

Несколько рекомендаций по восстановлению физического тела

В этой статье я хочу предложить вам несколько практических рекомендаций, которые, как я видела, хорошо помогают по приведению в норму физического тела и не приносят вреда.

Диагностику во время индивидуальной беседы я начинаю, обычно, с головы, поэтому и сейчас речь пойдет о головной боли, которая чаще всего бывает при пониженном или повышенном давлении.

Высокое давление убирает горчичник, положенный на воротниковую зону, можно еще и грелку (горчичники) на икроножные мышцы.

Не забывайте о старом, проверенном средстве лечения гипертонии - медицинскими пиявками.

Гипертония может уйти совсем, если больной имеет суточную норму калия (сульфата)-5,0мг., магния (оксида) - 6,0мг., (эту дозу я взяла из “ЮНИКАП Т”, кстати, можно просто пить эти витамины и микроэлементы в таблетках), прибавив но-шпу 1-2 таблетки и поваренную соль (понемногу, в пищу). Этот рецепт дала мне моя слушательница. Она многим своим друзьям помогла справиться с гипертонией, восстановив необходимый баланс указанных веществ в организме. Я, на семейной практике, так же в этом убедилась, спасибо ей.

Еще один способ (журнал “Целебник” №18 2002 год). Надо взять тряпочку и намочить ее яблочным или обычным 5-ти процентным уксусом, затем приложить к пяткам на 5-10 минут. При этом надо следить, чтобы давление не упало слишком низко. (Проверено, помогает.)

При понижении давления хорошо помогает горячий кофе, плюс столовая ложка коньяка. Или настойка: женьшеня, заманихи, элеутеракока, примерно по 1/2 чайной ложки.

При бронхите, пневмонии, трахеите, насморке хочу порекомендовать средства, с помощью которых сама избавилась от бронхиальной астмы.

Сосновые почки. Настоять на водке 2 недели в темном месте (1 стакан на 1/2 литра водки). Пить по 1-2 чайных ложки (детям половина) 1-3 раза в день в молоке и запивать молоком (если хотите пропотеть, можно добавить еще мед), пока кашель, усилившийся, после приема этой настойки вначале, не прекратится совсем. Это очень сильное средство, которое решает самую трудную в лечении этой болезни проблему - очищает бронхи от мокроты, после чего идет выздоровление.

Багульник. Необходимо 1 чайную ложку заварить 2-мя стаканами кипятка и пить по 1/2 стакана (детям половина этой дозы) 3 раза в день по схеме: 4 дня пить - 3 отдыхать, 4 пить - 3 отдыхать, 4 пить и отдыхать 4 месяца. Эта трава действует, как мягкое отхаркивающее, нормализует слизистую в носоглотке, снимает воспаление носоглотки и бронхов, заживляет носоглотку. Надо иметь в виду, что багульник из семейства ядовитых растений, поэтому такая осторожность в его принятии.

Эвкалипт. Он хорошо подсушивает бронхи, снимает воспалительный процесс. Траву заварить (1 ст. л. на литр кипятка), пить свободно. Хорошо помогают ингаляции

эвкалиптом, ромашкой, содой. Над плитой, в широкой чаше можно подышать кипящим настоем, слегка накрывшись полотенцем (соду бросать уже в кипящую воду).

Сухость бронхов и носоглотки, вызывающую кашель, снимет подогретое оливковое масло. Процедура следующая: запрокинув голову назад, высунув язык и придерживая его рукой с помощью платочка, наклонить голову влево и залить полную пипетку в левую ноздрю, побыть в этом положении до тех пор, пока масло не попадет в бронхиальную щель и не стечет в бронхи (дышать спокойно ртом). Сделать то же самое в правую ноздрю. Можно повторить процедуру. После откашливания, через 2-3 дня, все нормализуется.

Прекрасно дополняют лечение: йодная сетка, скипидарная мазь (спина и область трахеи), горчичники, массаж, банки, горячая соль (нагреть на сковородке крупную соль, высыпать в тряпочку, завернуть в шерстяной платок, еще в мягкую тряпочку и положить на трахею), дыхательная гимнастика и упражнения по системе йогов. Суть их в том, чтобы поднимая руки вверх, делать ВДОХ и, ЗАДЕРЖАВ дыхание, **наклоняться** - выпрямившись опускать руки и делать ВЫДОХ. Наклоны делать сначала вперед (руки вверх, вдох, задержка, наклониться - выпрямиться, руки вниз, выдох), затем назад, влево, вправо по той же схеме. Это упражнение дает большую пользу, так как при задержке дыхания скапливается углекислый газ, который расширяет бронхи, это действие усиливается наклонами и помогает избавиться от спаек, возникающих в результате воспаления, и досаждающих своей непонятной болезненностью в груди. Кстати, **задержка дыхания, по той же причине, поможет быстрее снять приступ астматического удушья.**

При **простуде, температуре, воспалении в горле** прекрасно помогает старинное народное средство, которое готовила мне еще моя бабушка:

Сахар (1ст.л.) пережечь до коричневого цвета на сковороде и вылить в стакан горячего чая с малиновым вареньем, добавить 1 ст.л. водки (детям половину) - все это надо выпить, тепло укрыться и пропотеть.

Гастрит. Хороший эффект в этом случае дает настой ромашки (1 ст.л. на 1 стакан кипятка) пить 1/3 стакана 3 раза в день перед едой, 3-5 дней.

Отравление. Прекрасно справляется с этой проблемой зверобой (1 ст. ложка на 1 стакан кипятка). Пить по 1/3 стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Можно выпить 1-2 табл. фестала во время еды.

Воспалительные процессы печени, желчного пузыря и поджелудочной железы уберет следующий состав: (я получила его от автора - травницы, которая вылечилась с его помощью)

Бессмертник песчаный	3 части
Зверобой	2 части
Календула	2 части
Тысячелистник	1 часть
Мята	1 часть

Все смешать, заварить (1 ст. л. сбора на 1 стакан кипятка) и пить по 1/3 стакан перед едой, за 15 минут. Прекрасное желчегонное.

Воспаление кишечника. Можно снять клизмой с ромашкой. 3 ст. ложки, заварить в стакане кипятка, процедить и вылить в приготовленную кипяченую воду (2 литра).

Геморрой. В начале, когда идут постоянные позывы на стул, неприятные ощущения в области прямой кишки - поможет теплая микроклизмочка с ромашкой (1 ст.л. на 1/2 стакана кипятка). При этом заболевании, особенно, если есть трещинки, помогают свечи с прополисом: крестьянское масло растопить на сковородке и добавить столько же крошеного прополиса, процедить, слить в баночку или, охладив, нарезать

треугольниками, в виде свечей и поставить в холодильник. Использовать по необходимости. Когда идет сильное увеличение и воспаление геморроидальных вен, кровотечение из трещинок, поможет состав, который я приняла телепатически от Анастасии.

зверобой 1 часть,
мать-мачеха 1 часть,
верблюжья колючка 1 часть

1 столовую ложку смеси заварить 1 стаканом кипятка и выпить за 2-3 раза, в течение дня.

Мощный эффект дает сжатие и расслабление прямой кишки, почаще.

Рекомендации, полученные от врачей и медсестер:

Воспаление придатков, нарушение месячных, укрепление матки - можно убрать с помощью тысячелистника (1 ст.л. на 1 стакан кипятка).

Выпить за 2-3 приема, в течение дня.

Обильное кровотечение, воспаление придатков снимет пастушья сумка (1ст. ложка на 1 стакан кипятка). Пить по 1/3 стакана 3-4 раза в день. Не помешает поесть протертую морковь с сахаром, побольше.

Состав, который вы прочитаете сейчас, помогает даже при серьезных проблемах с беременностью у женщин, страдающих воспалительными процессами в придатках, когда все средства перепробованы, и надежды иметь ребенка почти не осталось.

Тысячелистник 1 ч. ложка
Цветы календулы 1 ч. ложка
Цветы бузины 1 ч. ложка

Все заварить на 1/2 стакана кипятка, влить очень теплым во влагилице клизмочкой и полежать, ногами на стену, 30 минут. Делать так в течение месяца каждый день, лучше перед сном.

Воспаление мочевого пузыря. Нагретую соль положить на область мочевого пузыря. Если воспаление очень сильное, можно три дня попить белый стрептоцид (по 1 табл. 3 раза в день).

Воспаление простаты.

(Тесть помог зятю. Простатит ушел в течение месяца.) Съесть 1,5 столовых ложки очищенных тыквенных семечек в день (их можно заменить, принимая по 50 мг. глюконата цинка в день) и выпить 3/4 стакана клюквенного сока 3 раза в день. Журнал "Целебник" № 18 2002г.

Воспалительный процесс в почках хорошо снимает спорыш, фитолизин.

Воспаление суставов, остеохондроз, радикулит прекрасно лечат и снимают боль настойки: из Адамова корня или эвкалипта.

Если идут какие-то **проблемы с кровью**, особенно, после различных кровотечений, при пониженном гемоглобине, как глоток воздуха, будет для вас один стакан морковного сока и один стакан гранатового сока (можно чередовать с яблочным) в день, плюс грецкие орехи. Все это очищает и восстанавливает структуру крови. В зависимости от состояния, пить эти соки можно от 1 до 6 месяцев (до полного восстановления), но каждый день вы обязательно будете чувствовать себя лучше.

Черная икра через три-четыре дня поднимет гемоглобин.

Бородавки. Бородавки на ножке убираются корочкой хлеба (в ванной, нагревшись, натирать проблемное место).

Плоские бородавки можно убрать вместе с корнем, пользуясь советом дерматолога из нашего Центра: “Пластырь с отверстием, размером с бородавку, наложить на тело так, чтобы бородавка была полностью открыта. Затем, положить на нее пластик мяса и все полностью закрыть другим кусочком пластыря, не трогать 3-4 дня, после чего пластырь убрать, вместе с приставшей к мясу, бородавкой”.

Все эти рекомендации проверены мною, моими родными и знакомыми.

Кроме пользы, они ничего не дали. Ну, уж если болезнь запущена, идет обострение, конечно, необходимо обращаться к активной традиционной медицине, а затем, все-таки, поддерживать себя фитотерапией, народными средствами, проверенными не одним поколением.

В конце, хочу сказать самое главное. **Все наши болезни идут от загрязненности.** Как снимать загрязненность энергетическую, я подробно рассказала выше. Сейчас несколько слов о том, как почистить свое физическое тело. Я, в свое время, выбрала систему Н.А.Семеновой и сейчас хочу предложить вам несколько ее советов, тем более, что очищая тело физическое, вы очищаетесь и энергетически, становитесь более чистыми проводниками энергетических потоков, которые уже не задерживаются в местах скопления камней или другой грязи, и не вызывают воспаление. Работая со своими слушателями индивидуально, я увидела актуальность данной ниже информации.

Итак: **Очищение кишечника.** Камни в кишечнике, застоявшиеся, не переработанные кусочки пищи, вы можете убрать водой с лимонным соком. На 2 литра очень теплой кипяченой воды добавить 1 столовую ложку лимонного сока (на весь цикл 10-12 лимонов) и затем делать клизмы: Первую неделю - каждый день, вторую неделю - через день, третью - через 2 дня, четвертую - через 3, пятую - через 4, шестую - через 5, седьмую - через 6 дней - и переходить на очищение печени.

Очищение печени. Делать **ТОЛЬКО** после очищения кишечника! Иначе выброс из печени в загрязненный кишечник может привести к очень сложной ситуации. Очищение печени и желчного пузыря от желчи, песка, камней, делается за три дня. Все эти дни вы пьете и “едите” только яблочный сок, желательно собственного производства. На 3-тий день, в 7 часов вечера (активизация работы печени), вы выпиваете 1 стакан лимонного сока (3-5 лимонов) и 1 стакан оливкового масла, порциями: 3 столовых ложки оливкового масла и 3 столовых ложки лимонного сока смешать в чашке, выпить и лечь на грелку, на правый бок. Через 15 минут повторять процедуру до тех пор, пока не закончится сок и масло, затем лечь на грелку и спокойно уснуть (желательно не смотреть телевизор и не читать). В середине ночи или рано утром произойдет первый выброс - коричневая желчь, струппы из протоков, билорубиновые камни зеленого или коричневого цвета.

Если у вас уже “работает” рука, то во время процедуры ее необходимо класть на печень и проговаривать мыслеформу на **дробление** камней. Так же надо делать, если вы очищаете почки.

Очищение почек. Неделю жить на арбузах и черном хлебе. В 3 часа ночи (активизация работы почек) садиться в теплую ванну.

Семенова еще дает очищение суставов, лимфы крови, сосудов и многое другое. В мои планы не входит передавать в своей книге - ее, поэтому я предлагаю дальше найти необходимую литературу самим. Добавлю еще, что Надежда Алексеевна Семенова говорит о необходимости раздельного питания. Опираясь на эти знания, я могу предложить, не вдаваясь, в подробности: ешьте мясо с овощами, свежими или вареными и, если вам необходимо третье блюдо - пусть это будет сок, а не чай или кофе. Их вы можете выпить через час после еды. Почему? Читайте Н.А. Семенову “Мой путь к здоровью”.

Я не медик. Все, что вы узнали из этой книги, проверено практикой, но я предлагаю это как совет, который, как известно, можно и не принимать. Тем более, что я знаю один случай из многих тысяч, когда камни из желчного пузыря забились проток, и больная попала в больницу. Но, в то же время, сама я и многие-многие убрали и камни в желчном пузыре, и сохранили его от удаления. Выбор за вами! Подходите индивидуально к этому вопросу. Будьте здоровы и духовно, и физически!