельства, когда тёплую воду добавлять необходимо. В чугунных ваннах вода остывает быстрее, чем в ваннах из искусственных материалов. Также важно, в каком помещении установлена ванна - в тёплом или холодном. Надо лишь следить за тем, чтобы вода не слишком нагревалась, что может негативно повлиять на процесс кровообращения.

Организм вырабатывает тепло, если температура окружающей среды ниже температуры тела и, наоборот, охлаждает себя, когда температура окружающей среды

выше температуры тела. Если мы заставим организм вырабатывать тепло, он будет теплым в течение долгого времени. Люди, проводящие много времени в тёплых помещениях и в тёплых ваннах, вынуждают организм самоохладиться для уравновешивания температур. Поэтому не стоит удивляться тому, что они постоянно мёрзнут! Впрочем, каждый руководствуется своими ощущениями и проводит в ванне столько времени, сколько ему нравится. Организм и его ощущения - вот что показывает нам, насколько правильным и подходящим именно к данному моменту является наше поведение.

Однажды мы провели опрос среди своих клиентов, как долго они предпочитают принимать ванну. Результаты были следующими: 15% опрошенных - один час, 40% (и это абсолютное большинство) - два часа. 15% проводят в ванне по 3 часа, а остальные 10% - 4, 5 и даже 6 часов. Мировой рекорд - 9 часов - принадлежит женщине-терапевту из Дюссельдорфа. Она рассказала, что через 4,5 часа ненадолго вышла в туалет, а затем снова легла в ванну. Таким образом, в общей сложности она провела там 9 часов, медитируя и читая книги. После ванны у неё стала чудесная кожа и восхитительное ощущение во всём теле. И что было для неё особенно удивительно: за девять часов кожа совершенно не сморщилась!

Таким же эффектом обладают длительные ножные ванны. Поначалу мы рекомендовали принимать такие ванны от 15 до 30 минут, пока одна женщина из Гамбурга не научила нас кое-чему лучшему. Госпожа Неельс рассказала, что услышала о нашей соли для ванн. Прочитав рекомендации, она посчитала, что время, отведенное для ванны, слишком мало. Тогда она решила сама поэкспериментировать с длительностью ванн. В то время она страдала от ревматизма ног, который ничто и никто не мог вылечить. Ревматические боли исчезли после трёхнедельного приёма 2-3-часовых ножных ванн. После этого она решила продолжить процесс. День за днём в течение трёх месяцев она принимала ножные ванны длительностью не менее часа, обычно 2-3 часа. Так она избавилась от расширения вен.

Этот счастливый результат, которого не всегда можно достигнуть, тем не менее, заставил нас задуматься. При выведении шлаков, солей и токсинов через ступни важную роль играет продолжительность приёма ванн. Мы смогли проверить это на своём собственном теле, а именно на ногах, где были видимые следы старого военного ранения, и где имелись шлаковые отложения. После принятия ванн мы почти полностью избавились от них.

При выведении шлаков с помощью ванн важную роль играют два критерия: во-первых, вода должна иметь показатель жизни, т.е. показатель околоплодной жидкости в чреве матери - pH 8,5; во-вторых, ванну нужно принимать не менее 1 - 3 часов. Для улучшения процесса выделения за полчаса до приёма ванны можно выпить стакан травяного чая или щелочной воды. Вода должна быть обогащена энергией и либо профильтрована, либо левитирована (пропущена через невесомость), либо это осмосная вода. Это растворит шлаки, и во время приёма щелочной ванны растворённые кислоты, токсины и вредные вещества быстро удалятся через кожу.

Если организм буквально «нашпигован» шлаками или токсинами, то вместе с выпиваемой водой рекомендуется принимать богатые энергией минеральные вещества

(посредством приема специализированных БАД'ов). При обмене веществ они помогают осуществлять процессы нейтрализации и выведения.

Способы щелочного ухода

Общие щелочные ванны

Продолжительность 60 - 120 минут и дольше.

Через каждые десять-двадцать минут кожу обтирают жёсткой мочалкой. Кожа - это вспомогательная почка организма. Воспользуйтесь её выделительными возможностями! Помимо выведения шлаков и токсинов, щелочные ванны также подходят для быстрого заживления резаных и колотых ран.

При боррелиозе и отравлениях тяжелыми металлами также рекомендуется принимать продолжительные щелочные ванны. Предварительно следует усилить обменный потенциал полноценным вегетарианским питанием и энергетическими пищевыми добавками.

Интересно, что по нашим замерам вода в ванной после завершения процедуры становится более, чем в 10 раз кислее начального уровня. Вот такое количество кислот выходит из организма...

Щелочная сидячая ванна

Продолжительность 15 - 30 минут.

Летом (в жаркую погоду) 5 - 15 минут, чтобы освежиться, температура воды 25 - 28°C. Дать щелочной воде высохнуть на теле. Щелочные сидячие ванны особенно помогают при плохо излечивающихся проблемах кожи в области гениталий и анального отверстия.

Щелочной душ

После того, как вы приняли душ и слегка вытерлись, следует нанести щелочную соль для ванн или соду на мочалку (варежку) и обтереть ею тело. Дать некоторое время для воздействия, затем принять короткий душ, но с сильным напором. Либо можно просто дать щелочной воде высохнуть на теле.

Щелочная ванна для ног

Продолжительность от 30 - 60 минут до 4 часов.

Как правило, для ножных ванн берут тёплую воду. Однако есть люди, которые лучше переносят чередующиеся ванны; например, после тёплой ванны, перед сном ненадолго опускают ноги в холодную воду.

Нога (ступня) - это вспомогательная почка.

Щелочная ванна для рук

Каждое утро в течение 3 - 5 минут. Эта процедура сделает руки красивыми и ухоженными. В холодной воде растворить щелочную соль или соду полную столовую ложку. Шлаковыводящий эффект поддерживают специальными упражнениями для пальцев, а также их массажем и растиранием специальной щёткой.

Щелочной уход за половыми органами и анусом

Оказывает долговременное благотворное действие. Проводится в ванне, душе или на биде. Особенно важно в тёплое время года! Щелочную воду не смывать, а дать высохнуть самой. Необходимо поддерживать щелочную среду на слизистой оболочке женских половых органов. Опытные акушерки рекомендуют женщинам сидячие щелочные ванны для ухода за гениталиями. Ноги широко расставляют, при этом следует быстро напрягать и расслаблять брюшную мускулатуру. Это упражнение способствует тому, что щелочная вода проникает вглубь гениталий и очень эффективно выводит через слизистую кислоты, токсины и вредные вещества.

Поскольку у женщин мочеиспускательный канал короче, чем у мужчин, то у них чаще возникают проблемы из-за внезапных сильных позывов к мочеиспусканию. Зачастую причиной этому служит повышенная кислотность мочи. В этом случае быстро помогает стакан воды с чайной ложкой соды (вровень с краями, без горки). При проблемах с мочевым пузырём помогает чайная смесь из 20 г листьев медвежьих ушек, 20 г листьев крапивы и 10 г листьев перечной мяты. Для приготовления литра чая столовую ложку травяной смеси ошпарить кипятком. Настаивать 2 - 3 минуты, процедить через ситечко.

Щелочная дезодорация

Немного щелочной соли или соды втереть в вымытые влажные подмышечные впадины. Дать ей высохнуть. Также рекомендуется при грибковых поражениях ногтей на руках и ногах!

Щелочные носки

Столовую ложку щелочной соли для ванн с горкой (или соды) насыпать в 1 литр воды с температурой 36 - 37°C, дать раствориться.

Пропитать раствором толстые шерстяные (или, если нет шерстяных - хлопчатобумажные) носки. Выжать их и надеть на ночь. Носки должны быть на размер больше обычного размера вашей обуви. Сверху влажных носков надевают сухие носки. Носки не должны быть тесными и сдавливать ноги. Если ноги холодные, можно использовать грелку. Другой вариант – более мощный. Носки не выжимать, а сразу сверху замотать их пищевой пленкой.

Щелочные носки и щелочные чулки (с захватом икроножных мышц) следует надевать на ночь каждому перенесшему инфаркт сердца или инсульт. С помощью этой меры, способствующей оттягиванию кислот от грудной клетки и головы, вы снизите риск возникновения второго инфаркта или инсульта.

Щелочные перчатки

Столовую ложку соды развести в 0,5 литра воды с температурой 36 -37°C. Далее процедура та же, что и при подготовке носков. Использовать вязаные шерстяные перчатки, сверху варежки.

Щелочная рубашка

Столовую ложку щелочной соли для ванн (вровень с краями) или соды развести в 1 литре воды с температурой 36 - 37°C, положить туда хлопчатобумажную водолазку с

длинными рукавами; далее процедура та же, что и при подготовке носков. Надеть на ночь выжатую водолазку, сверху надеть 1 - 2 удобные сухие ночные рубашки или др., чтобы не простудиться. К утру водолазка, носки и перчатки обычно высыхают.

Щелочной компресс

Столовую ложку щелочной соли для ванн или соды развести в 0,5 - 1 литре воды с температурой 36 - 37°C. Положите тёплый влажный компресс, сверху хорошо укройте чем-нибудь тёплым и сухим.

Щелочной компресс:

- *псориаз*
- *нейродермит*
- *аллергии*
- *ишиас*
- *печень*
- *затылок/ голова / лоб*
- *легкие*
- *низ живота*
- *постклимактерический период*
- *послеоперационный период*
- *во время беременности*
- *колени*

Щелочной массаж

Смешать немного щелочной соли или соды с количеством массажного масла, необходимым для одной процедуры, и нанести на кожу. Массировать следует только в том направлении, в каком происходят в вашем организме процессы выделения - ни в коем случае не наоборот! Особенно рекомендован по возможности ежедневный общий массаж спины с привлечением плечей, живота и бёдер.

К сожалению, такой массаж нельзя сделать самостоятельно. Нужна помощь. Места, которые подвергнутся массажу, надо увлажнить теплой водой. Затем посыпать их щелочной солью для ванн и растирать так интенсивно, как это переносит пациент. При этом кожа должна покраснеть.

Образовавшемуся щелочному раствору можно позволить высохнуть самому, или же под конец обработать кожу мокрой и тёплой мочалкой, а потом вытереть насухо.

При стойких лишаях на теле или даже на лице помогает втирание щелочной соли в слегка увлажнённую кожу. Несколько дней будет жечь, и кожа сильно покраснеет. Но через одну - две недели лишай исчезнет навсегда.

Щелочной уход за зубами

Вместе с приёмом внутрь минеральных веществ предотвращает появление кариеса.

Для чистки зубов насыпьте на увлажнённый указательный палец немного щелочной соли или соды и осторожно натрите зубы и дёсны, потом обильно прополощите рот и горло, добавив в воду для полоскания щепотку щелочной соли для ванн или соды. Также можно добавить щепотку этой соли в стакан, в котором вы ночью храните зубной протез.

Разумеется, щелочную соль для ванн можно насыпать на влажную зубную щётку. Для этой цели хорошо подойдёт солонка с единственным отверстием на заострённой крышке.

Щелочное промывание носа

В стакан воды, нагретой до 36 - 37°C, добавить щелочную соль для ванн на кончике ножа, растворить, взять в пригоршню и втягивать щёлочь, пока она не попадёт в глотку. Такие промывания очищают и поддерживают в здоровом состоянии внутричерепные, гайморовы и лобные пазухи, и усиливают сопротивляемость черепной полости, ротовой полости и глотки. Щелочные промывания носа важны при всех проблемах глаз, ушей и мозга.

Щелочная маска для лица

В небольшое количество воды с температурой 36 - 37°C добавить чайную ложку щелочной соли вровень с краями или соды и смешать с лечебной грязью для наружного употребления. Кашицеобразную массу нанести на лицо на полчаса, затем смыть.

Такая щелочная маска помогает решить многие проблемы с кожей лица и тела, особенно при куперозе (нарушении кровообращения в кожном покрове). При куперозе маску готовят не на воде, а на миндальном масле.

При угревой сыпи (акне) также показаны паровые ванны с ромашкой и другими травами. Все они содержат щёлочь.

Щелочной уход для детей

В детской ванночке (примерно на 20 литров) размешать чайную ложку щелочной соли с горкой (или соды). Такое купание не обезжиривает нежную детскую кожу и не щиплет глаза. Оно подходит и для чувствительной кожи. Ничего страшного не случится, даже если ребёнок нечаянно глотнёт этой воды.

Щелочное питьё

Немного щелочной соли или пищевой соды – где-то 1/4-1/5 чайной ложки добавить в стакан теплой водопроводной воды или минеральной воды без газа, хорошо размешать и сразу же быстро выпить.

Такое щелочное питьё незаменимо при сильном закислении органических жидкостей и тканей. Для большей эффективности в него можно добавить энергетические минеральные вещества.

Щелочь быстро нейтрализует кислоты, вызывающие боли. Чтобы воздействовать на желудок, питьё следует принимать маленькими глотками. Для воздействия на организм в целом, чтобы защититься от заболеваний грудной клетки, подагры, инфаркта сердца, стакан этого питья нужно выпить залпом.

Риски и помощь

После принятия щелочных ванн у людей, страдающих аллергией, нейродермитом или псориазом, в редких случаях может возникнуть раздражение кожи, зуд и т.д.

Обычно организм этих людей настолько отравлен и зашлакован, что при приёме щелочной ванны огромные количества токсинов и шлаков начинают прорываться к выходу, и остаются в эпидермисе. Тогда кожа может зудеть так сильно, что несчастные расчёсывают её до крови.

В этом случае быстро помогает, если в конце процедуры промыть зудящие участки кожи слабым кислым раствором. На пять литров воды добавить 150 мл РАЗЛИВНОГО хлебного кваса или две столовые ложки фруктового уксуса, и промыть этим раствором участки тела, причиняющие мучения.

Кислая среда с уровнем pH 5 - 6 выведет из эпидермиса кислоты, токсины и вредные вещества, и отправит их вниз, в жировые и соединительные ткани. Зуд быстро исчезнет.

Таким больным так же очень помогут кислые обтирания в течение дня. Для этого готовят травяной чай. На пол-литра чая берут ложечку фруктового уксуса. Этой смесью кожу смачивают или делают из неё компресс.

Людям, в организме которых содержится большое количество токсинов и шлаков, надо принимать продолжительные щелочные ванны для ног, что поможет вытянуть яды и шлаки через ступни.

Чистка ванн

Нам часто говорят, звонят и пишут, что после продолжительных щелочных ванн на блестящей до этого поверхности самой ванны образуется кайма или шероховатый осадок. Здесь многое зависит от жёсткости воды. При жесткой воде образуется осадок, похожий на кальциевое мыло.

Эта проблема решается просто: спустив воду, почистите ванну чистящим средством на основе уксуса, или добавьте ложечку уксуса в воду для чистки.

Примечание редактора

Пожалуй, эта глава - самая важная. Ведь главное в любой системе - иметь полный список методик, а уж там интуиция

выведет на правильные пропорции, частоту делания тех или иных процедур и т.д. - тем более что тестовые полоски для измерения рН нам сейчас доступны (<http://shop.predtechy.ru/obor/2711/>).

Причем, в практическом плане тут нужно учитывать еще один важнейший нюанс: немецкие авторы всю практическую часть строят на своей «щелочной соли» для ванн.

У нас в России этой соли нет. Заказывать её из Германии получается очень дорого – порядка 700р. За пачку. И это притом, что наша общедоступная щелочная соль – сода – стоит всего 15 рублей...

Следовательно, нам нужно более детально понять соду как такой вот оздоровительный продукт, лежащий в основе целой системы поддержания здоровья.

Поэтому я у себя на сайте сделал отдельную страничку, посвященную соде, где собираю все интересные материалы по соде.

Вот эта страничка: http://www.alg-massage.ru/ph-system_perepiska.htm

На данный момент там собрано немало материалов из самых разных источников, прежде всего, конечно же материалов, собранных Александром Тимофеевичем Огуловым.

Информация на этой страничке постоянно обновляется и я буду благодарен всем, кто поделится какой-то новой информацией о соде.

И вообще нам в России необходимо нарабатывать свои методики щелочного оздоровления, основанные на наших травах и наших реалиях.

Скажем, в плане шлакорастворения мощнейшим элементом является висцеральная хиропрактика – о которой немецкие авторы ничего не знают. И потому нам самим нужно собирать данные по использованию «висцералки» для эффективного шлакорастворения.

Да и вообще традиции народной медицины в России, пожалуй, и поглубже и помощнее будут, чем в Германии. Нам надо пробовать, экспериментировать и собирать где-то эту информацию, чтобы она была доступна всем в любое время.

Для этого я завел у себя на сайте страничку с перепиской по практике щелочного оздоровления.

Вот эта страничка: http://www.alg-massage.ru/ph-system_perepiska.htm

Я буду очень признателен всем, кто будет делиться своим опытом использования щелочных методик.

Все мои контакты есть на моём сайте: <http://www.alg-massage.ru/kontakt.htm>

Химия выведения шлаков

Шлак - это химически нейтральная соль, нейтрализованное соединение минерального вещества с кислотой. Если нарушить эту связь, то нейтрализованная и связанная кислота снова станет свободной и активной. В этом отношении каждое растворение шлаков - это освобождение прежде связанных кислот и токсинов.

Богатые энергией минеральные вещества должны заново нейтрализовать каждую кислоту и каждый токсин после их растворения из химически нейтрального шлака, чтобы в виде соли удалить их из организма вместе с мочой или через кожу.

Если параллельного растворения шлаков и нейтрализации кислот не происходит, то наступает кризис выведения шлаков. В этом случае может начаться заимствование минеральных веществ из собственных запасов организма.

Кризисов выведения шлаков можно избежать, выпивая каждый день как минимум одинаковое количество воды и шлаковыводящего чая. Вообще количество потребляемой воды может превышать количество шлаковыводящего чая в 1 -2 раза.

Упущение Самуэля Ханеманна:

Самуэль Ханеманн обучал только первому из трёх необходимых шагов для действенного выведения шлаков и токсинов:

- растворению шлаков и токсинов

Отсутствуют:

- Нейтрализация

- Вымывание / выведение

Возможные последствия:

- лечебный кризис

- первичные осложнения

- фазы реакции

Если взглянуть на историю человечества и, в частности, на историю медицины, то видно, что голодание сопровождает человека с незапамятных времён. Есть сведения о том, что ещё в давние времена люди голодали один или несколько раз в год. Они уходили в пещеры или пустыни, пили воду и медитировали. О кризисах голоданий сведений нет. На рубеже тысячелетий давайте вспомним знатока тела и методов лечения Самуэля Ханеманна. Он открыл новую возможность растворять шлаки и токсины - гомеопатию. Из

тех времён нет никаких сведений о появлении осложнений после применения его средств. Сегодня всё обстоит иначе. При ухудшении состояния здоровья после применения гомеопатических средств его ученики говорят о лечебном кризисе и фазе реакции организма. Может быть, великие постники прошлых тысячелетий о чём-то умолчали? И Самуэль Ханеманн скрыл от нас часть знаний? Почему у них не было проблем, когда они только пили и растворяли шлаки силами гомеопатии?

Мы полагаем, они делились лишь той информацией, которой располагали в свое время. В организмах их современников не было такого количества токсинов, и шлаков было не в пример меньше, чем у людей современной цивилизации. Если растворять шлаки в организмах современных людей только с помощью гомеопатии или травяного чая, то организм наводнят как потоки кислот, нейтрализованных из шлаков, так и потоки нейтрализованных токсинов, полученных из ядов и кислот как результата распада шлаков.

Терапевт, растворяющий кислоты и шлаки, как будто тычет палкой в осиное гнездо. Сегодня, чтобы эффективно и без осложнений избавиться от шлаков, необходимо осуществлять три параллельные биохимические меры. Поэтому мы говорим о «ТРЕХСТУПЕНЧАТОМ ВЫВЕДЕНИИ ШЛАКОВ».

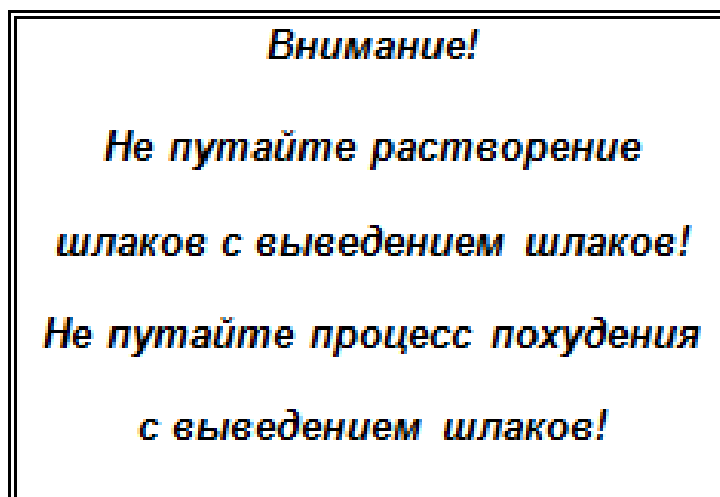
Выведение шлаков

*Растворение шлаков - это
растворение отложенных солей.
Оно означает пробуждение до сих
пор нейтрализованных кислот и
токсинов. Это лечебный кризис,
т.е. кислотный кризис! Необходимо
нейтрализовать кислоты и
вымыть из организма кислоты и
нейтральные соли.*

Первый шаг - это расщепление шлаков на минеральный элемент и кислотный остаток.

Новую жизнь кислоты и токсины получают, например, при проведении курса голодания в сочетании с приёмом травяного чая, что вызывает различные кризисы голодания. Этот феномен, возникающий при растворении шлаков и токсинов, встречается и в гомеопатии; в этом случае говорят о первичных осложнениях или лечебных кризисах. Кризисы голодания, лечебные кризисы, первичные осложнения - всё это не что иное, как наводнение организма и его жидкостей растворёнными кислотами и токсинами. Ухудшение самочувствия или кризисы продолжаются до тех пор, пока не произойдёт нейтрализации кислот и их выведения. В худшем случае они снова отложатся в

организме. Чтобы этого не случилось, после этапа растворения шлаков и последующего пробуждения бывших кислот необходимо незамедлительно перейти ко второму этапу.



Второй этап заключается в нейтрализации кислот и токсинов с помощью специально подобранных энергетических минеральных веществ.

Поэтому наряду с любым курсом шлаковыведения, - надо обязательно перейти на полноценное вегетарианское питание, а также принимать большое количество энергетических минеральных веществ для нейтрализации кислот и токсинов.

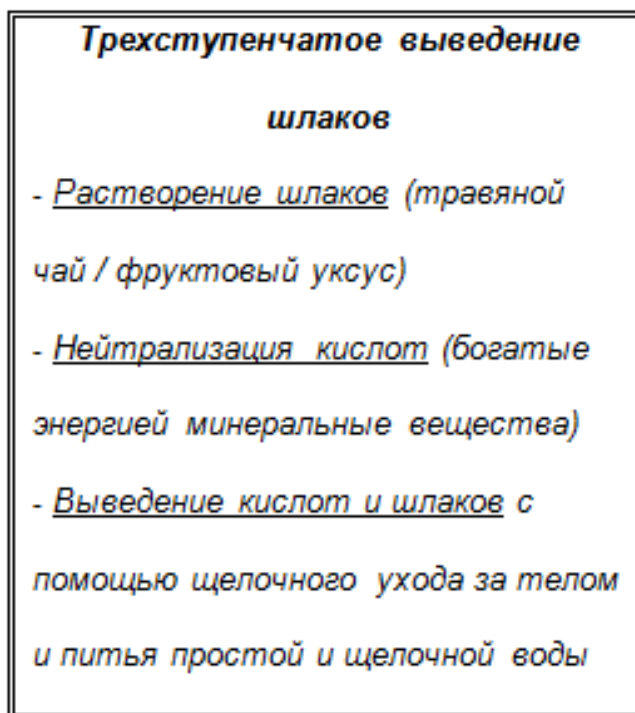
Третий этап – выведение нейтрализованных токсинов.

Для вымывания растворённых вредных веществ и заново нейтрализованных кислот и токсинов голодающему (или выводящему шлаки) необходимо транспортное средство. Единственным подходящим средством является вода. Подойдёт мягкая водопроводная питьевая вода, а также лечебная минеральная вода с низким содержанием минеральных веществ. Воду можно улучшить энергетически (ибо хлор разрушает нормальную магнитную энергию воды). Для этого на несколько часов поставьте её на солнце, или взвихрите по Шаубергеру. Для улучшения магнитных качеств воды за 1 - 2 часа до питья опускайте в стакан магнитный стержень.

При недомоганиях, болях или приступах, вызванных кислотами и токсинами, зачастую уже одно только достаточное питьё воды приносит облегчение и улучшает самочувствие. Если дело обстоит именно так, то обязательно начинайте процесс выведения шлаков.

Далее следует учесть, что при таком курсе выведения шлаков основная нагрузка приходится на органы выделительной системы и кожу. Чтобы не перегружать их и не допустить нового отложения нейтрализованных солей в шлаки, следует поддержать печень щелочными компрессами, а кожу – как можно более долгими щелочными ваннами - общими и ножными (1-3 часа).

Необходимо основательно исполнять все три этапа выведения шлаков!



Существуют различные способы выведения шлаков: универсальные и сильнодействующие, осторожное выведение шлаков и лечебное голодание. Существует целенаправленное выведение шлаков, и наиважнейшая заповедь для любого способа звучит так: **«Чем больше шлаков, тем осторожнее следует их выводить!»**

Существует много вопросов и проблем относительно растворения шлаков, нейтрализации кислот и различных путей и способов их выведения. Например, известно, что в Финляндии случаев инфаркта больше всего в мире. С этим пытались бороться витаминами. Был проведен широкомасштабный эксперимент, в котором участвовало 22.000 финских курильщиков. Ежедневно они принимали по 50 мг витамина Е, 20 мг бета-каротина или комбинацию обеих субстанций.

Предполагалось, что у мужчин в возрасте от 50-ти до 69-лет эти витамины могут предотвратить приступы стенокардии (давящая боль в грудной клетке), которые считаются предвестниками инфаркта миокарда. Однако, как показало это исследование, проведенное Европейским Институтом Биологии и Питания в 1996 году, оба витамина оказались бесполезными.

Кстати, на исследовании можно было бы сэкономить. Нужно было всего лишь задуматься над истинной причиной инфарктов сердца! Эта причина - высокое содержание шлаков и кислот в организме финских мужчин. В борьбе с инфарктом им может помочь последовательное выведение шлаков, предотвращение потерь минеральных веществ организмом и употребление энергетических минеральных веществ. Они должны быть обязательно растительного происхождения! А в Финляндии как раз не хватает энергетической вегетарианской пищи. Там, на дальнем севере Европы, ассортимент продуктов растительного происхождения очень невелик, зато больше чем достаточно продуктов животного происхождения - яиц, сыра, молока, рыбы и мяса. Следовательно, организм финских мужчин быстрее закисляется и зашлаковывается, чем организм мужчин других европейских стран.

Финляндия – чемпион мира:

- в потреблении белка
- в потреблении кофе
- по частоте посещения саун
- по уровню инфарктов миокарда

Ещё одной причиной потери организмом минеральных веществ в Финляндии является сауна. Если к тому же активно заниматься спортом и фитнесом, то вскоре молочная кислота сделает свой «контрольный выстрел».

Первоначально сауна была задумана как средство закаливания, помогала человеку адаптироваться к изменению между высокой и очень низкой температурой. Но в вопросах растворения и выведения шлаков она не так сильна. Однако сауна может повысить эффективность обоих процессов, если параллельно пить много травяного чая и обогащённой энергией воды, и принимать подходящие минеральные вещества, могущие поступать в организм с вегетарианской пищей или в виде пищевых добавок.

Желающие использовать сауну в борьбе со шлаками должны выполнять следующие процедуры:

Примерно за 2 ч. до посещения сауны надо выпить пол-литра травяного чая, растворяющего шлаки. Примерно за 1,5 часа до посещения сауны необходимо принять большое количество энергетических минеральных веществ, чтобы отделить растворяющиеся кислоты и токсины. Примерно за час до похода в сауну следует выпить 0,5 - 1 литр воды без газа и с низким содержанием минеральных веществ.

После этого можно идти в сауну, и пропотеть там в течение 10-15 минут. Затем делают паузу. На большие участки тела нанести щелочной соли для ванн или пищевой соды.

Затем возвращаемся в сауну, где остаёмся на 5 - 15 минут, в это время равномерно наносим на тело щелочную смесь и массируем как скрабом.

После сауны тщательно смываем с себя эту смесь под душем, при этом разумеется нельзя пользоваться никакими «кислыми» косметическими средствами.

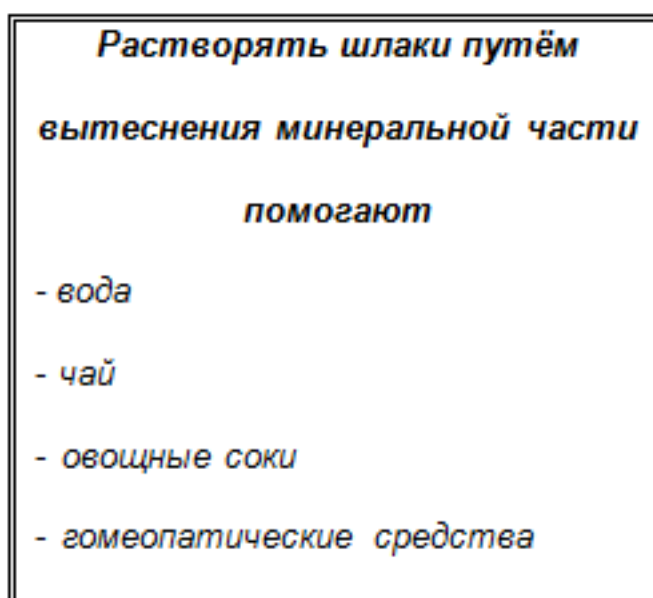
САУНА

- перед посещением сауны необходимо минерализовать организм и выпить воды!
- потение в результате теплового воздействия деминерализует и обезвоживает организм.
- мышечный пот выводит шлаки.

При целлюлите проблемные участки тела после посещения сауны могут распухнуть. В этом случае сразу после сауны следует принять по возможности прохладный обильный душ. Прохладная вода бассейна и обливания по методу доктора Кнейппа дополняют заключительное лечение холодом.

Всем нам, и не только финнам, в будущем следует избегать излишеств, но рацион должен стать более полноценным. Следует отказаться от большинства современных «кислых» наслаждений, скорее, по необходимости, а не исходя из каких-то умозрительных теорий. Многие поколения на протяжении всей жизни выводили шлаки и очищали организм, принимая настои из собранных трав и употребляя для питья воду. Эти пёстрые смеси наши бабушки называли ДОМАШНИМ ЧАЕМ. Подобный травяной сбор может содержать все химические элементы, из которых состоит человек, и, следовательно, из которых могут состоять любые шлаки.

Будучи последователями семьи целителей Лейзен, мы выяснили, какие 55 элементов, входящих в состав того или иного травяного чая, наиболее эффективны, и разработали подробную рецептуру. Такой чай наиболее подходит для растворения всех возможных шлаков. При этом мы снова должны вспомнить, что растворение шлаков означает реактивацию нейтрализованных ранее кислот и токсинов.



Как известно, повторная нейтрализация кислот, реактивированных травяным чаем, осуществляется с помощью обогащенных энергией минеральных веществ, поступающих в организм с полноценной вегетарианской пищей или в виде пищевых добавок. Также замечательным источником минеральных веществ являются овощные соки, которые можно приобрести в аптеках, магазинах, специализирующихся на продаже биологически активных добавок к пище, и магазинах лекарственных трав и диетических продуктов.

Выведение после процесса нейтрализации нейтральных солей, способных и подлежащих выделению, а, по возможности, и кислот, свободно циркулирующих по организму, осуществляется не только через почки и кишечник, но и через кожу. Именно по этой причине так важно применять различные эффективные щелочные средства по уходу за телом.

Растворение шлаков путём

вытеснения кислотного

остатка возможно с помощью

- *фруктового уксуса*
- *яблочного уксуса*
- *квашеных овощей*

***Внимание: чем больше кислот,
тем выше потребность в их
нейтрализации!***

Если посмотреть на таблицу, где представлен состав шлаковыводящего чая, то можно увидеть, что в этом чае представлен каждый элемент. Эта рецептура учитывает наличие всех необходимых элементов сложного химического строения человеческого организма.

Лечение зашлакования

- *выяснить природу происхождения кислот*
- *понижить уровень кислотности*
- *провести диагностику и восстановление обменных процессов*
- *растворить шлаки*
- *нейтрализовать кислоты*

Чтобы вывести шлаки, следует:

- *пить чай*
- *пить воду*
- *проводить щелочной уход за телом*
- *сеансы массажа*
- *сеансы лимфодренажа*
- *проводить санацию кишечника (по обстоятельствам)*
- *другие меры*

Этот рецепт составил Матиас Лейзен в 20-х годах прошлого столетия. Снабжая организм необходимыми веществами, важно также помнить об их энергетической ценности. Чай представляет собой некрепкий настой, который, обладая всеми элементами, способен расщепить любые шлаки, которые, в свою очередь, также состоят из разнообразнейших элементов. Однако энергии элементов, содержащихся в чае, хватает только на то, чтобы растворить шлаки! Этот неизбежный недостаток объясняется тем, что для заваривания чая используют кипяток. Одни целители обозначают травяной чай, приготовленный из литра воды и столовой ложки (вровень скраями) травяного сбора как слабый гомеопатический настой D4, другие - как D6.

Способность такого чая расщеплять шлаки на минеральную часть и т.н. кислотный остаток они объясняют соответствующей способностью слабых гомеопатических настоев. Способность чая растворять, к примеру, мочекислый или щавелекислый кальций, должна объясняться его энергетикой, наличие которой пока не установлено в процессе естественнонаучных исследований. Этот феномен наиболее ярко выражен у зеленого овса. Ни одна, ни другая соль нерастворима в воде в лабораторных условиях. Каким же образом травяной чай делает то, на что не способны химические лаборатории?

Различие между лабораторными условиями и дистиллированной водой, с одной стороны, и живым организмом и чаем с другой состоит в том, что организм сам ХОЧЕТ выводить шлаки, а чай СПОСОБЕН их растворять. Совершенно очевидно, что в чае содержатся элементы, энергетическая ценность которых во много раз превышает энергетическую ценность атомов лабораторной дистиллированной воды.

Таким образом, чай обладает энергией достаточной, чтобы разрушить соединение, например, кальция и мочевой кислоты или кальция и щавелевой кислоты. Тем не менее, энергетического потенциала отделяемого кальция недостаточно, чтобы после растворения шлаков снова соединить высвободившиеся кислоты и способствовать их выводу из организма уже как нейтральных солей через почки или кишечник. Для этого необходим кальций или другое минеральное вещество со значительно более высоким энергетическим потенциалом.

Подобные минеральные вещества могут поступать в организм либо из вегетарианской пищи, либо вместе с пищевыми добавками; в худшем случае организм черпает их из собственных резервов. Очень хорошей способностью растворять шлаки обладают так же различные овощные соки, которые в Германии можно найти, например, весной в магазинах диетического питания. Это соки из крапивы, одуванчика, артишока и т.п. Разумеется, такие соки можно приготовить и самостоятельно с помощью соковыжималки.

Такие кислоты, как серная, соляная или азотная, обладают настолько высокой энергетической агрессивностью, что только в высшей степени насыщенный энергией атом, к примеру, атом кальция, способен связать эти кислоты, образовать из них подходящий союз и так сохранить.

Вода, являясь основным транспортным средством, выводящим из организма кислоты, токсины и соли, должна обладать высоким энергетическим потенциалом. Поэтому мы рекомендуем перед употреблением подержать воду на солнце, или

намагнитить, или взвихрить по специальному методу, но ни в коем случае не кипятить и не дистиллировать.

Всегда следует выпивать больше воды, чем шлаковыводящего чая или, по крайней мере, употреблять их в равных пропорциях. Количество воды зависит, в частности, от того, насколько заполнен шлаками и токсинами организм конкретного человека. У многих людей, уже очистивших организм, не возникает потребности в дополнительном питье.

Не забывайте обильно снабжать организм минеральными веществами в период беременности и лактации. На протяжении многих столетий, а, может, и тысячелетий из поколения в поколения матери передают присказку: «Каждый ребенок стоит тебе зуба». При этом никто не объясняет почему же так и насколько это предопределено? А зубы начинают выпадать из-за дефицита минеральных веществ. Формирующийся организм ребёнка таким образом восполняет потребность в минеральных веществах и микроэлементах для своего «построения». Неполучая эти вещества из ежедневного рациона матери, ребёнок черпает их из ее организма.

Результатом извлечения запасов минеральных веществ на протяжении 9 месяцев может стать выпадение зубов, волос и ухудшение состояния кожи. Последнее выражается в появлении растяжек (так наз. стриев беременных). Однако всех этих ненужных и малоприятных «побочных явлений» беременности можно легко избежать. Будущая мать должна резко повысить потребление минеральных веществ в период беременности и лактации. Иногда в конце беременности могут появиться прыщи или геморрой. Это может означать, что выделительный процесс прервался. В области печени скапливаются шлаки и токсины, они напирают на воротную вену, и это приводит к появлению геморроя. Появление прыщей во время беременности также могут быть результатом 9-месячного накопления в организме кислот и токсинов.

Женский обмен веществ продолжает накапливать кислоты и токсины, которые затем либо выводятся через прыщи, либо накапливаются в печени, перегружая её. Поэтому в период беременности очень важно укреплять печень щелочными компрессами или употреблять соки из артишока, одуванчика, расторопши пятнистой. Не менее важны щелочные общие и ножные ванны, способствующие выведению шлаков. Также во время беременности следует ежедневно выпивать 1 литр воды, обогащённой энергией.

Мы уже видели, что процесс зашлакования имеет иерархическую структуру, причем наш организм также старается максимально придерживаться собственной «иерархии жизненной важности», так как шлаки сперва накапливаются в жировых тканях, затем в соединительных тканях и мышцах, далее в органах и, в конце концов, в жизненно важных «центрах управления» - сердце и мозге.

Как избежать проблем с работой

выделительной системы:

1. Избегать кислот и токсинов в пище, лекарствах, косметике.

2. Укреплять печень / нормализовать обмен веществ:

- компрессы
- одуванчики / артишоки
- расторопша пятнистая

3. Усиливать выделительные функции:

- клизмы / гидроколонотерапия
- компрессы на область почек (лук или щелочь)
- санация кишечника (избавление от грибка *Candida* и др.)

4. Усиливать потенциал нейтрализации

- питание
- пищевые добавки

Курс общего выведения шлаков состоит из регулярного приёма 1-2 л чая, потребления вегетарианской пищи, богатой минеральными веществами и жизненно важными элементами; в дополнение выпивают около 1,5 л воды в день, а также осуществляют щелочной уход за телом. Выведение шлаков происходит в обратном порядке по сравнению с зашлакованием, начиная с верхней ступени этой «иерархии».

В последнее время в моду вошёл метод растворения шлаков фруктовым уксусом. При этом от шлака отделяется кислотный остаток, в то время как вода, чай и гомеопатические средства направлены на расщепление минеральной составляющей.

Растворение уксусной кислотой, содержащейся во фруктовом уксусе, - это особенно сильнодействующее средство, поэтому уже в начале курса у вас будут очень хорошие успехи в борьбе со шлаками. Но растворение шлаков фруктовым уксусом требует особенно высокого потенциала нейтрализации в виде энергетических минеральных веществ и микроэлементов, а также последовательной помощи в выделении через кожу - ежедневно 1 - 2 л воды и щелочной уход за телом.

При растворении шлаков водой, чаем и гомеопатическими препаратами возникает необходимость в нейтрализации только отделённых кислот; при растворении шлаков уксусной кислотой необходимо нейтрализовать не только выделившиеся кислоты, но и саму уксусную кислоту.

На протяжении всей истории человечества в равной степени претерпевали изменения необходимости, возможности и средства растворения шлаков. В древности в человеческом организме не было токсинов, и практически отсутствовали шлаки. Чистая вода выводила те немногие шлаковые образования, которые успевали накопиться. Так, насколько известно, великие люди античных времён уходили в пустыни, пещеры или леса, и жили там практически без еды, только пили воду. В те времена для растворения шлаков хватало чистой родниковой или ключевой воды. Глядя на шедевры Тинторетто или Рубенса, мы понимаем, что в средние века проблема загрязнения организма шлаками вставала гораздо острее.

Поэтому умные хозяйки того времени всегда заваривали чай из трав. Его шлаковыводящие свойства во много раз превышают аналогичные свойства воды. Время шло, а в ногу с ним шагала и мировая прогресс, и, как следствие, всё более активное заполнение человеческого организма шлаками.

Современность уготовила нам серьезные интоксикации с последующими заболеваниями или смертью. Для решения этой проблемы Самуэль Ханеманн изобрёл гомеопатические средства. Они расщепляют шлаки гораздо интенсивнее, чем слабый настой травяного чая. Поэтому, если при их применении не проводить нейтрализацию и щелочное выведение, то возникает опасность возникновения первичных осложнений или лечебных кризисов.

Наиболее логичным решением современной проблемы интоксикации и зашлакования организма нам представляется разработанная нами трёхступенчатая программа выведения шлаков и токсинов.

Первая ступень - это относительно щадящее расщепление шлаков травяным чаем; вторая ступень (осуществляется параллельно) – это нейтрализация растворённых кислот и токсинов с помощью богатых энергией микроэлементов и минеральных веществ; третья, заключительная ступень состоит в вымывании водой и щелочном выделении вредных веществ через кожу.

Экотрофологи (специалисты в области питания), повара и опытные хозяйки знают замечательный способ добывания кальция, к примеру, из говяжьей кости. В кипящий бульон они добавляют капельку уксуса. Уксусная кислота хорошо расщепляет кости (кальций). Это не может быть смыслом выведения шлаков. Поэтому надо оградить себя от регулярного употребления большого количества фруктового или яблочного уксуса и т.п. Если же вы предпочли этот метод из-за высокой эффективности растворения шлаков, то

параллельно необходимо осуществлять обильную нейтрализацию, вымывание и щелочное выведение.

При этом для процесса нейтрализации употребляют богатые энергией минеральные вещества, для процесса вымывания - обильное питье воды, для щелочного выведения - преимущественно ножные и общие ванны. Помните о том, что не стоит бросаться из крайности в крайность и сегодня пить мало воды, а завтра - очень много. В природе не бывает непрерывных наводнений! Как правило, достаточно на 1 литр увеличить обычно потребляемое вами количество жидкости. Впрочем, мы согласны с доктором Йоханнесом Шротом и раз в неделю устраиваем «разгрузочный день», т.е. день без воды.

Значение минеральных веществ

Минеральные вещества нейтрализуют кислоты. Минеральные вещества - это гарантия нашей красоты и здоровья. Мы красивы и здоровы, пока в коже, волосах, ногтях, костях, сухожилиях, суставах и крови содержится достаточное количество минеральных веществ.

Многочисленные неорганические и органические кислоты и токсины постоянно принуждают обмен веществ жертвовать минеральными веществами для собственной нейтрализации. Нашим важнейшим химическим жизненным заданием является обеспечение постоянного притока минеральных веществ из ежедневного питания и из пищевых добавок, чтобы как можно дольше оставить нетронутыми собственные минеральные запасы организма, а вместе с ними красоту и здоровье. Сегодня нам предлагают много заводских препаратов с минеральными веществами в виде цитратов, карбонатов и солей молочной кислоты. Они поступают в организм в виде солей, т.е. сами, по сути, являются «нейтрализованными кислотами». Их минерализующие и даже нейтрализующие свойства ничтожны, т.к. все эти средства - либо соли молочной кислоты, либо углекислоты, либо лимонной кислоты.

Можно возразить, что находящиеся в организме сильные кислоты, например, серная кислота, мочевая кислота, щавелевая кислота, вытесняют из солей слабые кислоты, т.е. углекислоту, молочную и лимонную кислоту, чтобы поглотить высвобождённые минеральные вещества. Но и образовавшиеся кислотные остатки (кислоты) тоже необходимо нейтрализовать или переработать.

Наиболее богатые энергией минеральные вещества находятся в натуральных продуктах и приготовленных из них блюдах - свежих травах, овощах, фруктах и приправах, свежесжатых соках, а также в изготовленных из них пищевых добавках, которые не подвергаются химической обработке.

Уксус, уксусная кислота и соль, соляная кислота

В последние месяцы в Германию захлестнул самый настоящий «солевой» ажиотаж. Предлагаются соли для употребления в пищу, соли в качестве добавки для ванн из самых разных регионов - от Берхтесгадена до Гималаев, от Пакистана до Каракорума. Все эти соли содержат до 97,5% хлорида натрия, во многих присутствуют соединения серной кислоты, так что большинство солей имеют степень кислотности с уровнем pH 6,3. То

есть, они значительно более кислые, чем соль Мертвого моря с уровнем pH 6,7. Как известно, допустимая длительность купания в соли Мертвого моря составляет 15 минут. Естественно, что при более высокой степени кислотности длительность купания должна быть еще меньше. Но, насколько нам известно, при продаже вышеназванных солей на этот счет нет никаких указаний.

Обоснования их рекомендации очень напоминают недавно утихший «уксусный» ажиотаж. При продаже яблочного и фруктового уксуса также утверждалось, что содержащиеся в них минеральные вещества в состоянии перерабатывать как уксусную кислоту, так и яды и вредные вещества, растворенные в организме этими сильными кислотами.

Домохозяйкам известно сильное шлакорастворяющее действие уксуса и чистящих средств, содержащих уксус. Эти средства быстро растворяют известковые пятна на металлических приборах. В организме этот процесс происходит точно также. В домашнем хозяйстве уксус смывают тряпкой и большим количеством воды, иначе останутся следы уксусной кислоты и растворённых солей. Из организма тоже надо интенсивно удалять растворители - уксусную или соляную кислоты - и растворённые ими кислоты и вредные вещества.

Для этого принимают энергетические минеральные вещества, которые перерабатывают растворённые кислоты и вредные вещества. То, что дома при уборке смывается водой, в организме можно смыть обильным питьём чая и воды!

Рассол имеющихся в продаже солей, содержащих едкую соляную кислоту, следует рассматривать как сильнодействующий растворитель гомологичных шлаков; то же самое мы говорили несколько лет назад про уксусную кислоту, содержащуюся в различных сортах уксуса.

Тому, кто регулярно пьет такой рассол, нельзя принимать его в больших количествах. Можно брать одну чайную ложку на стакан, и выпивать в 7.00, 13.00 и 19.00 часов, то есть когда по организму проходят три кислотных потока. Параллельно надо принимать много богатых энергией минеральных веществ растительного происхождения, чтобы преобразовывать выпитую соляную кислоту и растворённые ею вредные вещества, для того чтобы их можно было вывести из организма.

Подумайте о том, что человеческая почка может выводить только пять граммов хлорида натрия в день, и что мы и так вдоволь получаем его с продуктами питания. Сознательное ежедневное потребление хлорида натрия не должно превышать 3 граммов.

Различные исследования полностью опровергают тот факт, что минеральные вещества, содержащиеся как в уксусе, так и в предлагаемых солях, в состоянии переработать 97,5-процентный хлорид натрия и серную или сернистую кислоты, которые содержатся в этой соли. Судя по опубликованным анализам, на долю минеральных веществ едва приходится 1,5% от общего количества. К тому же, как показали проведенные нами измерения, все эти вещества неорганического происхождения, и не имеют особой энергетической ценности.

Наряду с питьем кислого рассола не забывайте принимать вдоволь растительных пищевых добавок или питаться полноценной вегетарианской пищей, чтобы уксусный ацидоз из-за приёма уксуса не превратился в солевой ацидоз в результате избыточного

приёма кислого рассола, да к тому же, возможно, в неправильное время дня и без сопровождения минеральных веществ.

Другой важной составляющей является последовательный приём ванн, но не в кислом рассоле, а в щёлочи, чтобы через кожу вывести полученную соляную кислоту и растворённые ею яды, а также другие кислоты и вредные вещества. Это происходит только при щелочном показателе рН 8 и выше. Несмотря на кислый рН-уровень рассола, в рекламных брошюрах рекомендуются приготовленные из него солевые ванны. Эти кислые ванны быстро начинают оказывать хорошее действие на внешний вид кожи, как при купании в соли Мертвого моря с уровнем рН 6,7.

Дело в том, что низкие показатели рН загоняют кислоты, яды и вредные вещества обратно в тело, в то время как щелочные ванны с уровнем рН 8 - 8,5 выщелачивают из организма эти вредные вещества. Если на упаковках с кислыми солями напечатаны рекомендации о максимальной длительности приёма ванн 15-20 минут, то для приёма щелочных ванн ограничений по длительности практически не существует.

Целенаправленное выведение шлаков

Каждый человек желает всегда хорошо себя чувствовать и обладать крепким здоровьем. При этом вопрос субъективного самочувствия стоит на первом месте. Зачастую этому мешают неприятные ощущения или боли в одном-единственном органе или части тела. В большинстве случаев целенаправленное очищение организма от шлаков помогает преодолеть боли, симптомы или скрывающуюся за ними БЕДУ. Не каждый человек, которого затронула проблема зашлакования организма, может найти достаточно времени для медленного и органического снижения количества шлаков, для общего очищения организма. Ее или его мучит подагра или почернение ног (проблема диабетиков), грозящее ампутацией. Или он страдает от никотиновой гангрены (гангрены курильщика), или от грибкового поражения ногтей на ногах. В этом случае сразу проводят курс целенаправленного выведения шлаков.

В качестве примера хотелось бы вспомнить случай, о котором нам когда-то сообщила заведующая кафедрой здоровья человека в народном университете Штутгарта, встретившись с нами на проходящей там ярмарке здоровья «PROSANITA». В то время она курировала группу людей, проходящих курс лечебного голодания. В этой группе были две дамы с поражёнными артрозом коленными суставами, которые решили основательно вывести шлаки. Два раза в неделю по вечерам они приходили на собрания группы и сидели там, едва превозмогая боль в опухших коленях. Она, руководитель группы, не могла понять ни причин этой болезни, ни как помочь этим женщинам. На наш вопрос, какой способ голодания она применяет, она ответила: постепенный переход к голоданию с применением травяного чая. Нам сразу все стало ясно. К сожалению, эта дама применяла лишь первый из трёх необходимых шагов процесса выведения шлаков - последовательного, эффективного и несложного, - но ведь это был только один шаг!

С помощью чая она растворила шлаки, в данном случае мочекислые соли, скопившиеся в коленных суставах страдающих артрозом женщин, и тем самым вернула к жизни мочевую кислоту. Растворить шлак - это значит разделить его на минеральную часть и КИСЛОТНЫЙ ОСТАТОК, т.е. расщепить прежде стабильное, химически нейтральное соединение. Ни она, ни её подопечные не применяли не менее важные второй и третий шаги - нейтрализацию кислот и последовательное выведение нейтрализованных солей и даже кислот в чистом виде через кожу и через почки.

С помощью чая, по всей видимости, хорошо растворяющего мочекислые соли - возможно, это был настой зелёного овса, - удалось растворить шлаки мочевой кислоты в коленных суставах обеих дам, страдающих артрозом, и превратить их в энергетически необходимый кальций и мочевую кислоту.

Теперь эта кислота стала разъедать клетки и ткани, капсулы и хрящи коленей. Поэтому из-за нехватки воды, нейтрализующих микроэлементов и минеральных веществ, необходимых для нейтрализации кислот, организму не оставалось ничего другого, как отправлять в колени собственные жидкости, чтобы разбавлять кислоты, образовавшиеся в результате растворения шлаков, и постепенно выводить их из организма.

Поняв свою ошибку, наша знакомая захотела узнать, как действовать дальше. Мы дали следующие рекомендации: обе женщины должны начать обильный приём

минеральных веществ и микроэлементов; ежедневно выпивать 1 - 2 л воды; 3 - 4 раза в день принимать щелочные ножные ванны продолжительностью 30-60 минут или дольше; ежедневно или через день принимать общую щелочную ванну продолжительностью 1 - 2 часа; на ночь делать на колени щелочные компрессы и по возможности надевать щелочные носки.

Чтобы приготовить такие носки, надо взять 1 л теплой воды, добавить в неё чайную ложку щелочной соли для ванн (вровень с краями) или просто пищевой соды, размешать до растворения и опустить в получившийся раствор молочного цвета толстые шерстяные или хлопчатобумажные носки. После того как они хорошо пропитаются жидкостью, их нужно хорошо выжать и надеть. Сверху надевают ещё одну пару тёплых сухих носков на размер больше. Влажные носки тоже не должны стеснять ногу, чтобы не помешать нормальному кровообращению! Теперь, надев щелочные носки и положив на колени компрессы, возьмите грелку (если замёрзли ноги), и ложитесь в постель.

Вследствие грубой ошибки, допущенной куратором группы, а именно пренебрежения вторым и третьим этапом программы очищения, возникла острая необходимость в целенаправленном местном выведении шлаков и нейтрализации кислот. Мы пообещали куратору группы, что уже через 3 - 4 дня целенаправленного минерально-щелочного выведения шлаков будет достигнут потрясающий успех. И мы не ошиблись.

Целенаправленное местное выведение шлаков может быть очень эффективным при многих заболеваниях, вызванных зашлакованием организма. Такими заболеваниями, в первую очередь, являются гангрена курильщиков, «почернение ног» у диабетиков, грозящее ампутацией, а также подагра, мышечная усталость, ревматизм; сюда же относятся нагноения (зашлакования) пазух головы. В последнем случае необходимо промывать носоглотку щелочным раствором в течение нескольких дней или даже недель (раствор должен стекать по носоглотке вниз).

При рините и синусите также рекомендуются щелочные промывания. Можно протирать слизистую носа мизинцем, смоченным в щелочном растворе или в щелочной воде, приготовленной для ванны, желательнее так глубоко, насколько это возможно. Для приготовления такого раствора возьмите щелочную соль для ванн или соду на кончике ножа, высыпьте в чашку или бокал, залейте теплой водой. Втягивайте носом получившийся раствор. Для этого подходят такие щелочные соли, как «KaiserNatron», «MeineBase», «BullrichVital» и др. Слабые щелочные растворы на основе вышеназванных солей используют для полосканий при воспалениях горла, гнойных ангинах и неприятном запахе изо рта.

Щелочная соль для ванн

(или пищевая сода):

- выведение шлаков и токсинов
- выведение кислот
- смазывание кожи кожным салом
- антидепрессант
- промывания носоглотки
- компрессы (в т.ч. на область печени)
- щелочное питьё
- массажная соль
- щелочные носки
- щелочные перчатки
- щелочные рубашки
- общие ванны
- сидячие ванны
- ванны для ног
- ванночки для рук (кистей рук)

Многие используют эти соли для ухода за полостью рта, зачастую отказываясь от зубной щетки. На влажный указательный палец берут немного соли, чистят ею зубы и массируют дёсны. Слишком большие крупинки сперва следует размельчить. Чтобы почистить между зубами, благоразумнее использовать хорошие зубочистки, а не зубные щетки.

Местное выведение шлаков очень эффективно действует при головных болях и мигрени. При определённых драматических кислотных атаках можно даже провести первую помощь, целенаправленно создавая мощный щелочной противовес возникшему кислотному очагу. В первую очередь мы говорим об инфарктах, приступах подагры и апоплексическом ударе, которые, собственно, и представляют собой драматические

кислотные атаки. Мы ещё поговорим об этом. Часто улучшение вызывает простое употребление чистой воды!

Все больше людей жалуются на проблемы со слухом. Чаще всего упоминают шум в ушах и резкое ухудшение слуха. Для выведения шлаков из ушей и из головы в целом с её многочисленными церебральными функциями, в том числе из глаз, незаменимым средством является регулярное щелочное промывание носа.

Что касается грибковых поражений, то многие из них проходят сами по себе, когда в процессе последовательного щелочного лечения изменяется кислая среда, необходимая для их существования, т.е. уровень pH 4 - 6. Для этого необходимо проводить щелочное спринцевание влагалища, сидячие ванны или регулярные и продолжительные ножные ванны, что поможет одержать победу над генитальными грибами и грибами стоп и ногтей. В борьбе с грибом ступней очень эффективными являются «щелочные носки». В период щелочного лечения необходимо тщательно дезинфицировать обувь. Для этого обувь изнутри обрабатывают эфирным маслом чайного дерева, распыляя его при помощи пульверизатора.

При мигрени, мышечной усталости, судорогах мышц и ишиасе помимо щелочных ванн и щелочного питья рекомендуются влажные щелочные компрессы. При выборе оптимальной температуры для ванн и компрессов надо учесть следующий факт. У некоторых женщин по мере приближения менструации начинается мигрень. В этом случае им часто помогают ледяные компрессы на затылок. Они на собственном опыте убедились, что теплые или даже горячие компрессы только усиливают боль.

Целенаправленное выведение

шлаков:

- ванночки для рук / кистей
- ванны для ног
- компрессы
- промывания
- обмывания
- щелочные носки / щелочные чулки
- щелочные перчатки
- щелочная рубашка

Этот факт очень осмыслен с биохимической и биоэнергетической точки зрения, ведь кислота соответствует теплу, а щелочь - холоду. Соответственно, на кислотные атаки мы отвечаем компрессами с температурой ниже, чем температура тела.

Наряду с вышеперечисленными процедурами в больные мышцы можно втирать массажное масло, смешанное с небольшим количеством щелочной соли, т.е. проводить так называемый щелочной массаж. После него на коже остаётся **щелочная плёнка**, куда организм охотно вытолкнет остальные кислоты – мировой закон осмоса по отношению к малому. Подобные щелочные соли, имеющие в растворе уровень pH 8,0 - 8,5, настолько универсальны, что их можно использовать и для чистки зубов, и как щелочную соль для ванн, и как соль для массажа, и для приготовления растворов для компрессов, полосканий, и т.д.

- Щелочные чулки:**
- целлюлит
 - грибок стоп
 - грибок ногтей
 - зуд (кислотный)
 - потливость ног
 - гангрена курильщика
 - «почернение» ног у диабетиков
 - нарушения кровоснабжения
 - грипп
 - головные боли
 - мигрени
 - зашлакование организма
 - интоксикации

Целенаправленное местное выведение шлаков является особенно важным и необходимым в случаях, когда речь идет об угрозе ампутации пальцев ног или самих ног. Каждый год в Германии проводится до 20 000 подобных операций. Чаще всего под скальпель хирурга попадают люди, на протяжении многих лет страдавшие диабетом, причём нередко приходится ампутировать даже голень. Иногда ноги чернеют из-за

недостаточного кровоснабжения. На последней стадии начинается разложение тканей, т.к. в конечности практически перестают поступать кровь, кислород и питательные вещества. В таких случаях сильнодействующим и высокоэффективным средством является целенаправленное выведение шлаков. Эту процедуру следует проводить с большой тщательностью.

Каждый день следует выпивать минимум 1,5 литра чая из трав и столько же воды. Параллельно необходимо обильно насыщать организм минеральными веществами и микроэлементами из пищевых добавок, чтобы нейтрализовать выделенные из шлаков потоки кислот, преобразовать их в нейтральные соли и вывести с мочой. Возможно, что их не удастся вывести полностью из-за уже упомянутого почечного барьера с уровнем pH 4,4 - 4. Тогда в течение дня надо принимать до 6 ножных ванн (минимум 30 минут каждая) и одну общую ванну продолжительностью около 1 - 2 ч.

На ночь надеваем щелочные чулки. При этом важно помнить, что носки не должны сдавливать ноги. Следует надевать только тщательно выжатые носки. Во время проведения курса выведения шлаков постарайтесь, чтобы «чёрные» ноги не испытывали никаких излишних механических нагрузок. Например, следует отказаться от массажа. Организм поможет себе сам.

Не обязательно выводить растворённые кислоты в процессе обмена веществ, который и без того перегружен. Кислоты и шлаки будут выведены через кожу с помощью ножных ванн, компрессов и щелочных чулок! Уже через 3 - 6 недель после начала этого курса кровообращение в конечностях восстанавливается, и ноги приобретают свой естественный цвет.

Чем раньше начать процедуры, тем легче и быстрее можно избавиться от шлаков. Можно посоветовать одновременный приём препаратов Гинкго и капсул лукового масла, а также раз в неделю клизму из щелочного раствора.

В отличие от почек, которые выводят с мочой из организма преимущественно нейтральные соли, кожа способна выводить сами кислоты.

<p>Продолжительность</p> <p>общих ванн</p> <p>0.5 ч - минимум</p> <p>1ч. – лучше</p> <p>2ч. – хорошо</p> <p>3ч. – оптимально</p> <p>5 и более ч. - отлично</p>
--

Ювелирам хорошо известно, что иногда попадаются драгоценности, разъедающие кожу. Причиной этого могут быть только высокоагрессивные кислоты, например, серная и

азотная! На протяжении тысячелетий китайской медицине известен принцип: *«Что не выводится через почки и мочевой пузырь, надо выводить через кишечник. То, что не выводится через кишечник, надо выводить через легкие. Если все эти органы не могут вывести достаточно ядов, то их выводит кожа. А то, что не может вывести кожа, приводит к смерти»*. Таким образом, кожа - это орган, чрезвычайно важный для процесса выведения кислот и шлаков, и мы обязательно должны использовать её способности и функции! Поэтому надо вспомнить советы наших бабушек и начать применять ножные ванны, компрессы, щелочные чулки и, к примеру, ванночки для рук (кистей рук), которые так помогают при болезнях организма, перенасыщенного шлаками!

Почему бы сегодня человеку, страдающему подагрой, не посидеть часок-другой перед телевизором, опустив отёкшие и опухшие руки в миску со щелочным раствором? Потение ладоней говорит о том, что они, так же как ступни, активно выводят шлаки. Пора начинать поддерживать своё здоровье, и если вы сделаете, например, 3-4 щелочные ножные ванны в день и наденете на ночь щелочные чулки, то, наконец, избавитесь от грибка стопы и ногтей, мучающего вас уже много лет!

Не забывайте и про уход за зубами. Ведь и здесь откладываются шлаки, которые мы называем зубным камнем. Его образуют зубные бляшки, которые непрерывно, сутки напролёт выделяются из придесневых карманов и представляют собой кислые отходы организма. Вместе с уксусной кислотой, поступающей из кондитерских изделий, зубные бляшки нейтрализуются кальцием из зубов или из пищевой кашицы, и слой за слоем создают всё более крепкий зубной камень. Можно с уверенностью говорить о том, что состав зубного камня у каждого человека разный, так как каждый из нас и питается по-другому, и ведет отличный от других образ жизни. Но их всех объединяет одно обстоятельство - они химически кислые. Это значит, что зубной камень образовали кислоты разного происхождения с привлечением щелочных микроэлементов и минеральных веществ. Здесь может помочь только щелочной уход за полостью рта. Так, например, индийцы жуют листья бетеля, предварительно посыпав их известью. Из всех людей этот народ имеет самые крепкие и здоровые зубы на Земле, чему, определённо, способствует и их вегетарианская пища.

Мы практикуем нечто схожее: летом жуём листья одуванчика, или чистим зубы смесью щелочных солей; обильно полощем рот и горло раствором этой смеси. Такой раствор можно даже глотать для хорошего самочувствия. В наши дни дети часто глотают зубную пасту, которая, как правило, изготовлена на основе искусственных фруктовых ароматизаторов. Обычно такие пасты содержат много пенообразующих веществ, которые в определённой степени травмируют пищевой тракт.

Итак, самый лучший уход за полостью рта обеспечивает щелочная соль, нанесённая на зубную щётку, или лучше на мокрый палец. Вы сами можете убедиться в том, что с любым зубным камнем будет покончено уже через несколько недель. Зубной камень с уровнем pH 4 - 5 не выдерживает разницы напряжений с щелочной солью, у которой уровень pH ~ 8,5. Он откалывается и рассыпается в полном смысле этого слова. А стоматологу остаётся только удивляться и расспрашивать, «как вам это удалось». Да очень просто - благодаря целенаправленному, местному, щелочному выведению шлаков.

Итак, теперь нам известны многие эффективные средства целенаправленного выведения шлаков: ванночки для рук и ног, компрессы, промывания и щелочные чулки. Так почему бы, скажем, какой-нибудь вестфальской крестьянке, страдающей подагрой, не надеть на ночь щелочные перчатки?! Их можно приготовить так же, как щелочные чулки; об этом мы уже писали выше.

Щелочные обмывания очень полезны для половых органов, особенно жарким летом. В это время мы сильно потеем, что может привести даже к появлению ранок и потёртостей. Но зачем терпеть неприятные ощущения, если можно легко с ними покончить!

Недавно мы получили письмо от одного целителя из Голландии. Применяя щелочную соль для ванн, он за короткое время вылечил своего пациента от волчанки, чего ему, несмотря на все попытки, очень долго не удавалось сделать. Никакие кремы и спреи, перепробованные за эти годы, не принесли ожидаемого результата. Однако уже после двух недель регулярных щелочных сидячих ванн, а также солнечных и воздушных ванн, у пациента исчезли все ранки в ректальной области и в области гениталий.

О феноменальном действии щелочного раствора сообщил нам недавно пациент из Крайльсхайма, который регулярно использовал его в своём курсе лечения. Он подтвердил, что добился отличных результатов. Ему 74 года, и на протяжении нескольких лет он страдал от избыточного веса. Его лечащий врач посоветовал ему сбросить, по крайней мере, 6 - 10 кг. В его теле скопилось слишком много воды. Но как вывести эту воду, врач, к сожалению, не сказал. Он просто должен был СБРОСИТЬ ВЕС! Похудеть ему так и не удалось. Вода продолжала оставаться в его организме. Поэтому он и не мог сбросить вес. Когда он обратился к нам, его организм был слишком зашлакован и закислен. Произошла так называемая «задержка воды для разведения кислот». Он был, как мы это называем, «полный от воды».

Тогда он на интуитивном уровне решил сделать следующее, о чём и сообщил нам по телефону: «Уже три недели я каждое утро беру пол-литра воды и добавляю туда полную чайную ложку щелочной соли для ванн. Затем губкой я наношу полученный раствор на всё тело - от головы до пяток - пока он не закончится. Затем даю телу обсохнуть. Таким образом, я за три недели сбросил три килограмма. И это были три литра воды, которые организм вывел в виде мочи!! Теперь мой врач хвалит меня и говорит: «Продолжайте в том же духе!». Он и не догадывается, как я этого добился...»

Мы скажем, что это классический пример того, как человек исключительно интуитивно открывает для себя мировой закон осмоса и находит ему абсолютно правильное с естественнонаучной точки зрения применение. Образовавшаяся на коже плотная щелочная плёнка с уровнем pH ~ 8,5 на несколько часов предоставляет организму возможность выводить кислоты и шлаки, до тех пор, пока pH-уровень кожи не вернётся в «норму», т.е. не будет равен 6,8 - 7.

Когда кислоты выведены из организма, то вода, удерживавшаяся для их разбавления, больше не нужна, и организм выводит её через почки в виде мочи. Такие наблюдения сделали многие «полные от воды», когда принимали продолжительные общие ванны. За это время им приходилось один-два раза вылезать из воды и идти в туалет. Из-за интенсивного выведения кислот и шлаков, вода из тканей, которые в ней больше не

нуждаются, устремляется в мочевой пузырь. Так же этот господин рассказал нам, что с каждым днём чувствует себя всё лучше, улучшилось даже состояние кожи. Он особо подчеркнул, что нанесённая губкой щёлочь должна обязательно высохнуть сама, т.е. её нельзя вытирать полотенцем.

Если вам кажется, что у вас та же проблема - переизбыток воды для разведения кислот - то это можно легко проверить. Проснувшись утром, сожмите руки в кулаки. Если вы ощущаете сильную стянутость, то ваши подозрения оправдались, и организм действительно накапливает в тканях воду для разведения кислот. В таком случае последуйте описанному примеру, обтирайтесь щелочным раствором, но не забывайте также про общие ванны, ванночки для рук и для ног. Да и литр ежедневно выпиваемой воды пойдёт вам только на пользу!

Ванночки для рук, применяемые на протяжении длительного времени, уже помогли многим пожилым людям избавиться от некрасивых возрастных пигментных пятен. При этом, как правило, пятна сначала краснели, потом розовели, а потом окончательно исчезали. Процесс пойдёт быстрее, если последовательно выводить шлаки изнутри и проводить реминерализацию.

Очищение организма от шлаков состоит из трех важных этапов, но всегда начинается с травяного чая - проверенного средства, известного испокон веков. В средние века его готовили ведьмы, знахарки. Эти умнейшие женщины, которых, к величайшему стыду, сжигали на кострах, обладали обширными знаниями, как о человеке, так и о растениях и животных. Из поколения в поколение они хранили обширные знания народа о взаимосвязях, существующих в природе. Но для господствующих слоёв того времени они были бельмом на глазу, и этих бесценных женщин тысячами сжигали на средневековых кострах. Мы просим от себя прощения за позорные действия наших предков.

Наши знахарки точно знали, когда, где и какую траву собирать. Например, за определённой травой они шли ночью в лес, и в полнолуние собирали на полянах целебные травы. И это было действительно мудро, это свидетельствует о весьма глубоком понимании природы. У лесной поляны существует своя особая энергетика, именно поэтому там не растут деревья, а только целебные травы. А в полнолуние эти травы приобретали особую силу.

Мы попытались, придерживаясь знаний и рецептов мудрых женщин, составить одну из чайных смесей, и исследовали её. Оказалось, что в ней содержатся те же элементы, из которых состоит человеческий организм. В этой смеси присутствуют даже такие редко встречающиеся в природе элементы, как осмий, гафний и церий, что даёт право этому чаю действительно быть ПРОДУКТОМ ДЛЯ ЖИЗНИ.

Наличие всех элементов, участвующих в процессе обмена веществ, позволяет гармонично уравновесить две противоположности - расширяющую правовращающую энергию и сужающую левовращающую энергию. Они соответствуют энергиям Инь и Ян. Подобный травяной чай обладает ярко выраженной способностью расщеплять шлаки. При этом надо знать, что любое средство, расщепляющее шлаки, выделяет из них кислоты, которые нейтрализуют минеральными веществами и вымывают водой.

Прежде чем рассказать об этих веществах, мы хотим сказать несколько слов о заваривании травяного чая. Для приготовления литра чая достаточно одной столовой ложки сухой травы, можно с горкой. Заливаем сухие травы кипящей водой и быстро размешиваем. Даем настояться 3 - 5 минут, и процеживаем через ситечко. По желанию эту же траву можно заварить во второй раз, и остывшим настоем поливать цветы в доме и в огороде. Они будут вам только благодарны. В день следует выпивать от одного до трёх литров такого чая. От одной кружки будет мало толка. При усиленном выведении шлаков рекомендуется выпивать два литра в день. Дополнительно надо обязательно пить такое же количество воды. Правда, нам часто пишут об успешных результатах, достигнутых без дополнительного потребления воды. В течение дня пьют литры чая. Наибольшего успеха добился больной из Иены, страдавший тяжелой формой подагры. В течение года он ежедневно выпивал 6 л. чая, сопровождая это потреблением богатых энергией минеральных веществ и приёмом щелочных ванн. За это время он полностью избавился от болей и подагры.

Травяной чай используют и для клизм. Для этого в литр чая добавляют щепотку щелочной соли. Температура раствора должна быть немного ниже температуры тела, т.е. примерно 36° С. В течение нескольких минут чай вливается в задний проход. По нижней части живота сразу же распространяется приятное тепло. Когда весь чай окажется внутри, напрягите ректальные мышцы и сделайте стойку на лопатках, как в школе на уроках физкультуры. Конечно, теперь нам выполнить это упражнение гораздо труднее, чем в школьные годы, но всё же надо постараться принять вертикальное положение. Чай сразу же потечёт к пупочной области и попадёт в толстый кишечник. Чем дольше стоять на лопатках, тем лучше. Затем примем горизонтальное положение и ляжем на правый бок. Мы делаем это потому, что в первую очередь таких движений требует строение кишечника.

Снова делаем стойку на лопатках, возвращаемся в горизонтальное положение и поворачиваемся на левый бок, опять стойка и правый бок и т.д. в течение 5-10 минут. После этого ложимся на спину и легко надавливаем на живот и массируем его. Перед клизмой можно натереть живот оливковым маслом. Если у вас есть проблемы с вздутием живота, добавьте несколько капель эфирного тминного масла. Массаж живота не прекращаем до полного опорожнения кишечника.

Забрав из кишечника максимально возможное количество шлаков, чай выводит их из организма. Этому способствуют стойки на лопатках, массаж, надавливание и перекачивания. Вы сразу же почувствуете, что до этого твёрдый живот стал мягким, как у младенца. И если вы раньше думали, что упругий живот - это хороший мышечный пресс, то вы глубоко заблуждались! Это на долгое время остававшийся в организме твёрдый стул!

Травяной чай

- растворяет шлаки*
- растворение шлаков пробуждает
нейтрализованные кислоты /
токсины*
- кислоты вызывают недомогания и
кризисы голодания*
- кислоты отвечают за появление
первичных осложнений*
- первичных осложнений можно избе-
жать, если нейтрализовать
кислоты и яды минеральными
веществами*

Ещё одно средство быстрого и качественного выведения шлаков и кислот - щелочная рубашка. Для приготовления щелочного раствора берём один литр воды, имеющей температуру тела, и добавляем туда чайную ложку щелочной соли для ванн или соды. В получившийся молокообразный раствор кладём хлопковую водолазку и даём ей как следует пропитаться. Затем тщательно выжимаем и надеваем перед тем, как идти спать. Чтобы не замёрзнуть и не простудиться, поверх мокрой рубашки надеваем один-два сухих свитера.

Таким способом можно достигнуть впечатляющих успехов в лечении кожных аллергий, нейродермита, псориаза, экзем, угревой сыпи, фурункулов и других кожных заболеваний. Разумеется, такую рубашку можно надевать при болезнях лёгких, печени, почек и сердца. Трудно вообразить себе более эффективное средство для выведения шлаков через торс!

Кризис голодания и последствия

Каждый год некоторое количество мужчин становятся жертвами голодания. В процессе курса выведения шлаков или курса лечебного голодания шлаки растворяются, что реактивирует нейтрализованные прежде кислоты и токсины. Сердце перестаёт справляться с избыточными объёмами кислот. Начинаются судороги сердечной мышцы. В этом случае мы говорим про самое плохое, что может случиться при голодании - инфаркт. Многие пожилые и, разумеется, молодые люди, с целью укрепления или восстановления здоровья прибегают к древнему методу, который почитался во всех высокоразвитых культурах, когда-либо существовавших на Земле. Они постятся или даже голодают.

На примере нашей знакомой из Штутгарта, которая курировала группу людей, проходящих курс лечебного голодания, мы убедились, что, не имея представления о химических процессах, происходящих в организме, при голодании можно допустить много ошибок. Зачастую голодающие пренебрегают методом «трёхступенчатого выведения шлаков». Выпивая чай и растворяя шлаки, в то же время они не дают организму возможности нейтрализовать кислоты, которые постепенно наводняют организм. В результате люди могут испытывать приступы агрессии, депрессии, пассивности, у них появляются нарывы, экземы, артрозы, всевозможные боли, отёки и другие неприятные проявления. Может даже произойти такое несчастье, вызванное голоданием, как инфаркт.

Жертвами курсов голодания стали сотни, если не тысячи человек. Точнее, конечно, не самого голодания, а незнания реальных процессов протекающих при столь интенсивной и радикальной форме оздоровления, каким является голодание. К этой мысли мы пришли, потеряв одного знакомого.

Это случилось около шести лет назад, когда мы активно занимались изучением химических процессов, происходящих в организме, разрабатывали действенные комплексы минеральных веществ и средства щелочного ухода за телом. В свои 50 лет он был успешным менеджером, добившимся всего, что только можно пожелать. У него была красавица жена, двое детей, великолепная вилла, две шикарных машины, головокружительная карьера управленца и т.д. и т.п. Однако, как это почти всегда случается, заработав к 50 годам много денег и подорвав здоровье, он решил потратить деньги на лечение. Он обратился в клинику, специализировавшуюся на лечебном голодании, которая должна была стать его первым шагом на пути к новой жизни. Туда он приехал на «Мерседесе», а уехал на катафалке. Что же случилось?

Ему пришлось резко и коренным образом изменить привычный образ и ритм жизни. Никаких встреч, никаких обедов в ресторанах отелей, никакого стресса, никакого привычного распорядка дня. Ему пришлось отказаться от мяса, кофе, десертов, коньяка, сигарет и т.д. Целыми днями он должен был пить чай, растворяющий шлаки, и при этом ничего не есть. В результате потоки кислоты, образовавшиеся после растворения шлаков, буквально затопили организм, в котором практически не оставалось запасов минеральных веществ. Второй этап из трёх необходимых этапов выведения шлаков осуществлён не был. Организм не смог самостоятельно нейтрализовать кислоты, т.к. он не получал необходимых для этого энергетических минеральных веществ ни с вегетарианской

пищей, ни с овощными соками. К тому же пациенту не рассказали о необходимости выпивать 1 - 2 литра воды в день для вымывания и разбавления кислот.

Надо ли говорить, что в этой клинике не применялись ни щелочные ванны, ни щелочные обтирания, ни щелочные компрессы! При измерении ЭКГ на эргометре стало понятно, что уровень молочной кислоты в организме невероятно высок. Сколько же ещё человек должны угаснуть, чтобы врачи начали обращать внимание на протекающие в организме химические процессы?

Последствия неправильного голодания

Самое плохое, что может случиться при голодании

- это инфаркт миокарда!

- привычный ритм жизни резко меняется*
- употребление шлакорастворяющего питья при полном отказе от еды*
- залежи шлаков превращаются в потоки кислот*
- нейтрализация не производится*
- выведение не производится*
- активная мышечная деятельность ведёт к образованию молочной кислоты, при этом рНуровень сердечной мышцы опускается с 6,9 до 4-6,2*
- отвердевание эритроцитов*
- прекращается кровоснабжение капилляровсердечной мышцы*
- инфаркт сердца = острый дефицит кислорода*
- неоказание «первой щелочной помощи» приинфаркте*
- смерть*

При больших и непривычных физических нагрузках начинает активно выделяться молочная кислота, понижая клеточный уровень рН до 6,4. Как следствие, произошло

закисление капилляров и сердечной мышцы. Эритроциты становились всё жёстче и, наконец, затвердели окончательно, что и послужило причиной инфаркта. Нашего знакомого инфаркт настиг вовремя бега трусцой. Его убил «контрольный выстрел» молочной кислоты.

При уровне pH 6,5- 6,4
начинается отвердевание
красных кровяных телец.
4
При уровне pH 6,2 они
отвердевают полностью.
Нормальный pH уровень
сердечной мышцы 6,9.

К сожалению, ему не оказали первую щелочную помощь, о которой мы уже писали (щелочное питье, щелочные обтирания и щелочной компресс на область грудной клетки). Летальный исход! Конечно же, этот человек хотел не просто пройти курс лечения! В его планах было полностью изменить свой образ жизни. Но надо знать, что однодневного курса лечения недостаточно.

Необходимо полностью изменить свою жизнь, в которой сегодня так много стресса, озлобленности, страха и перенапряжения, в которой мы переедаем, не можем отказать себе в изделиях вкусовой промышленности и в мясе; где так мало прогулок на свежем воздухе, так мало хороших задорных песен, мира и добра в отношениях друг с другом. Такие радости жизни, как отдых во время отпуска, чистая вода, прогулки на свежем воздухе с хорошим настроением и весёлой песенкой, сегодня не входят в программу лечения. К тому же в современных методиках слишком мало внимания уделяется вегетарианскому питанию, лечебному чаю и щелочным процедурам.

Те, кто проповедует здоровый образ жизни, с сожалением замечают, что большинство из нас всё же выбирают сладкую жизнь, где ни в чём не надо себя ограничивать. Однако растёт число и тех, кто безболезненно отказывается от «кислых» удовольствий и считает последние десятилетия губительными для тела, духа и души.

После заблуждений в течение стольких десятилетий неудивительно, что мы до сих пор продолжаем совершать ошибки. Пример тому служат и наша знакомая из Штутгарта, и сам факт существования кризисов голодания. Хотя, зная и понимая химические процессы, происходящие в организме во время голодания, можно этих кризисов избежать совсем.

Вот что написала нам одна дама из Альтенмедингена в 1996 г.: «У меня возникла такая проблема: каждый раз, когда я вывожу шлаки или сижу на голодной диете и пью травяной чай, мои почки выводят вдвое меньше жидкости, чем я потребляю, хотя в

остальном проблем не возникает». Конечно, проблем не возникает. В этом случае всё закономерно и подчиняется общей логике. Просто дама не могла дать этому объяснения, и никто из её окружения тоже не смог этого сделать. Поэтому она обратилась с этим вопросом к нам. Это был типичный случай исключительно растворения шлаков. При этом не уделялось внимания ни минеральным веществам для нейтрализации, ни щелочному выведению, ни ежедневному вымыванию, выпивая 1 - 2 литра чистой воды. Растворившиеся шлаки наводнили организм женщины кислотными потоками из бывших шлаковых отложений, в результате чего организм начал удерживать воду для разбавления этих кислот.

Нам постоянно задают вопрос о продолжительности программы выведения шлаков. Вот наш ответ: «Выведение шлаков занимает 10% того времени, на протяжении которого в организме происходило их накопление». То есть на это может понадобиться два-три года!

Первая (щелочная) помощь при кислотных атаках

- *щелочное питье*
- *щелочные обтирания*
- *щелочной компресс*

Возможные проявления кислотных атак:

- *инфаркт миокарда*
- *апоплексический удар*
- *мигрень*
- *боли в мышцах*
- *мышечные спазмы*
- *приступы ревматизма / подагры*
- *ослабление слуха*
- *головные боли*
- *внезапные боли*

Очень часто люди начинают заниматься выведением шлаков, а потом бросают на середине пути столь же резко, как и начинают курс лечения. Это происходит из-за появления кризиса голодания и кризиса выведения шлаков. Человек начинает жаловаться на ухудшение самочувствия, чего он не хотел и не ожидал. Никто не говорит ему, что, хотя субъективно он чувствует себя плохо, его объективное общее состояние здоровья

улучшается. Шлаки растворяются и выводятся из организма, хотя это вызывает мигрень, головные боли и другие неприятные ощущения. Все эти негативные побочные эффекты процесса выведения шлаков проявляются лишь в том случае, если мы забываем об основных закономерностях разумного избавления от шлаков. Вспомните женщин из Штутгарта, страдавших артрозом коленных суставов!

Ещё недавно в реабилитационных клиниках, клиниках, специализирующихся на лечебном голодании и пр. и слыхом не слыхивали об основных законах разумного выведения шлаков. Одна пожилая жительница Мюнхена, где, по нашим подсчетам, практикуют около 500 целителей, рассказала нам, что в 60 лет она обратилась в клинику, чтобы пройти курс лечебного голодания. После двух дней употребления травяного чая она слегла из-за сильных болей, и смогла подняться лишь через несколько дней. На ее вопрос, должно ли так быть, ей ответили, что организм так реагирует! И добавили, что первичные осложнения и лечебные кризисы - это абсолютно «нормальное» явление. Нам придётся наблюдать проявления этих кризисов до тех пор, пока мы не начнём применять все три необходимые ступени выведения шлаков, а не только первую из них - растворение шлаков!

Химические процессы в организме при голодании

1. Травяной чай

- чем больше чая - тем больше растворённых кислот

*- чем меньше чая - тем меньше кислот, растворённых из
бывших шлаков*

2. Минеральные вещества

*- чем больше минеральных веществ, тем больше ней-
трализуется кислот и токсинов*

*- чем меньше минеральных веществ, тем меньше ней-
трализуется кислот и токсинов*

3. Энергетическая вода с низким содержанием минеральных веществ

- в полтора раза больше, чем травяного чая

4. Щелочной уход за телом

- тем интенсивнее, чем больше выводится кислот и токсинов

*- тем менее интенсивно, чем меньше выводится кислот и
токсинов*

Мы говорим о закономерностях метода «трёхступенчатого выведения шлаков».

Первый шаг представляет собой растворение шлаков с помощью травяного чая, при этом из старых шлаков вновь активизируются ранее нейтральные кислоты и необходимые энергетические минеральные вещества.

Второй шаг - это нейтрализация восстановивших свои свойства кислот с помощью минеральных веществ и микроэлементов, поступающих из соответствующих пищевых добавок, а также из вегетарианской и богатой минеральными веществами пищи, которая всегда сопровождает процесс выведения шлаков. Выведение шлаков из организма осуществляем обильным питьём воды. При этом воды в день необходимо выпивать в 1,5-2 раза больше, чем травяного чая.

Третий шаг - последовательное выведение кислот и шлаков, используя многочисленные возможности разумного щелочного ухода за телом.

Сегодня многие кураторы групп лечебного голодания не устают повторять, насколько важно выводить кислоты и шлаки уже в самом начале курса. Во время каждого доклада и на собраниях члены группы держат ноги в щелочной ванночке. Именно так удаётся избежать первичных осложнений, лечебных кризисов и кризисов голодания. Их появление совершенно не обязательно, но, к сожалению, это происходит при незнании химических процессов, происходящих в организме во время выведения шлаков. В будущем, сумев избежать появления кризисов в процессе лечения, никто уже не будет его прерывать.

Теперь цель любого курса голодания и курса выведения шлаков будет достигнута. Уплотнения в клетках, тканях и мембранах превратились в просветы. Все токсины удалены. На смену неподвижности и жесткости приходит упругость и эластичность. Жидкость может снова беспрепятственно циркулировать в клетках, сосудах и мембранах. Помимо освободившихся от шлаков жидкостей, в них циркулирует прежняя энергия. Благодаря огромным запасам минеральных веществ, мы расцветаем прямо на глазах, а в перспективе у нас долгая и счастливая жизнь здорового духа в красивом теле, обогащенном минеральными веществами. Так наз. голодные кризисы только тогда станут далёким прошлым, когда мы начнём последовательно и правильно применять три основных инструмента лечебного голодания - растворение шлаков травяным чаем; нейтрализацию кислот и токсинов минеральными веществами; выведение щелочными процедурами и вымывание водой кислот, токсинов и шлаков.

Осторожное выведение шлаков

К «осторожному выведению шлаков» прибегают люди, чей организм сильно зашлакован и отравлен токсинами, которые перенесли инфаркт или апоплексический удар; также при полиартрите, нейродермите, псориазе, различных видах аллергий. В этом случае проводят всё ту же трёхступенчатую программу - расщепление шлаков, нейтрализацию кислот, их вымывание и щелочное выведение, но теперь уже в обратном порядке!

Осторожное выведение шлаков начинается с выведения кислот и шлаков через кожу и нейтрализации кислот богатыми энергией минеральными веществами. Растворение шлаков, которое обычно проводится в самом начале, в данном случае представляет собой последний, заключительный этап, который начинают через несколько недель; или же растворение шлаков начинают очень осмотрительно, с 1 - 2 чашек травяного чая в день. Не забывайте о полноценном вегетарианском питании, обильном приёме нейтрализующих минеральных веществ и о литре энергетической, мягкой воды в день. При выведении шлаков надо помнить о следующем принципе, чтобы не допустить кризис очищения: **чем больше (меньше) выпивать чая, тем больше (меньше) растворяется шлаков и тем больше (меньше) выделяется кислот.** Этот принцип особенно важен для тех, кто занимается очищением в высшей степени зашлакованного организма. В таких случаях мы советуем и даже настоятельно рекомендуем выбрать путь «осторожного выведения шлаков».

Чем больше мы принимаем минеральных веществ, тем больше будет нейтрализовано растворённых кислот. Соответственно, чем больше кислот растворяется из шлаков, тем больше необходимо минеральных веществ. В этом случае воды следует выпивать вдвое больше, чем шлаковыводящего травяного чая. Щелочное выведение должно быть особенно последовательным в случаях, когда растворяется или в результате активной мышечной деятельности выделяется большой объём кислот.

«Осторожное выведение шлаков» особенно широко применяется в случае инфаркта или апоплексического удара, или когда существует опасность наступления последнего. У таких людей уровень скопившихся в организме кислот и шлаков настолько высок, что ни в коем случае нельзя продолжать высвобождать кислоты из шлаковых отложений.

Основной закон выведения шлаков

«Чем больше шлаков, тем осторожнее следует их выводить!»

1. *Нейтрализация кислот микроэлементами и минеральными веществами.*

2. *Выведение кислот и шлаков через кожу щелочными ваннами, промываниями, компрессами.*

Примерно через 14 дней:

3. *Растворение шлаков травяным чаем, постепенно увеличивая его количество.*

В самом начале следует пить подходящую минеральную воду (например, «Volvic» или «Evian»), или энергетически улучшенную водопроводную воду, а также принимать минеральные вещества для нейтрализации кислот. Кроме того, рекомендуется пить овощные соки и свежевыжатые соки из трав. Последние следует пить по одной - две столовых ложки, предварительно смешивая с одним стаканом минеральной негазированной воды. Особенно хороши соки артишока, одуванчика, расторопши пятнистой и крапивы. Одновременно проводим щелочное выведение, например, общие, сидячие и ножные ванны, промывание носовых пазух и других пазух головы, компрессы головы, «щелочная рубашка» и др.

Через 1-2 недели или больше после начала последовательной нейтрализации, вымывания и выведения шлаков можно приступать к их расщеплению. Для этого начинаем с 1 - 2 чашек травяного чая в день и постепенно, на протяжении нескольких недель и месяцев увеличиваем это количество до 1 - 1,5 л в день. Разумеется, мы не прекращаем принимать минеральные вещества и последовательно проводить щелочные процедуры - напротив, делаем это чаще. То же самое касается и последовательного вымывания - ежедневно выпиваем 1 - 2 л воды.

В случае осторожного выведения шлаков мы следуем основному закону: «Чем больше шлаков, тем осторожнее следует их выводить!». При осторожном выведении шлаков первый шаг обычной программы – растворение шлаков - уступает место второму и третьему. Абсолютное преимущество здесь имеет нейтрализация кислот в крови, лимфе и клетках, а также щелочное выведение кислот и шлаков через кожу.

Степень зашлакования организма можно определить уже по внешнему виду человека. Это видно по характерной походке и движениям, осторожным, с плохим сгибанием суставов. Зачастую эти люди страдают отёчностью из-за удержания воды в организме для разбавления кислот, как мы уже упоминали. Встретившись с таким человеком, невольно думаешь: «Как же он / она плохо выглядит!»! Через несколько дней

или недель мы узнаём, что несчастный умер то от инфаркта или от апоплексического удара (инсульта).

Поговорите с людьми, которые вам дороги, и расскажите им, как осторожно и последовательно выводить шлаки. Вы теперь знаете, как это сделать. Многие мужчины и женщины с высокой степенью зашлакования или интоксикации едва могут передвигаться, например, больные деформирующим полиартритом, рассеянным склерозом, болезнью Бехтерева и пр. Или при фибромиалгии они страдают непрекращающимися болями во всем теле. Тот, кто захочет им помочь, завернет их в «испанский плащ» - это усовершенствованный способ выведения шлаков «щелочная рубашка». Положите на постель одно - два теплых шерстяных одеяла, сверху постелите простыню, которая пропитали щелочным раствором и выжали. Пациент ложится в теплой комнате на влажную и теплую простыню, и его осторожно, с головы до ног, укутывают в неё. Ему должно быть очень удобно. После этого его надо укрыть одеялами. Пусть он лежит так до тех пор, пока чувствует приятное тепло. Он не должен страдать от жары или пота. Ему не надо ничего бояться. «Испанский плащ» - это великолепное щелочное средство для выведения шлаков, и его можно накладывать на несколько часов в день. Затем пациента можно повторно обтереть щелочным раствором с уровнем pH 7,5 - 8,5. После обтирания щелочному раствору можно дать высохнуть прямо на теле.

Особую форму «осторожного удаления шлаков» мы разработали для далеко зашедших стадий болезни, например, при пролежнях или трофической язве голени, *Ulcus cruris*. При этих болезнях пострадавшая ткань иногда настолько повреждена, что лучше не выводить остальные яды, кислоты и вредные вещества через прорвавшиеся нарывы. Поэтому необходимо прибегнуть к лечению «разгружающим выведением шлаков». Используя все методы, предоставленные в наше распоряжение, - щелочные компрессы, метод Бауншайдта, щелочные клизмы, генитальные промывания, банки, кровопускание, пиявки, кислородную терапию, гидроколонотерапию, масляное полоскание и др., - мы пытаемся направить вредные вещества, которые раньше выделялись через язву, к тканям, которые способны это сделать. Принимая ножные и общие ванны, не опускайте туда ногу, затронутую язвой.

Этот метод (способ лечения) «разгружающего выведения шлаков» используют и при лечении геморроя. Тут мы имеем дело с напором вредных веществ в крови воротной вены, которая идёт от печени до ануса. В анальной области организм открывает сосуды, чтобы удалить интоксигированную кровь, которую печень не может очистить либо из-за большого количества яда, либо из-за недостаточности печёночной функции.

При геморрое в первую очередь нужно укрепить печень щелочными компрессами, а также употреблением семян расторопши пятнистой или приёмом препаратов с одуванчиками или артишоками. При интоксикациях в первую очередь надо принимать расторопшу пятнистую и ее семена.

Следующей мерой при лечении геморроя после укрепления печени является избежание всевозможных кислот, ядов и вредных веществ. Это могут быть как яды из изделий вкусовой промышленности, так и токсины из окружающей среды, например, слишком высокое потребление мяса, слишком много специй и т.д.

Третье вспомогательное средство для преодоления геморроя - отводящее удаление шлаков, как мы уже писали, с помощью ножных и общих ванн, компрессов, метода Бауншайдта, банок и т.д. Поначалу будьте очень осторожны с клизмами и гидроколонтерапией, их можно применять после улучшения ситуации в анальной области.

Очень успешным и сильнодействующим средством в лечении геморроя показали себя обильные щелочные ванны. Их можно принимать от четырех до шести часов. После двух - трех часов добавьте в воду несколько столовых ложек щелочной соли для ванн (или соды), чтобы заново создать буферную емкость для нейтрализации вышедших кислот. Также можно сделать свежую ванну.

Трёхступенчатое осторожное выведение

шлаков в обратном направлении

1. Нейтрализация кислот и ядов с помощью

богатых энергией минеральных веществ

2. Выведение кислот и шлаков спомощью воды и

щелочных:

- ножных ванн

- общих и сидячих ванн

- солевых носков и перчаток

- компрессов

- промываний

- обертываний тела

3. Выведение шлаков с помощью травяного чая

- продолжение нейтрализации!

- продолжение выведения!

Для наружной помощи и наружного применения подходят ванночки анальной области из отвара коры дуба с последующим смазыванием мазью из тополиных почек. Для людей, страдающих геморроем и язвой голени, крайне важно сочетать с выше-описанным лечением полноценное вегетарианское питание и употребление энергетических пищевых добавок, чтобы радикально повысить потенциал нейтрализации в общем обмене веществ.

В результате резко снижается количество кислот и ядов, которые иначе устремились бы к, возможно, уже безнадежно поврежденным тканям язвы, или увеличили бы количество ядов и кислот, скопившихся в воротной вене.

Используя меры усиленной помощи обменным процессам - подходящие минеральные вещества, отказ от современных кислых наслаждений, вызывающих появление кислот и интоксикаций, разработанную нами терапию «разгружающего выведения шлаков», несомненно, можно избежать многих случаев облитерации геморроя. То же самое касается ежегодных десятков тысяч ампутаций стоп и пальцев на ногах.

Для этого у нас есть многочисленные возможности щелочного ухода, за телом. Например, щелочные общие ванны по возможности 60 - 120 минут или дольше заботятся не только о действенном выведении шлаков и кислот, но и чудесным образом вызывают активацию сальных желез. Из-за постоянного и обильного смазывания кожи кремами и маслами, начиная с детского возраста, сальные железы вскоре могут атрофироваться.

Мы постоянно получаем сообщения о том, что у женщин с действительно сухой, «пергаментной» кожей через несколько недель или месяцев щелочных ванн она стала «нежной как у ангела». Об этом нам рассказала одна дама, донельзя счастливая результатом.

В щелочной ванне организм выделяет шлаки, кислоты и яды через потовые и сальные железы наружу в щелочную водную среду ванны. При этом сальная железа получает стимул к активному действию и выполнению своего назначения - смазыванию кожи кожным салом.

Многие люди, которые обтираются в щелочной ванне жесткой мочалкой или щеткой каждые 5 - 10 минут, невольно думают, что соль для ванны содержит какие-нибудь жиры или масла, из-за которых вода собирается на коже красивыми капельками. Эти капли тем заметнее, чем дольше приём ванны. Это происходит потому, что сальные железы выделяют и одновременно производят все больше кожного сала!

Все патогенные микроорганизмы очень страдают от щелочных ванн и от всего щелочного ухода за телом. Особенно это касается всех видов грибков. Последовательный щелочной уход за телом с общими ваннами и регулярными ножными ванночками, и, в первую очередь, с регулярным применением «щелочных носков», не переносит ни один грибок стопы или ногтей, хотя обычно от них нельзя избавиться годами. Через несколько недель он прекращает сопротивление и незаметно исчезает.

Очень многие ошибочно считают, что грибок поражает людей только внешне. К сожалению, мицелий часто распространяется по всему организму, вплоть до кровеносной и лимфатической системы, и даже до самого мозга. Поэтому при микозах так важно щелочное питье и ежедневное употребление до 1,5 литров воды. Щелочное питье поступает в каждую клеточку тела, в каждую жидкость организма. На стакан воды обычно берут щепотку соды, например, «MeineBase».

Супруг одной дамы из Гревена, местечка под Мюнстером, сообщил нам следующее: собственно говоря, он пришел к нам, чтобы поблагодарить за то, что с помощью разработанного нами щелочно-минерального ухода за телом доктору из Дюссельдорфа удалось окончательно вылечить его жену после 35 лет скрытой хронической болезни. Врач специализировалась на очищении кишечника с помощью

гидроколонтотерапии. Следуя её предписаниям, пациентка дома пила травяной чай, ела пищу, обогащённую минеральными веществами и энергией, и принимала частые и длительные щелочные ванны. Очищение кишечника проводилось всякий раз, когда боли в животе указывали, что кишечник снова заполнен шлаками. За последние два года это происходило около двенадцати раз. Сейчас достигнута последняя стадия очищения организма. Его жена могла ощущать, как в голове растворялись последние мицелии и двигались оттуда к кишечнику. Когда ей в последний раз промывали кишечник, он сам видел в смотровом стекле, как проплывают вымытые мицелии. **Это событие опровергает официально представленное положение о том, что грибковое поражение внутренних органов может быть устранено только путем систематического приема противогрибковых препаратов, несмотря на их опасные побочные действия.**

Теперь он знает, что в течение 35 лет его жена не была больна по-настоящему, а страдала прогрессирующим закислением, зашлакованием и всевозможными интоксикациями и, конечно, грибковыми поражениями.

Эта женщина принадлежала (принадлежит) к *типу отложения*. Другие люди выводят все отходы через кожу. Внешне это смотрится не очень привлекательно, но зато полезно для химии тела, т.е., для обмена веществ. Остается отметить, что интенсивное грибковое поражение практически всех областей и функций тела наблюдаются при СПИДе. Следовательно, при лечении этой болезни необходимо применять «осторожное удаление шлаков»!

Как правило, больные СПИДом настолько ослаблены, закислены и поражены грибами, что их здоровье может резко ухудшиться, если прописать им исключительно чай из трав, исключив при этом пищу. Необходимо поддерживать их силы полноценным вегетарианским питанием, а также щедро снабжать богатыми энергией минеральными веществами и освобождать от ядов. Ещё для больных СПИДом очень важно обильное снабжение кислородом.

Один из наших клиентов, аптекарь из Вестфалии, разработал трехмесячную программу выведения шлаков, которая, по его данным, особенно оправдала себя при лечении нейродермита, псориаза, аллергий, полиартрита и многих других болезней цивилизации.

Трехмесячная программа выведения шлаков:

1. 14 дней лечебного голодания и приёма травяного чая, ежедневные общие ванны длительностью от одного часа, одна чайная ложка минеральных веществ во время каждого приёма пищи.
2. Следующие 8 недель - две общие щелочные ванны каждую неделю длительностью 60-120 минут и дольше.
3. С третьей по десятую неделю включительно - полноценная щелочно-вегетарианская пища.
4. Одиннадцатая и двенадцатая недели - завершающее 14-тидневное лечебное голодание и приём травяного чая (см. пункт 1).
5. Обильный приём минеральных веществ и микроэлементов в течение трех месяцев с целью нейтрализации растворенных шлаков.
6. 1,5 литра воды в день.

7. Отказ от кондитерских изделий и изделий из белой муки, алкоголя, никотина, кофе, молока, молочных продуктов и мяса, по возможности от ненужных медикаментов, прежде всего от болеутоляющих средств.

Как правило, больные, страдающие аллергией и нейродермитом, после принятия щелочных ванн очень довольны тем, что кожа не чешется. Но и здесь исключение подтверждает правило. У каждого тысячного кожа, возможно, чешется гораздо сильнее, чем до ванны. Это значит, что организм слишком отравлен и зашлакован; возможно, эти шлаки поступили ещё при зачатии от родителей. Поэтому наружу устремляется такое огромное количество шлаков и ядов, что после принятия ванны они остаются в эпидермисе. В таких случаях помогает испытанное «кислое обмывание».

Этот раствор готовят из смеси яблочного уксуса, фруктового уксуса или разливного хлебного кваса, и травяного чая в пропорции 1:2. «Кислым обмыванием» обтирают тело и дают ему стекать по коже. Вскоре зуд прекращается. Раствор с кислым уровнем рН 2 - 3 изгоняет из эпидермиса вызывающие зуд кислоты с уровнем рН 3 - 6. Надо просто владеть знаниями о биохимии тела!

Есть еще одно надежное средство для больных нейродермитом и псориазом с особенно чувствительной кожей. В общую щелочную ванну добавляют 2 литра чая, приготовленного из двух столовых ложек (с горкой) листьев анютиных глазок и полевого хвоща.

Для ухода за кожей пользуются специальным маслом. Оно готовится из 50 мл масла зародышей пшеницы, куда добавляют 20 капель масла каяпутового дерева и 1 каплю витамина Е.

Курс	Время	Применение
1. Обычный курс выведения шлаков	6-12 месяцев	1л травяного чая в течение дня 1 - 2 общие ванны в неделю, 60-180 мин 1 ванна для ног вечером, 30-60 мин минеральные вещества 1 ч. л. утром / 1ч. л. вечером 1,5-2 литра воды в течение дня
2.1. Осторожное выведение шлаков	1 месяц	вместо травяного чая - минеральная вода без газа типа «Volvic» и др., 1л 2-3 общие ванны в неделю, 30 - 60 мин время от времени солевые носки на ночь 2-3 ванны для ног в течение дня, 30 мин, минеральные вещества 3 ч. л. в течение дня 1-1,5 литра простой воды в течение дня
2.2. Осторожное выведение шлаков	2-6 меся-цы	0,5 - 1 л травяного чая в течение дня ежедневно 2-3 ванны для ног, 30 мин 2 общие ванны в неделю, 30 - 60 мин время от времени солевые носки на ночь минеральные вещества 2ч. л. в день 1 литр воды в течение дня
2.3. Осторожное выведение шлаков	длительное время	1-1,5 литра травяного чая в течение дня 1 ванна для ног, 30 мин 1 - 2 общие ванны неделю, 30 - 60 мин 1- 2 раза в неделю солевые носки минеральные вещества 1- 3 ч. л. ежедневно 1 литр воды в течение дня
3.1. Усиленное выведение шлаков	1 - 3 меся-цы	1-1,5 литра травяного чая в течение дня общая ванна по 30 - 60 мин ежедневно 2-3 ванны для ног, 30 мин минеральные вещества 3 - 5 ч. л. в день 1,5 литра воды в течение дня
3.2. Усиленное выведение шлаков	4-6 меся-цы	1-1,5 литра травяного чая в течение дня 2 общие ванны в неделю, 30 - 60 мин ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин минеральные вещества 3 ч. л. в день 1,5-2 литра воды в течение дня
4.1. Целенаправ- ленное выведение шлаков	1 - 3 меся-цы	1 л травяного чая в течение дня ванны для ног, компрессы, солевая рубашка, солевые носки, солевые перчатки 1 - 2 общие ванны в неделю, 60-180 мин Минеральные вещества 5 ч. л. в день 1,5 литра воды в течение дня
4.2. Целенаправленноывыведение шлаков	4-6 меся-цы	1-1,5 литра травяного чая в день ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин 1 - 2 общие ванны в неделю, 60-180 мин минеральные вещества 5 ч. л. в течение дня 1,5 литра воды в течение дня
5. Лечебное голодание	1 месяц	1 литр травяного чая в течение дня 2-3 ванны для ног в день, 30 мин 1 - 2 общие ванны в неделю, 30 - 90 мин минеральные вещества 3 ч. л. в течение дня 1,5 - 2 литра воды в течение дня

6. Первая помощь при кризисе голодания и кислотных атаках	сразу же	1 ч. л. соды или щелочной соли на 1 чашку горячей воды, быстро выпить нагнать щелочью все тело или грудную клетку, добавить 1 ч. л. соды или щелочной соли на 5 л воды, после растирания махровым полотенцем сделать щелочной компресс или надеть солевую рубашку выпить 0,5 - 1 литра простой воды
---	----------	--

**Щелочной уход за телом: соль для ванны «BullrichBad» и «MeineBase», пищевая сода «KaiserNatron»

Щелочной уход за телом и питание во время лечения.

Продукты: Травяной чай - Щелочной уход за телом - Щелочное питье² - Щелочная клизма – Мин. вещества¹

Показание	время	Применение
1.1 Грибок ступней и др. грибки. Микозы	1 - 3 месяца	Травяной чай 1 - 2 чашки в день 2-3 общие ванны в неделю, 60 - 180мин 2-3 раза в неделю солевые носки, 2-3 ванны для ног в течение дня, 30мин в 10.00, 16.00, 22.00 часов Щелочная клизма 1 раз в неделю Минеральные вещества 3 - 5 ч. л. в течение дня 1-1,5 литра воды в течение дня
1.2 Грибок ступней и др. грибки. Микозы	4-6 месяцы	Травяной чай 1 литр в течение дня ежедневно 2-3 ванны для ног, 30 мин 1 общая ванна в неделю, 60-180 мин 1 - 2 раза в неделю солевые носки в 22.00 часа Щелочная клизма 1 раз в месяц Минеральные вещества 1 ч. л. в день 1 - 1,5 литра воды в течение дня
1.3 Грибок ступней и др. грибки. Микозы	Длительное время	Травяной чай 1 - 1,5 литра в течение дня ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин 1 - 2 общие ванны в неделю, 60 - 180мин время от времени солевые носки Щелочная клизма 1 раз в два месяца Минеральные вещества 3 ч. л. в день 1,5 литра воды в течение дня

2.1 Женщины во время клима-тического периода и после него	1 - 3 месяцы	2 общие ванны в неделю, 60 - 120 мин ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин Минеральные вещества 2 -3 ч. л. в день 1 литр воды в течение дня
2.2 Женщины во время клима-тического периода и после него	Длительное время	Травяной чай 1 литр в течение дня 1 общая ванна в неделю, 60 - 180 мин ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин Минеральные вещества 1 ч. л. в день 1,5 литра воды в течение дня
3.1. Рост волос	1 - 6 месяцы	Травяной чай 1 - 2 чашки в день ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин 1 - 2 общие ванны в неделю, 60-180мин в 16.00 или в 22.00 часа Минеральные вещества 5 - 7 ч. л. в течение дня 0,5 - 1 литра воды в течение дня
3.2. Рост волос	7-12 месяцы	Травяной чай 3-4 чашки в день ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин 1 - 2 общие ванны в неделю, 60 - 180мин Минеральные вещества 5 - 7 ч. л. в течение дня 1-1,5 литра воды в течение дня
3.3. Рост волос	Длительное время	Травяной чай 0,5 - 1 л в день ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин 1 общая ванна в неделю, 60 - 180 мин Минеральные вещества 5 ч. л. в течение дня 1,5 - 2 литра воды в течение дня
4.1. Целлюлит	1 - 3 месяцы	Травяной чай 1 л в течение дня 1 общая ванна каждый день или через день, 60- 120 мин в 16.00 или в 22.00 часа Щелочная клизма 1 раз в две недели Минеральные вещества 3 ч. л. в течение дня 1,5 литра воды в течение дня
4.2 Целлюлит	4-6 месяцы	1 л травяного чая в течение дня 2-3 общие ванны в неделю, 60-90 мин ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин в 16.00 или 22.00 часа Минеральные вещества 3 ч. л. в течение дня 1,5 - 2 литра воды в течение дня
4.3 Целлюлит	длительное время	1 л травяного чая в течение дня 1-2 общие ванны в неделю, 60- 180 мин ежевечерне 1 ванна для ног, 30 мин Минеральные вещества 1-3 ч. л. в течение дня 1,5 - 2 литра воды в течение дня
5.1 Беременность	1 - 3 месяцы	1 - 2 чашки травяного чая в течение дня Щелоч-ное питье 2-3 стакана в течение дня 2-3 общие ванны в неделю, 60 - 90 мин ежевечерне 1 ванна для ног, 15-30мин щелочной компресс на область печени ежедневно 30 мин щелочной компресс на живот ежедневно Минеральные вещества 3 - 5 ч. л. в день, 1 - 1,5 литра воды в течение дня

5.2. Беременность	4-9 месяцы	2-3 чашки травяного чая в течение дня щелоч-ное питье 2-3 стакана в течение дня 1 - 2 общие ванны в неделю, 60 мин ежевечерне 1 ванна для ног, 15-30 мин компресс на область печени ежедневно 30 мин компресс на живот ежедневно Минеральные вещества 3 - 5 ч. л. в день 1,5 - 2 литра воды в течение дня
-------------------	------------	--

Щелочное питье: на 1 чашку - половину чайной ложки соды

Минеральные вещества: «Alen», «BullrichVital», «Вурцель Крафт», спирулина, «Basica», цветочная пыльца, водоросли и т.д.

Предупреждение болезни и профилактическая медицина

Сегодня в нашей стране отсутствует государственная политика предупреждения болезней и профилактической медицины. Поэтому нам придётся самим взяться за выполнение обеих задач! При этом очень важно предотвратить избыточное или недостаточное снабжение различными веществами, а также расходование энергии или её избыточное накопление.

Для профилактики болезни и профилактической медицины не менее важен отказ от изделий вкусовой промышленности и от образа жизни, приводящего к образованию кислот в организме и его последующего зашлакования. Необходимо избегать любой избыточности или недостаточности; в то же время старайтесь умеренно двигаться и наслаждаться солнцем, воздухом и водой.

Давайте еще раз представим себе важнейшие химические жизненные задания. Во-первых, это питание с обилием минеральных веществ, чтобы мы каждый день могли нейтрализовать и перерабатывать попадающие в организм кислоты и токсины. Успешно решить эту химическую задачу значит затормозить процесс деминерализации сокровищниц нашей жизни: зубов и костей, волосяных луковиц, хрящей, сосудов и органов.

Деминерализация происходит с целью нейтрализации кислот и ядов. Деминерализация равнозначна нейтрализации кислот и образованию шлаков.

Другой важной химической жизненной задачей является непрерывное растворение шлаков и их выведение из всех уголков жировых и соединительных тканей, мышц и органов, суставов, хрящей и капсул. Следите за тем, чтобы организм всегда был в состоянии быстро нейтрализовать поступающие кислоты и яды или выводить их через кожу и почки!

Поэтому в будущем мы должны ежедневно потреблять больше воды, чем сейчас. В суточном рационе должны быть 1 - 1,5 литра хорошей, мягкой водопроводной воды, или лечебной минеральной воды с низким содержанием минеральных веществ, или осмосной воды. Такую воду можно энергетически улучшить различными способами. Это можно сделать методом взвихрения по Виктору Шаубергеру, многочасовой инсоляцией по Якобу Лорберу, а также магнитное повышение ценности воды тем, что в сосуд с питьевой водой на несколько часов кладут магнетит, после чего её можно пить.

Не менее эффективна активация воды путем гидролиза (так называемая «живая» и «мертвая» вода, из которых «живая» вода является прекрасным щелочным питьем) Мы должны искренне стремиться по мере возможности пополнять опустошённые или разграбленные «склады» организма путём обильного потребления минеральных веществ и микроэлементов.

И, наконец, старайтесь как можно больше двигаться на свежем воздухе и бывать на солнце, чтобы получать достаточно кислорода и, таким образом, поддерживать чистоту всех без исключения клеток, тканей, мембран, сосудов и органов, и не допускать проникновения туда паразитов. И первый наш помощник в этом деле, не считая пряностей, - кислород.

Еще стоит умеренны во всём! Если в течение многих лет вы злоупотребляли всеми теми кислотосодержащими продуктами, о которых мы рассказали в этой книге, то вам не следует практиковать избыточное растворение шлаков и потребление кислорода, чрезмерные физические нагрузки и т.д.! Всё надо делать в меру, распределять аккуратно и тщательно, и лучше всего предусмотреть для этого продолжительный временной отрезок. Вспомните о правиле «лучше меньше, да лучше».

Для достижения желаемой цели требуется много времени. Но, в конце концов, вы добьётесь своего! Всегда помните о том, что в лечении практически нет законов, обязательных для всех. Каждый из нас – самостоятельный индивидуум, с собственными условиями обмена веществ, с собственными бедами, желаниями, способностями, возможностями и т.д.

То, что станет чудодейственным средством для супруги, возможно, вовсе не поможет ее мужу. Например, она сможет без труда перенести выведение шлаков усиленными методами. Ему же придётся выбрать путь «осторожного выведения шлаков». Никогда не следуйте непроверенным советам, которые дают вам родственники, знакомые, клиенты, друзья и т.д.! Может получиться, что они идеально подойдут вашему лучшему другу, а вам только навредят.

Если же вы все-таки решитесь последовать этим советам, то, по крайней мере, действуйте осторожно и медленно. Конечно, может получиться наоборот, когда лучшим выходом для вас будет последовать чужому совету. Возможно, вам даже придётся действовать гораздо быстрее и решительнее, чем советчику. Всё может быть, поэтому лучше всего принимать решения и действовать индивидуально.

Это суждение связано с нашим требованием, согласно которому каждый из нас с большей ответственностью должен относиться к собственному здоровью и обдумывать каждое свое действие. Но это ни в коем случае не означает, что мы должны заниматься исключительно своими болезнями и здоровьем. От этого заболит даже тот, кто до сих пор был здоров как бык.

В обществе, которое с рождения заботится о здоровье своих граждан, подобные занятия не нужны были бы вообще. Мы были бы здоровы и могли посвятить себя разумной жизни в земном воплощении. Вместо этого нас используют в корыстных целях, предлагая всевозможные удовольствия, а мы мучаемся от последствий, отражающихся на здоровье.

Попробуйте в течение нескольких месяцев или самое большее лет оздоровить свой организм, очистить его и освободить от шлаков, заново наполнить «склады» минеральными веществами и жить, не жалуясь на здоровье. Мы вам этого искренне желаем.

Важнейшие химические жизненные задачи

1. Торможение процесса деминерализации с помощью обогащенного минеральными веществами и поэтому щелочеобразующего питания.

Деминерализация - это заимствование минеральных веществ и микроэлементов для нейтрализации кислот и солей.

Образование солей= образование шлаков

2. Растворение и выведение шлаков.

3. Нейтрализация кислот и ядов.

4. Реминерализация

= повторное пополнение запасов минеральных веществ

Послесловие

Читая эту книгу, вы наверняка познакомились с данными и гипотезами, о которых еще не слышали. Вы можете быть уверены, что мы не привели здесь ни одного факта, который не могли бы подтвердить результатами многолетних исследований или на практике. И хотя наша книга касается других тем, мы не могли не задуматься о разумной профилактике болезней и эффективной профилактической медицине.

Профилактика имеет смысл и успех только в осторожных и умелых руках. Излишествами (в хорошем смысле слова) можно навредить так же, как и нерадивыми ограничениями. В первую очередь это касается спорта, а также приёма витаминов, употребления сырой растительной пищи, и т.д.

Мы утверждаем, что в настоящее время в нашей стране нет системы профилактики болезни и профилактической медицины, а, напротив, с самого детства многое делается для того, чтобы немцы больными, слабыми, одержимыми болезненными страстями. Это начинается с прививок, по поводу которых даже многие врачи – приверженцы традиционной медицины – пришли к мнению, что они приносят больше вреда, чем пользы.

Сперва дети неумеренно потребляют сладости, затем наступает очередь школьных курилок и автоматов с газированными напитками, и так мы доходим до бесчисленных автоматов по продаже сигарет, магазинов с алкогольной продукцией и т.д.

Мы поддерживаем контакт с сотнями целителей, с врачами и клиниками, которые подтверждают нашу точку зрения на химию тела и помогают в нашей работе большим количеством уточнений и дополнений, которые позволяют нам еще глубже проникнуть в тему. За это мы выражаем им сердечную благодарность.

Наступило время, когда стало необходимым поддерживать и поощрять личную ответственность мужчины, женщины и ребенка за собственное здоровье.

Послесловие редактора

После прочтения этой книги у меня появилось большое желание вникнуть в тему кислотно-щелочного равновесия более углубленно. Я начал изучать эту тему уже на чисто научных сайтах.

Открыл для себя много ценнейшей информации! Всё-таки, когда имеешь готовую технологию, то ПОД НЕЁ информация усваивается гораздо лучше, чем когда изучаешь что-то абстрактно или чисто для общего развития...

Удивительное дело! Ведь медики всё это знают с первых курсов!!! Но при этом мы имеем всю ту медицину, что имеем...

Результатом этих моих изысканий явилась обширный материал, который я выложил на сайте в нескольких приложениях к книге.

Первое приложение посвящено кислотно-щелочному равновесию в самом широком диапазоне понимания – с привлечением самых разных источников - http://www.alg-massage.ru/ph-system_balance.htm

Здесь я подробно привел научные данные по кислотно-щелочному равновесию и в дальнейшем планирую еще более расширить этот материал – в частности по бесконечной теме ацидоза.

Я буду собирать там всё, что влияет на закисление организма. Например, на очереди материал о влиянии дрожжей, паразитов, грибков, и особенно важный материал по теме дыхания, ведь по сути дела весь обмен веществ замешан на газообмене.

Достаточно просто посмотреть на конечную формулу работы соды в качестве бикарбонатного буфера крови:



Вертикальная стрелочка в конце формулы означает то, что углекислый газ обязательно должен быть выведен из системы.

Если же он не выводится, то мы получим обратный процесс, который будет описываться обратной же формулой:



Т.е. невыведенный углекислый газ снова растворяется в крови и образует углекислоту.

Это, собственно и есть одна из самых распространенных форм ацидоза – респираторный ацидоз (или дыхательный ацидоз)

Фактически, мы имеем тут такую же ситуацию, как в автомобиле – в двигателе внутреннего сгорания. Мы прекрасно знаем, что если при работающем двигателе закрыть выхлопную трубу – двигатель через несколько секунд заглохнет, ибо процесс сгорания бензина прекратится по причине отсутствия кислорода и его полным замещением углекислым газом.

Если же не полностью перекрыть выхлопную трубу, а частично, то двигатель, конечно, работать будет, но ездить машина будет очень слабо... еле-еле... и никогда мы не сможем насладиться хорошей ездой на такой машине – даже на прекрасной скоростной трассе. Излишек углекислого газа не даст двигателю работать на полную мощность - т.е. это тот же самый «ацидоз».

Так вот оказывается, согласно исследованиям биологов и нейрофизиологов, мы в нашей повседневности дышим далеко не полным объемом легких!

Даже есть официальный термин – «мертвое пространство лёгких» (<http://medbiol.ru/medbiol/har3/001b0cf5.htm>).

И это мертвое пространство достигает 30%!

И самое-то важное в этом моменте то, что такое положение вещей тоже принимается КАК НОРМУ!. Т.е. тут точно такая же ситуация как с кислотно-щелочным равновесием, когда явное закисление уже признано как норма.

Таким образом, передо мной встала следующая часть развития данной системы через интеграцию сюда дыхательной практики, благо, что я давно знаком с йогой и пранаямой.

И это знакомство привело меня к созданию своей дыхательной практики. Просто теперь дыхательная практика «легла» на такую мощную научную базу, какую дали Ентшура/Локэмпер.

Подробнее об этом рассказано здесь: <http://www.alg-massage.ru/yoga.htm#prana>

Второе приложение посвящено теме питания с точки зрения кислотно-щелочного равновесия: http://www.alg-massage.ru/ph-system_pitanie.htm

Тема огромная, ибо от питания зависит очень многое.

Третье приложение посвящено собственно соде – как основе щелочных методик оздоровления: http://www.alg-massage.ru/ph-system_soda.htm

Дело в том, что немецкие авторы всю практическую часть строят на своей «щелочной соли» для ванн.

У нас в России этой соли нет. Заказывать её из Германии получается очень дорого – порядка 700р. За пачку.

И это притом, что наша общедоступная щелочная соль – сода – стоит всего 15 рублей...

Следовательно нам нужно более детально понять соду как такой вот оздоровительный продукт, лежащий в основе целой системы поддержания здоровья.

Поэтому я у себя на сайте сделал отдельную страничку, посвященную соде, где собираю все интересные материалы по соде.

Вот эта страничка: http://www.alg-massage.ru/ph-system_perepiska.htm

На данный момент там собрано немало материалов из самых разных источников, прежде всего, конечно же материалов, собранных Александром Тимофеевичем Огуловым.

Информация на этой страничке постоянно обновляется, и я буду благодарен всем, кто поделится какой-то новой информацией о соде.

И вообще нам в России необходимо нарабатывать свои методики щелочного оздоровления, основанные на наших травах и наших реалиях.

Скажем, в плане шлакорастворения мощнейшим элементом является висцеральная хиропрактика – о которой немецкие авторы ничего не знают. И потому нам самим нужно собирать данные по использованию «висцералки» для эффективного шлакорастворения.

Да и вообще традиции народной медицины в России, пожалуй, и поглубже и помощнее будут, чем в Германии. Нам надо пробовать, экспериментировать и собирать где-то эту информацию, чтобы она была доступна всем в любое время.

Для этого я завел у себя на сайте страничку с перепиской по практике щелочного оздоровления.

Вот эта страничка: http://www.alg-massage.ru/ph-system_perepiska.htm

Я буду очень признателен всем, кто будет делиться своим опытом использования щелочных методик.

Все мои контакты есть на моём сайте: <http://www.alg-massage.ru/kontakt.htm>