Малахов Геннадий

ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ

Книга 3

«Настоящая медицина – это Природа, которая лечит, а вся прочая медицина ее служанка».
Гиппократ

САМЫЕ СИЛЬНЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

РАЗГОВОР С ЧИТАТЕЛЕМ

ВВЕДЕНИЕ В ТЕМУ

Часть 1. ГОЛОДАНИЕ

Разъяснение понятия “голодания”.

Описание процессов происходящих на голоде в организме человека.

Голод и жизненная сила организма.

Процессы происходящие на голоде в физическом теле человека.

I. Закисление внутренней среды организма.

II. Рассасывание ткани (аутолиз - “самопереваривание”).

III. Принцип приоритета.

IV. Очищение от шлаков.

V. Нормализация микрофлоры организма и защитной функции организма.

VI. Усвоение углекислого газа и азота из воздуха. Эндогенное питание.

VII. Физиологический покой органов.

VIII. Повышение обмена веществ и усваивающей способности организма.

IX. Омоложение организма.

ВИДЫ ГОЛОДАНИЯ И ИХ ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ.

Завершенное голодание и прерванное.

Период голодания.

Восстановительный период.

Какие сроки голода дают тот или иной эффект на организм человека.

Фракционное голодание.

РАЗЛИЧЕНИЕ ГОЛОДА ПО СПОСОБАМ ПРОВЕДЕНИЯ.

“Классическое” голодание.

“Уриновое” голодание.

“Сухое” голодание.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ГОЛОДАНИЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ БИОЛОГИЧЕСКИХ РИТМОВ, ИНДИВИДУАЛЬНОЙ КОНСТИТУЦИИ И ВОЗРАСТА ЧЕЛОВЕКА.

Учет сезонных циклов при проведении голодания.

Учет лунного цикла при проведении голодания.

Когда лучше выполнять клизмы на голоде.

Учет индивидуальной конституции и возраста человека при проведении голода и выхода из него.

Кому голод противопоказан.

ПРАКТИКА ГОЛОДАНИЯ

Предварительная подготовка перед голоданием.

Вход в голодание.

Правильное проведение 24-36-42 часового голода.

Выход из 24-36-42 - часового голодания.

Правильное проведение 3, 7 и 10-и дневного голода.

Выход из 7-10 дневного голода.

Какие ошибки может совершить голодающий.

ОПЫТ ГОЛОДАНИЯ. ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ.

Часть 2. УРИНОТЕРАПИЯ

Что такое урина?

Как образуется урина?

Свойства урины.

Компоненты урины и их свойства.

Органический состав урины и их свойства.

ВИДЫ УРИНЫ И ИХ ОСОБЕННОСТИ.

1. Первая часть струи урины, средняя и последняя.

2. Четное и нечетное количество глотков урины.

3. Утренняя, дневная, вечерняя и ночная урина.

4. Свежевыпущенная, остывшая, старая, очень старая, упаренная, охлажденная, насыщенная различными веществами и активированная урина.

5. Первородная, детская, мужская и женская, беременных женщин, людей зрелого возраста, старческая урина.

6. Влияние на качество урины питания, эмоционального состояния.

ПРАКТИКА УРИНОТЕРАПИИ.

Методики использования урины посредством клизм.

Методики использования урины через кожу.

Методики использования урины через глаза, нос и уши.

Методики использования урины через рот.

Подкожные уколы с уриной.

Сочетание уринотерапии и голода.

ОПЫТ УРИНОТЕРАПИИ. ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ.

БОЛЕЗНИ И ИХ ЛЕЧЕНИЕ ГОЛОДОМ И УРИНОТЕРАПИЕЙ

РАЗГОВОР С ЧИТАТЕЛЕМ

Друзья мои!
Сердечко бьется!
В России Логика... проснется!
Россия разумом прозреет:
Не будет гнить в тюрьме... проблем!
Как просто ВОСКРЕСИТЬ СЕБЯ!
Есть! Златый ключик к храму «Я»:
Приборка в теле - очищенье,
Дарует плоти - воскрешенье,
А духу - сказку вдохновенья.
Живи и здравствуй! Сотни лет
Коль знаешь чистоты секрет!
СЕКРЕТ ХРИСТА, ПОСТА, УРИНЫ
МУДРЕЙ, чем хаоса... лавины...
СИЛЬНЕЙ Чем... химии капкан...
...Забросив глупости в чулан,
Русь РАСЦВЕТЕТ ПРЕКРАСНОЙ СКАЗКОЙ:
Урина - Золушка без маски,
Плоть приберет от хлама гноя
От лжи и ветоши застоя,
От грязи, лени, стали, зла
МИР ЧИСТОТЫ - ЗАВЕТ ТВОРЦА!
С ней - красота - любовь - весна!
Вальс чистоты - бал вдохновенья!
Нить чистоты ведет к прозренью:
Не спорь с Природой, а... дружи!
Хаосу - черту - не служи!
Малахова - читай с добром:
Цвети и ... плотью, и...умом!

Вера Гусева

Тиражи моих книг приближаются в 20 миллионной отметке*. Приходит масса писем, где меня и благодарят, и ругают, и просят совета, и умоляют о помощи и т. п. Я почувствовал огромное давление людского сознания и ответственность за то, что пишу. Поэтому, я обращаюсь к Вам, уважаемые читатели всего лишь с одной просьбой. Прежде, чем что-либо выполнять из оздоровительных процедур - внимательно ознакомьтесь с механизмом действия. Далее, возьмите ответственность за свое здоровье на себя. Не вздумайте переложить его на чужие плечи, и после взыскивать с них за неудачу. В любом случае пострадавшей стороной будите Вы сами.

Я, как автор, излагаю коллективное, общечеловеческое знание, в общедоступной, понятной форме (об этом судите Вы, уважаемый читатель). Не делайте меня крайним в своих неудачах. Знайте и помните, что одна и та же болезнь у каждого человека протекает по разному, зависит от множества сугубо индивидуальных причин. Самостоятельно ищите свои ошибки и устраняйте их.

Со своей стороны, я дал в 1 томе «Основ Здоровья» опросник, по которому Вы можете тестировать свою оздоровительную систему и устранять ошибки. Ведь болезнь может возникнуть от того, что человек живет в гиблом месте.

* Это данные на 2000 г. В настоящий момент - май 2017 года, они давно ушли за эту отметку. Сколько их вышло в действительности, трудно сказать.

Чистки, питание, урина, голод и т. п. ничего не сделают в плане оздоровления до тех пор, пока не будет сменено место жительства. У другого человека болезнь возникла от психического стресса. Он чиститься, а толку мало. Здесь нужен совсем другой подход. У третьего человека виной болезни является полевой паразит. Изменение питания, чистки, здоровый образ жизни приносят мизерные результаты, до тех пор, пока не будет применена специальная методика по его изгнанию. А у четвертого человека организм был просто загрязнен. Он почистился и получил резкий оздоровительный эффект. Вот в чем причина неудач у одних людей, и быстрый успех у других.

В этой книге, мы с Вами будем рассматривать самые сильные оздоровительные средства (но самое сильное и эффективное - Божья Милость), которые можно применить самостоятельно. Будьте внимательны и осторожны - они могут при правильном применении поставить на ноги безнадежно больного человека, а при неправильном подорвать здоровье у совершенно здорового. Отсюда, набирайтесь собственного опыта постепенно, не спеша. Теоретическую основу я изложил, практические примеры привел.

Я непоколебимо уверен, что работа с собственной жизненной силой - самый надежный, самый верный, самый правильный, самый эффективный путь лечения и оздоровления организма. Путь этот тернист и тяжел, и его должен пройти каждый из нас. Ибо, такова судьба человеческая. Знание, поможет, облегчит этот путь. Невежество усугубит, заставит повторно проходить отдельные этапы.

Приведу некоторые отзывы читателей о моих книгах, о том, через что им пришлось пройти.

1. Отзыв обыкновенной читательницы. *«Я хочу Вас поблагодарить за Ваши книги, и написать Вам о своем горе. Когда мне исполнилось 54 года, у меня начались страшные боли в брюшине, началась трясучка и пошла моча, ее нельзя было остановить, я орала от боли. Потом как будто мне Бог подсказал, я, извините, написала полную банку и выпила, и моча остановилась, тогда я намочила тряпку, положила на живот и на голову, все боли прекратились.* (Виноват в этих страшных болях сам человек, потому что жил в невежестве. Если бы придерживался здорового образа жизни, то их и в помине не было бы.)

Когда на следующий день я пошла к врачу на проверку, меня положили в больницу, начали чистить кишечник в течение месяца, но в это время я сама прекратила есть. В кишечнике у меня ничего не нашли, стали делать УЗИ, нашли камни в желчном пузыре и желчные протоки все забиты песком, но ничем помочь не смогли, сказали, будем выписывать, но в это время я захотела пить, мне дочка принесла яблочного и черносмородинового сока, и я выпила. У меня началась рвота. Меня чистили минут 20, полванны было черной грязи, водоросли, волосы, вообще зелень, страшно было смотреть, и мне сразу стало легче, самовольно сработала печень. Это потом я поняла. (Кто мешал этому человеку профилактически очищать свой организм? Почему она довела себя до такого состояния и переложила ответственность за свое здоровье на других людей. А эти люди, тоже невежественны и «лечением» могли бы еще больше усугубить состояние здоровья.)

Я выписалась из больницы и решила проверится на компьютере, и после проверки мне поставили диагноз: опухоль толстого кишечника, 86 % шансов нет на спасение, я за месяц похудела на 23 кг. Я почему-то им не поверила, поехала к врачу Суханову, вы его знаете, он знаменитый, он руками пощупал меня, тоже сказал, что опухоль и панкреатит поджелудочной. Вот здесь я испугалась, плакала очень, но жить еще хотелось. Пришла домой и случайно узнала про Ваши книги. Купила их все, прочитала. И решила взяться за лечение. (Вот пример того, что Ваше здоровье нужно только Вам самим. И когда от Вас все отказались, а Вам жить еще хочется, Вы берете ответственность за свое здоровые в свои руки и действуете. Наконец-таки человек стал на истинный путь. Но трудность в том, что жизненной силы маловато, болезнь набрала силу. И бой между двумя этими силами будет не на жизнь, а насмерть. А полем боя будет Ваш организм.)

Начала каждый день пить по литру урины и чистить кишечник литром мочегона, чистила 3 месяца ежедневно. Чистила печень один месяц. Но это было что-то страшное: у меня на теле не было живого места- фурункулы на голове и на лице, на груди, а на животе черная кожа, я на

ночь положила глину с мочегоном на все места и на позвоночник, так как у меня все болело, мне было плохо, меня тошнило, я не могла ходить, все равно залезала в ванну под горячий душ, все смывала и мазала оливковым маслом или внутренним жиром тело, на голову тоже клала глину. Грибок разъел все ноги, тоже клала на них глину с мочегоном. Так прошло 5 лет, я до сих пор жива благодаря Вам и Вашим книгам. (Чем серьезнее бой, тем более искаверканным будет поле боя - Ваш организм. Если бы было применено голодание, то сражение прошло бы более мягко. Вот здесь, знание, как надо вести бой за свое здоровье весьма бы пригодилось. Для этого и служат мои книги. Но не надо запускать до такой степени свой организм.)

Пишу Вам благодарность от всего сердца, за то, что я выжила, но сейчас я поправилась на 10 кг, ем овощи, фрукты, каши, пью траву, урину 1 л в день, в 2 недели один раз делаю клизму, но на живот кладу глину с уриной ежедневно на ночь. Утром смываю все под душем и иду на работу.

Сейчас мне 59 лет. Тело мое стало чистое, кожа на ногах выросла новая. Хлеб, мясо не ем уже 5 лет - все мои знакомые, которые меня знают, и на работе, все очень рады, что я вылечилась по Вашим книгам и смогла выжить. Еще раз от всей души Вам благодарна. Какие ужасы я перенесла, только одному Богу известно и мне, какие я боли испытала, это только можно перенести, если хочешь жить или есть сила воли». (Это все по Вашему невежество приключилось с Вами. Вы виновник всему этому кошмару. Вот так происходит прозрение, через боль, страдания, ужасы.)

Отзыв врача. *«С большим интересом прочитал Ваши 4 тома «Целительные силы» и не могу не отдать Вам должное - проделан по истине титанический труд по обобщению того огромного материала, который накоплен человечеством в исследуемых Вами областях и последующих зачастую смелых, новых и оригинальных выводах, позволяющих во-первых, увидеть многое в другом свете, а во-вторых способствующих внедрению их в практику.*

Как врач (кандидат медицинских наук, доцент) с большим опытом работы не только в традиционной медицине, но и 30 лет занимающийся изучением народной медицины должен отметить, что Вам смело можно выдать диплом врача, ученые степени и ученые знания».

Отзыв врача. *«С огромным приветом к Вам врач-хирург со стажем работы 23 года. Дорогой Вы мой человек, я прочел все Ваши 4 тома. Честное слово, я обескуражен, я просто несколько дней не находил себе места, изучив Ваши произведения. Это огромный труд, достойный всяческого уважения. Все человечество и я в том числе в огромном долгу перед Вами. Вы написали непросто хорошие книги, а бесценные книги, некоторые стали бестселлером на моем столе. Огромное Вам спасибо. Читая Ваши произведения, я постоянно находил подтверждения своим мыслям. Я давно так думаю, давно так хотел бы лечить. Лет 10-15 тому назад я стал понимать, что мы - ортодоксальная медицина - находится на не совсем верном пути. Режем, режем, шьем, а настоящего здоровья дать человеку не можем.*

Вы смогли своими произведениями ответить почти на все мои вопросы. Сам я вначале был поклонником Поля Брэгга. Шестой год я занимаюсь голоданием, оздоровлением по Брэггу. Теперь с уверенностью я могу сказать, что я стал поклонником Малахова и стал Малаховец - такое впечатление Вы на меня произвели.

Ваши произведения настолько доказывающие, жизнеутверждающие, что не последовать за Вами мне кажется нельзя».

Отзыв читателя. *«Раньше, когда я читала книги по оздоровлению и всему, что с этим связано, я смотрела на все со стороны, отделяя от себя автора. Читая же Ваши труды, у меня такое ощущение, что я думаю так же, что я объяснила бы так же, иногда даже, как будто это не Вы пишите, а я. Согласна и принимаю все Ваши доводы, рассуждения и объяснения без малейшего сомнения. У меня ощущение, что Вы - моя родственная душа, это уникальное чувство, которое трудно передать словами».*

Отзыв читателя. *«О вас я узнала из Швейцарии, когда мой муж гостил у моей сестры. Там же он попал в дом к нашим прославленным чемпионам по фигурному катанию Л. Белоусовой и О. Протопопову. Они и рассказали, что читали ваши книги, и многое из них применяют на себе. И что они благодаря вашим советам благополучно тренируются, и также благополучно танцуют в показательных выступлениях. Хотя им уже под 60 лет».*

ВВЕДЕНИЕ В ТЕМУ

Человек, - сложное образование, состоящее из информационных систем и подсистем, резонирующих друг с другом, а болезнь - результат нарушения этой гармоничной синхронизации. Поэтому, необходимо восстановить естественные, заданные Природой параметры.

Генеша.

В книгах серии «Основы здоровья» рассказывается о том, как правильно работать с собственной жизненной энергий. В связи с тем, что имеется множество подходов и рекомендаций разного рода работы с собственной жизненной энергий, важно найти наиболее *естественный, правильный и легко осуществимый способ.*

В большинстве своем, специалисты в области естественного оздоровления организма говорят о том, что подход к собственному оздоровлению должен быть комплексным и предлагают разные варианты оздоровительных средств (питание, голодание, дыхание, движение, закаливание, очищение и т. д.), а также разную последовательность и взаимосочетание их (голодание с последующим питанием, дыхание с движением, голодание с уринотерапией и т. д.). В связи с этим важно знать, как в комплексе работает то или иное оздоровительное средство, его влияние на собственную жизненную силу. Зная эти особенности, каждый человек сможет осознанно применять их и добиваться желаемого эффекта в оздоровлении собственного организма.

Встает вопрос, из каких оздоровительных средств должен состоять комплексный подход, как их надо применять, в какой последовательности и возможных взаимосочетаниях? Эти вопросы основные, как при лечении от конкретной болезни, так и при общем оздоровлении организма, профилактике и укреплении здоровья, продлении молодости и жизни.

Вот так мы с Вами подошли к пункту №4, изложенному в 1 томе «Основ здоровья», в котором говориться:

- Работа с физическим телом является последним этапом оздоровительной работы, в котором отражаются все предыдущие работы: с Пространством, полевой формой жизни и сознанием (умом). Главное в физическом теле, это поддержание в нем достаточного количества жизненной энергии, постоянное самообновление на клеточном и тканевом уровне.

И далее следуют четыре оздоровительных закона основанные на этом.

Я долго размышлял над выше описанными вопросами (из каких оздоровительных средств должен состоять комплексный подход, как их надо применять, в какой последовательности и возможных взаимосочетаниях?) и нашел простое решение. Я проследил путь, по которому полевая форма жизни формирует физическое тело и понял те особенности, которые Ей (жизненной силе) необходимы, чтобы это сделать нормально без сбоев. Вот этапы формирования человеческого организма и те условия в которых это происходит.

1. Формирование человеческого организма начинается в матке женщины.

Что собой представляет женская матка? Это особое пространственное образование, которое может особым образом концентрировать энергию. Матка окружена и пронизана жизненной энергией женского организма. Именно ее матка и концентрирует внутри себя.

Каковы условия внутри женской матки? В ней тепло и влажно.

2. Последовательные стадии построения организма человека полевой формой жизни.

а\. В самом начале, в пространстве матки имеется группа быстро делящихся клеток. Для своего роста клетки используют сконцентрированную жизненную энергию женского организма в матке, ткани материнского организма и особые условия, которые благоприятствуют биосинтетическим процессам (кислая среда, высокая концентрация углекислого газа и азота, которые нужны для биосинтеза).

Важно подчеркнуть, что на этой стадии, клетки напрямую, без посредников (нет крови по которой питательные вещества доставляются к клеткам, нет органов пищеварения и дыхания), за счет активности своих ферментов получают питание от материнского организма, разлагая и усваивая ее ткани.

б\. Далее образуется амниотическая полость и плацента, которые осуществляют дальнейшее построение человеческого организма.

Амниотическая полость представляет собой сферу (напоминающее формой куриное яйцо)

заполненную жидкостью. Человеческий организм до момента родов развивается в этой полости и жидкости.

Разберем, что собой представляет амниотическая сфера и жидкость внутри ее, как они влияют на рост организма? Амниотическую сферу можно сравнить с сосудом, в котором жидкость заряжается жизненной энергией материнского организма. Амниотическая жидкость образуется во многом за счет выделительной функции почек и представляет собой «водоемчик» в котором плавает человеческий организм.

3. Что обеспечивает «водоемчик» амниотической жидкости? Само появление жидкости из развивающегося организма, говорит о том, что ему нужна своя среда для успешного развития. Поэтому организм отгораживается от материнского организма для наиболее благоприятного развития. И здесь прослеживается интересное явление - амниотическая жидкость представляет свою среду, которая дополнительно заряжается жизненной энергией женского организма. Это своего рода аккумулятор сродственных энергий развивающегося организма, что обеспечивает его бурный рост.

Какой состав имеет амниотическая жидкость? Исследования с помощью меченых атомов показали, что ее состав постоянно и быстро обновляется и содержит она следующие вещества: сахар - 27 мг%, мочевину - 28 мг%, соли - до 1% со стабильным составом, органические вещества - от 0,5 до 4%, имеются гормоны, витамины, присутствуют радиоактивные вещества (соли тория или актиния). Удельный вес околоплодной жидкости 1,007 - 1,008.

Благотворное действие амниотической жидкости на формирующийся и растущий человеческий организм многогранно. Укажем только основные: концентрация сродственной жизненной энергии; передача ее и свободных электронов через влажную кожу и точки акупунктурной системы внутрь организма; питание через кожу и первая пища для пищеварительной системы (6-месячный плод сосет большой палец, заглатывая при этом амниотическую жидкость).

Таким образом, «водоемчик» амниотической жидкости обеспечивает идеальную среду для формирования и роста человеческого организма.

4. Рост и формирование человеческого организма начинается с простых клеток и заканчивается появлением систем, органов и специфических клеток (волосы, кожа, кости, клетки органов и т. п.). Другими словами, с ростом организма происходит его усложнение.

Проследим этапы «усложнения» организма. В самом начале это группа клеток. По мере увеличения количества клеток требуется система распределения и удаления. Так появляется жидкость между клеток (межклеточная жидкость и кровь), посредством которой происходит доставка питательных веществ и удаление отходов. Это ведет к образованию кровеносной системы, печени и почек.

В виду того, что организму человека предстоит передвигаться и клетки должны быть закреплены между собой, появляется соединительная ткань и формируется скелет.

В связи с тем, что питание должно осуществляться организмом человека самостоятельно, а не за счет матери, формируется и постепенно «запускается» в действие пищеварительный тракт со всеми его особенностями.

Далее появляются легкие, кожа и т. д.

Чтобы не запутаться в частностях укажу главное - в начале группа делящихся клеток образует головной мозг (у зародыша он подавляет своими размерами все остальное) из которого «выдвигаются» и формируется весь организм по мере надобности (нервная система, соединительная ткань, клетки мышц, органов и т. п.) Правильнее было бы сказать так - полевая форма жизни из активного центра (оплодотворенной яйцеклетки) начинает разворачивать и усложнять программу построения человеческого организма (головного мозга), пока не развернет ее полностью (сформирует организм способный существовать самостоятельно). Весьма важно, чтобы в эту информационно-энергетическую программу построения человеческого организма не вмешивались другие информационно-энергетические влияния и не вызывали искажений в построении организма (врожденные дефекты и т. д.).

5. Когда физический организм человека полностью сформирован и готов к самостоятельному существованию, наступает следующая стадия - ориентация в новом мире. Для этого на основании органов чувств формируется созна-

ние человека. Управление сознанием организма человека (передвижение, поиски и приготовление пищи, а также более сложные поведенческие и социальные акты) представляет собой информационно-энергетический процесс.

Подчеркну важнейшую особенность - информационно-энергетический процесс построения человеческого организма не может осуществляться одновременно с информационно-энергетическими процессами в сознании. Ибо это привело бы к искажению построения физического тела человека. Именно поэтому они разделены и после того, как полностью будет развернута программа построения физического тела, начинается формирование информационно-энергетических процессов сознания человека.

2. Пример. «*Погиб мой сын и я лет пять была в депрессии. Что я только не творила и курсы закончила по вязанию и ездила в путешествие - вроде легче, но потом опять тоже состояние.* (Вот яркий пример того, как негативные информационно-энергетические процессы идущие в сознании ухудшают здоровье человека). *В 52 года первая таблетка, в 61 - первый антибиотик. И нелады по гинекологии меня совсем сделали неуправляемой. А теперь я как с того света вернулась, благодаря вам. Теперь у меня не появляются на шее и под мышками висячие бородавки. Сделала три голодовки с уриной - 9 - 18 и 10 дней.* (Голод позволил жизненной силе спокойно работать над восстановлением организма. Для того, чтобы эффект был заметен понадобилось три голода - 9, 18 и 10 дней.) *Последние 10 дней на 9-й и 10-й после клизмы вышла какая-то масса, стакана полтора из печени - цвет говяжьей печени, как каша, чудеса да и только. По гинекологии тоже легко стало, но я продолжаю вставлять бинтики с упаренной до 1/4. Я очень вам благодарна, спасибо*». (Для полного излечения организма надо на следующий год повторить подобный цикл голода.)

Любопытно отметить одну особенность, новорожденные похожи друг не друга, как по форме тела, так и по поведению - это следствие реализации общей для всех программы развития физического тела. Когда же сформируется сознание, то здесь проявляется все многообразие отличий, как по форме тела, так и по способу жизни.

Положительная и отрицательная сторона информационно-энергетических процессов в сознании человека заключается в том, что они сильно влияют на биологические процессы в физическом теле. Более правильно сказать так, наша умственная деятельность сильно влияет на протекание информационно-энергетических процессов обеспечивающих жизнедеятельность организма.

Отрицательное действие выражается в том, что не контролируемые мысли и эмоции действуя на информационно-энергетические функции организма, искажают или подавляют их. Гнев, страх, брезгливость, тоска и т. п. Положительное действие выражается в том, что сознательно мы можем стимулировать ослабленную функцию. Например, произнося образно-волевой настрой на возрождение той или иной функции или органа, сознательно отключая сознание в расслабленном положении, посредством аутотренинга и т. п. мы можем вызвать нужное оздоровительное действие в организме.

Подведем итог выше сказанному. ***Любая болезнь или расстройство здоровья, есть рассогласование информационно-энергетических потоков обеспечивающих жизнедеятельность организма. Для того, чтобы выздороветь или укрепить собственное здоровье надо сделать одно - привести информационно-энергетические процессы жизнедеятельности в гармоничное состояние.***

Как же это сделать и с помощью каких средств? Для ответа на эти вопросы я начну разъяснять ранее описанное в пяти пунктах.

Главный смысл заключается в том, что на протяжении всей жизни человека жизненная сила поддерживает и обновляет информационно-энергетические процессы жизнедеятельности организма. Если Вы заболели, то что-то исказило гармонию этих процессов и надо устранить причину.

Причины искажения гармонии информационно-энергетических жизненных процессов можно разделить на два вида, которые требуют разного подхода. Так существуют кармические причины, родовые травмы, разного вида порчи,

геопатогенные зоны и некоторые другие, которые можно устранить особыми воздействиями. Все остальные причины любой человек может устранить самостоятельно. Вот главная последовательность действий, как это необходимо сделать.

1. Успокойтесь умственно и эмоционально, расслабьтесь. Отключите свое сознание с тем, чтобы оно своими информационно-энергетическими действиями не вызывала дисгармонии в жизнедеятельности организма либо положительными эмоциями стимулируйте свою жизнедеятельность.

2. Сознательно помогите своей жизненной силе в восстановлении утраченной гармонии. Для этого, перестаньте вводить в организм любые пищевые вещества, которые по своей сути являются специфическими информационно-энергетическими потоками искажающими гармонию жизненных процессов. Создайте в организме условия, которые бы способствовали активации клеток на восстановление. Для этого надо последовательно отключать все системы или значительно снизить их деятельность - пищеварения, дыхания, кровообращения, которые обеспечивают организм на клеточном уровне, с тем, чтобы клетки оказались в кислой среде, богатой углекислым газом, азотом и начали интенсивно обновляться.

3. Окружите себя благоприятными условиями, подобными в амниотической полости. Во-первых, тепло и влага. Лишь одно это позволит получать дополнительную энергию через кожу. Во-вторых, солевой раствор, как лучший электропроводник будет способствовать усиленному поступлению свободных электронов в акупунктурную систему организма и усиливать ферментативные процессы. Помните, что активность ферментов зависит от поступления электронов в его активный центр. Без этого ферменты - просто пассивные белки.

4. Окружите себя концентрированной сродственной Вам жизненной энергией, как в женской матке. Для этого можно использовать различные приспособления и средства. Например, в качестве пространственного концентратора энергии, определенной формы помещения (лучше полые пирамиды), предметы в виде полых сот, заряженный воск и т. п. Легче, проще и эффективнее это сделать с помощью нанесения на кожу упаренной до 1/4 собственной урины.

5. В виду того, что тело человека на клеточном уровне представляет собой огромную плоскую поверхность, которая собрана в малом объеме (это хорошо понять так - возьмите газету и сильно ее скомкайте, это и будет большая плоскость в малом объеме) и омывается 30-40 литрами жидкости (кровь, лимфа, межклеточная жидкость), важно поддерживать нормальную циркуляцию жидкостных сред для омывания клеток, с целью предотвращения застойных явлений. Кроме указанного, умеренное движение способствует: лучшему потреблению энергии организмом; прохождению энергетических потоков через организм; быстрее гармонизирует энергетические потоки между собой.

Задействовав указанные пять пунктов, Вам остается подождать до тех пор, пока рассогласованная в результате болезни деятельность жизненных информационно-энергетических потоков не придет в норму. Далее, надо вести такой образ жизни, который бы не вызывал дисгармонии жизненных информационно-энергетических потоков.

Теперь, нам остается ответить на вопрос, с помощью каких оздоровительных средств мы можем задействовать указанные пять пунктов? Оказывается, лучше всего это сделать с помощью голодания и уринотерапии. Практика самостоятельного исцеления показывает, что эти два средства обладают наиболее эффективным действием среди всех прочих.

Прежде чем перейти к более подробному рассмотрению этих оздоровительных средств с целью самостоятельного применения, разберем ниже следующее письмо.

Пример. *«С интересом прочитал вашу книгу «Голодание». Как думающий человек, вы отлично понимаете, что отрицательный результат, это тоже результат. Нет, я совсем не собираюсь оспаривать ваши рекомендации. Все правильно. Но проблема, на мой взгляд, гораздо глубже, чем кажется на самом деле и напоминает ситуацию с евреями, эмигрировавшими в Израиль. Быть умным среди дураков и дураком среди умных, говоря их словами, - это две большие разницы. Так и с вашими методами, я имею в виду их практическое применение.*

Простой ваш пример. Червяк в режиме голодания живет несколько поколений. Брэгг, живя

по закону этого червяка, прожил 96 лет. При этом он, по его же словам, бегал, прыгал, катался на каноэ и пил по утрам апельсиновый сок. Мои бабушка с дедушкой занимались строительством развитого социализма, прожили 90. (Поль Брэгг от природы был очень слабым ребенком. В детстве он переболел всеми детскими болезнями. Поток его жизненной силы был слаб и срок жизни при том образе жизни, который он вел окончился бы лет в 20-25. Но в том то и дело, что у человека есть ум, который можно применить к собственному здоровью, собственной жизненной силе. Правильная работа с жизненной силой (голод, правильное питание, образ жизни) дала возможность прожить здоровой и долгой жизнью.

Лица с сильным потенциалом жизненной силы способны и в неблагоприятных условиях жизни прожить долго. Но дело в том, что если бы они соблюдали здоровый образ жизни, то срок их жизни увеличился бы лет на 20-30. Поймите разницу, у каждого человека свой потенциал жизненной силы, который можно беречь и наоборот, бездумно жечь.)

Простой мой пример. Один знакомый, доказывая, недорослю-сыну авторитет отца, сказал ему, что в течение года он не возьмет в рот ни капли спиртного. И сделал это. На мой вопрос - Ну, и как? - Ответил - Ничего особенного, только всех своих друзей растерял. То есть человек в своей сущности в большей части существо социальное, нежели физиологическое. (А вот здесь встает другой круг вопросов, главный из который - для чего Вам нужна жизнь? Если она нужна Вам для наслаждения от еды, общения и т. д. это одно. Вас устраивает тот общественный строй в котором Вы живете. Вы не от него, ни от себя ничего особого не хотите, кроме каких-то материальных, интеллектуальных удовлетворений. Я называю эту жизнь «самотеком». Живете как все, имеете как все, болеете как все и т. п. Но если Вы не согласны с окружающими условиями жизни и желаете реализовать себя, ну хотя бы быть здоровым, Вы должны жить по другим законам. И здесь Вы стоите перед выбором, перед решением главного вопроса - а зачем мне собственно жить, какова цель моей жизни? Если Вас удовлетворяет состояние разлагающегося человека, терзаемого всевозможными болями, но при этом ведущего тот образ жизни, который Вам навязало общество и Вы его приняли - пожалуйста, существуйте. В противном случае, Вам придется сразиться с этим обществом, его привычками, установками. Вот здесь, всех нас и подстерегает главная ошибка - заболел, хочу быть здоровым. Меняю образ жизни выздоравливаю и опять втягиваюсь в пучину порочностей общества. Вновь болезни. Увы, надо менять наше порочное общество, делать его более здоровым. Чтобы людей объединяло не удовольствие от спиртного, курева, наркотиков, секса, вкуса и прочих удовольствий, а разумное начало здоровой и счастливой жизни.)

Не хочу обидеть вас, но ваши методы - это ни что иное как воздействие на подсознание человека, а это вещь достаточно тонкая. И чисто русский метод - клин клином в этой области, лично для меня это большой вопрос. Допускаю лишь один единственный случай - это от без исходности. Но человек нормальный, в принципе не должен до этого доходить. (Да, к сожалению, самооздоровлением занимаются только от безисходности, когда все пройдено, а помощи нет. Да, в нашем порочном «цивилизованном» обществе, нормой жизни считается саморазрушение, которое поощряется и оправдывается всеми доступными средствами. Отсюда, надо задуматься, а так ли я живу, правильно ли так жить? Да, это работа человека со своим сознанием в первую очередь и только во вторую со своей физиологией.)

Теперь относительно существа ваших методов. Можно вычистить организм, но оказаться под машиной какого либо дурака водителя: по своим ощущениям я понял, что в ослабленном состоянии на улице показываться ни при каких обстоятельствах сейчас нельзя. (Да, любой метод очистки требует затраты жизненной силы организма на его осуществление. И чем сильнее и эффективнее методика очистки организма, тем больше энергии она отнимает. Поэтому, поберегитесь заранее, не лезьте под машины, а ходите по тротуару, побудьте дома.)

И относительно основной вашей рекомендации - установки на терпение. Суть проблемы этой установки очень хорошо выразил Гомельский, привезя наших баскетболистов в США. Сравнивая игру американцев с игрой наших баскетболистов, он заметил, что американцы просто играют, получая при этом явное удо-

вольствие. Наши же, «как их не корми», всегда «как на работе». На мой взгляд, эта ваша установка требует небольшой корректировки в виде - «Если насилие неизбежно, то нужно расслабиться и получить максимум удовольствия». (Пример с баскетболистами не сопоставим с процессами исцеления идущими в сознании и организме человека. В чем заключается основа «терпения» и как ее лучше реализовать? Если взять сознание человека на голоде, то терпение - это противопоставление всем желаниям прекратить его, под самыми различными предлогами. Это не желание быть в дискомфортном состоянии от чувства голода, подавленности сознания, жалости к самому себе, раздражения на окружающих и т. п. Если взять физиологию человека на голоде, то терпение - это умение выдержать кризисные явления от «выкорчевывания» болезней, преодолеть расслабленность, умело развернуть глубинные процессы исцеления, а не бросить их на половине и т. п.)

Резюмируя все свои ощущения, можно сказать, что голодать просто для нормального человека - это как пить водку, только с точностью до наоборот. В начале голодания, вкупе с «паленой» водкой, полностью исчезает алкогольная зависимость, даже по чуть-чуть, то есть теряется тренинг в этой области, затем начинаешь думать, а чем тогда заняться, то есть как изменить то самое правило. Вы понимаете, что это значит? Тем не менее с уважением»! (Вот автор письма и раскрылся - чем заполнить жизнь, если убрать наслаждения и одурманивания разного рода. О том, как действует голод на нормального человека описано в разделе «Процессы происходящие на голоде в организме человека». Если это Вам необходимо, то применяйте и наслаждайтесь самим процессом жизни - самым «опьяняющим напитком». Если нет, то одурманивайте и разрушайте себя в угоду «наслаждающегося - цивилизованному» обществу.)

.....

Часть 1. ГОЛОДАНИЕ

Разъяснение понятия “голодания”.

Арнольд де Вриз в книге “Терапия голоданием” (Лос-Анджелес 1963 г.) описывает понятие голодания так: “Под термином “голодание” подразумевается полное или частичное воздержание от пищи или воды по какой-либо причине. Так бывает голодание фруктовое, овощное, молочное, водное и много других типов. В зависимости от причин вызывающих голодание, можно дать другое подразделение, а именно: религиозное голодание, профессиональное голодание, физиологическое голодание, патологическое и экспериментальное голодание.

Фруктовое голодание - это воздержание от фруктов; овощное - от овощей; молочное - воздержание от молока; водное - воздержание от воды и т. д. Религиозное голодание (“пост”) - это воздержание от пищи с целью развития духовной мысли или с целью выполнения религиозного обряда. Профессиональное голодание - это воздержание с целью приобретения известности и рекламы. Физиологическое - это естественный отказ от пищи, встречающийся в природе, например, во время зимней спячки или сезонное воздержание от пищи некоторых животных. Патологическое голодание связано с органическими заболеваниями, которые делают организм неспособным принимать или усваивать пищу. Экспериментальное голодание - это искусственное воздержание от пищи людей или животных для целей научного исследования. ... терапевтическое (лечебное) голодание - полное воздержание от пищи, но не от воды. Целью терапевтического голодания является укрепление и восстановление здоровья.”

Описанное де Вризом подразделение “голоданий”, говорит о вопиющей путанице в умах людей по этому вопросу. Чтобы добиться определенных физиологических сдвигов в организме, а затем некоторое время их поддерживать с лечебной или профилактической целью, необходимо *полное воздержание от принятия пищи.* Фруктовое, овощное, молочное “голодания” (можете добавить сюда мясное, хлебное и т. д.) - обычное питание, которое не способствует естественному и быстрому приведению информационно-энергетических жизненных потоков в организме человека в гармоничное состояние.

В нашем случае, понятие “голодание” означает: ***добровольный отказ человека от приема какой-либо пищи на определенный период времени с целью помощи жизненной силе организма восстановить гармонию и силу биологических процессов нарушенных в результате болезни, ослабления организма и т. п.*** При этом, предельные сроки голода не должны приводить к истощению организма и наступлению необратимых изменений.

Существуют и другие обозначения добровольного отказа человека от пищи - “пост”, “разгрузочно-диетическая терапия” (сокращенно РДТ), “физиологически полезное голодание” (сокращенно ФПГ). Объясним происхождение этих терминов и устраним некоторые недоразумения связанные с ними.

Слово “пост” французского происхождения и означает: 1) ответственную и видную должность; 2) часового поставленного на точно указанное место; 3) само место на котором стоит часовой. Но самое главное в этом понять, какую функцию выполняет человек на посту. А функция сводится к запрету прохождения через пост нежелательных действий, предметов, людей и т. п. Таким образом, когда говорят, что человек “придерживается поста” или “налагает на себя пост”, это означает, что человек добровольно поставил преграду своим чувственным удовольствиям с целью их обуздания и подчинения. Этим поступком он возвысил себя, занял главное место в самом себе, отметая все ложное и чуждое. Если этого не делать сознательно, добровольно, то потакание своим чувственным удовольствиям (от еды, алкоголя, секса, комфорта и т. д.) приводит к нарушению биологических процессов в организме и возникновению той или иной болезни.

Таким образом, “пост” это тот же голод, но более точно отражающий мотивационную сторону человека. Как видите, никакого сходства с “постной” пищей, кроме звучания, понятие “пост” не имеет. Внешнее сходство звучания, но противоположные по смыслу слова - “пост” (французское слово означающее “запрет”) и “постный” (русское слово означающее “не жирную и мясную пищу”) привело к путанице в умах людей и неправильной трактовке религиозных постов. Вместо того, чтобы голодать, люди употребляют нежирную пищу (мясо нельзя, а рыбу можно!?), извращая изначально заложенный смысл.

Термин “разгрузочно-диетическая терапия” был введен большим пропагандистом лечебного голодания профессором Юрием Сергеевичем Николаевым. Изучая процессы идущие в организме на голоде и после него, выяснилось, что организм во время дозированного голодания живет за счет включения особых механизмов, потребляя свою резервную ткань. В сущности голода нет, есть качественно другой вид питания. В связи тем, что люди негативно относятся к слову “голод” и тем, что на выходе из голода используется особое питание Николаев решил назвать свой метод лечения психических заболеваний разгрузочно-диетической терапией, кратко РДТ.

С 1952 г в России методом РДТ стали лечить соматических больных: сердечную и бронхиальную астму, воспаление легких, тромбофлебит, радикулит, склероз и т.д.

Сурен Авакович Аракелян, идя собственным путем изучения голода, широко практикуя его в животноводстве для омоложения животных назвал это явление “физиологически полезным голоданием”, сокращенно ФПГ.

Почему именно “физиологически полезным”? Из научных и практических исследований стало известно, что для активации ряда биологических механизмов отвечающих за обновление организма необходимо строгое воздержание от приема любого вида пищи на определенный период времени. Этот “определенный период времени” должен быть достаточен по продолжительности для полноценного разворачивания обновляющих механизмов. Если он мал, то эти механизмы не запустятся и никакого омолаживающего эффекта не будет. Если он чрезмерно длителен, то наступят необратимые патологические изменения могущие привести к смерти. Поэтому, время голода длиться ровно столько, сколько необходимо для запуска и действия физиологических механизмов обновления и омоложения. Отсюда и название “физиологически полезное голодание”.

Описание процессов происходящих на голоде в организме человека.

Голодание воздействует на всего человека в целом - полевую форму жизни и физическое

тело.

На полевую форму жизни человека голодание оказывает двоякий эффект: тренирует жизненную силу организма на восстановление и обновление, и очищает сознание от разного рода вредных привычек, которые угнетают жизненную силу.

Голод и жизненная сила организма. Под "жизненной силой" мы подразумеваем тот информационно-энергетический уровень человеческого существа, который руководит развитием и построением человеческого организма от состояния оплодотворенной яйцеклетки до состояния половозрелого человека, а затем поддерживает организм в стабильном состоянии в продолжении всей жизни.

Вот как Поль Брегг охарактеризовал жизненную силу.

«Жизненная энергия, которая использовалась для усвоения пищи, во время голодания тратится на выведение ядов из организма. Когда вы голодаете организм за счет жизненной энергии самоочищается, самолечится и самовосстанавливается.

Тысячи дел, которые требуют энергии и еще энергии! Энергия - это весьма ценная вещь, но ее нельзя упаковать в бутылку или в коробку и купить. Многие думают, что ее можно заполучить в лекарствах, алкоголе, табаке, кофе, чае, пепси-коле, но они ошибаются. Энергия - это награда за жизнь, как можно более близкую к естественной. Снижение энергии ведет к замедлению деятельности всей системы выделения: кишечника, почек, кожи и легких. У этих органов не хватает энергии, чтобы функционировать на полную мощность. И тогда яды разного рода не выводятся полностью из организма, постепенно накапливаются и приносят страшный вред».

Когда человек начинает голодать, информационно-энергетические потоки от поступления пищи прекращают свое угнетающее и искажающее действие на жизненную силу, и она начинает восстанавливать организм. Здесь надо понять главное - голодание это процесс идущий в глубину организма на клеточный уровень.

3. Пример. «*Мой возраст 41 год (6 июня 1956 года), рост 156, вешу 155. Я очень признательна вам за ваши труды. В 1985 году я переболела Боткина, 25 дней - капельницы, наступила дистрофия печени. Я благодарна врачам, что они поставили меня на ноги, но в каком виде я вернулась домой: печень, сердце, головные боли, в пору было ложиться и помирать, но мне очень хотелось жить и шаг за шагом я начинала жить иначе.* (Жизнь самотеком неизбежно приводит к подобным результатам. Надо собраться, пересмотреть свою жизнь - а так ли надо жить и постепенно изменить свой образ жизни на более естественный и здоровый. Женщина это поняла и сделала.)

Сначала я начала ходить, бегать, обливаться водой, а затем на второй год я купалась когда на улице было 23 градуса мороза. Все что я испытала не передать. В 1989 году - родила сына (а первые две дочери). (Вот как можно поднять самого себя, стать полноценным человеком, зажить новой жизнью.) *Но все же сказалась лень душой и телом. Я понимала что надо заниматься собой, но не находила в себе силы воли заставить соблюдать оздоровительный режим.* (В виду того что человек живет в обществе, - порочном обществе, привычки этого общества, поведение других людей постоянно атакуют человека занимающегося оздоровлением. И вот, когда болезни позади, окружающая общественная жизнь воздействует на сознание человека - зачем придерживаться, ведь ты здоров. Ешь, пей, гуляй, как все. Человек поддается этому и попадает в тот омут из которого только что выбрался. Вскоре за самотечной жизнью, появляются и ее друзья - болезни. Это одна из распространенных ошибок среди самооздоравливающихся людей. Здоровый образ жизни это не разовое мероприятие, а стиль всей жизни.) *А когда снова было плохо, начала занятия. Тогда я еще не знала ваших трудов, но была знакома с книгами Брэгга, с системой Иванова, несколько раз промывала кишечник, но подкисленной водой.*

В 1996 году я случайно столкнулась с вашими книгами, вот то, что мне нужно. Я прочистила кишечник, печень. Я голодала по 3-5-7 дней. Я снова живу, радуюсь жизни». (Возвращаетесь к нормальным условиям жизни - возвращается и здоровье, радость жизни. Хорошо, что человек знает, как надо работать над собой, и голод и очищение организма быстро способствует этому)

Мы с Вами кротко проследили, как жизнен-

ная сила строит физическое тело - от группы клеток, до целостного организма с сознанием. Так вот на голоде идет обратный процесс.

1. Человек работает со своим сознанием, подавляя все то, что умственно препятствует проведению голода. Этим очищается сознание от дурных привычек, которые есть не что иное как информационно-энергетические образования искажающие информационно-энергетическую структуру организма человека и его функций. Это самый главный целительный механизм голода.

Пример. «*Прочитав Ваш удивительно талантливый и капитальный труд «Голодание», в котором расписано все от А до Я, я сразу же принялся за голодание. В данный момент уже заканчиваются пятые сутки моего голодания, а всего будет семь суток, пять суток я голодал ранее, а по 3 и 1,5 суток неоднократно.*

Единственно, чего нет в Вашей гениальной книге, это особенности голодания в неблагоприятных, северных регионах России. Я, например, живу в городе Североморске Мурманской области. Это столица Северного флота. Тут очень много неблагоприятных факторов: радиация, резкие перепады давления и температуры, повышенная влажность 80-90 %, сильные ветра, магнитные бури и т. д. и т. п. В нашем регионе, по заключению врачей, больше десяти лет жить не рекомендуется. А что уж говорить о добровольном голодании? (Вам покажется удивительным, но голодание наиболее эффективно в особо неблагоприятной среде, как основное профилактическое условие против этой вредности. В результате регулярных голодовок вредные факторы не будет аккумулироваться в организме, а будут выводиться вон.)

Перечислю свои недуги, с которыми я героически пытаюсь справиться здоровым образом жизни (осмысливать и познавать начал с 1990 года). 1.Варикозное расширение вен на обеих ногах. 2. Хронический простатит. 3. Аденома предстательной железы. 4. Эпидидимит, воспаление левого яичка. Все это связано с инфекцией трихомонадой, которую я подхватил, будучи мало образованным в этом смысле. (В данной книге имеются примеры успешного исцеления от указанных болезней.)

Объясните, сколько мне надо голодать, чтобы избавиться от этих недугов? (Из содержания этой книги ясно, что надо применить фракционный голод, уходя в отдельные голодовки за 20 суток.) *Как я довольно хорошо знаю, благодаря опять-таки Вам, какую поправку надо делать, живя в условиях Заполярья?* (То же, что описано в биоритмах. Придерживайте их.)

Я проштудировал «Очищение организма» и «Уринотерапия». Кстати, голодаю на урине, каждое утро пью по стакану свежей урины. Многократно делал чистку кишечника и продолжаю делать, то упаренной уриной, то 2 л воды со стаканом старой урины.

Много раз делал и себе, и родственникам, чистку печени, выходило много зеленых камней. Правда, на камни они не похожи, больше на пластилин. (Да, они похожи на пластилин или воск. Но выходят и твердые камушки в виде штыба, подсолнечных семечек и т. п.)

Рекламирую Вас, вернее, Ваши чудные работы везде, где бы я ни был. Да, еще вопрос о моем голодании: можно ли мне долго голодать (18-25 дней), если на данный момент (5 суток голодания) рост у меня 163 см, а вес 58 кг, а до голодания вес был 63-64 кг? (Можно, но не переохлаждаться. Регулярно принимать горячие ванны.)

Немного о себе: мне 50 лет, бывший мастер спорта (в конце 60-х) по спортивной гимнастике, родом из Украины. На Севере 15 лет. Служил на кораблях Северного флота (крейсера «Киев» и «Киров») в звании мичмана. В данный момент на пенсии. Семья: жена и двое детей - сыну 18 лет, дочери - 10 лет. Продолжаю работать.

P. S. Вот и заканчивается 7-суточный срок голодания. И каков же результат? А почти никакой. Во-первых, дефицит веса: на седьмые сутки я вешу 56 кг при росте 164 кг, а до голодания весил 64 кг. (Ваши болезни таким маленьким голодом просто не взять, но Вы сбросили 8 кг патологической ткани - своего рода балласта, который мешал Вам жить.) *Вопрос - как я наберу свой первоначальный вес, если после голодания не только при выходе, но и в последующем нельзя есть ни мяса, ни колбасы, ни сала, ни масла, ни яиц, ни молока, ни белого хлеба, булочек, пирожных, сахара, соли и т.д. и т.п. Я понимаю, что это все условно, но все же?* (Вы все это восстановите на кашах, хлебе из проросшей пшеницы, орехах, кисломолочных продуктах, правильно приготовленных овощах. Причем,

это будет «живой вес», а не зашлаковка и ослизнение организма, которую принимают за наборку веса.)

Во-вторых, учащенное сердцебиение именно во время голодания и пульс в это время постоянно 72 удара в минуту. Правда, перебоев в сердцебиении, пробуксовки (тахикардия вроде бы) во время голодания не было вообще. Сердцебиение говорит о том, что во мне надолго засела инфекция (с 70 года) и уничтожить ее таким сроком голодания невозможно. (Я бы не сказал, что серцебиение связано с инфекцией. Оно больше связано с перестройкой в организме, которую ведет голод до первого ацидотического кризиса.) *А для больших сроков не позволяет ни Заполярье, ни мой дефицит веса.* (Я бы не назвал это дефицитом веса. Вес для Вас нормален, а после прохождения ацидотического кризиса, Вы будите терять по 100 и менее грамм массы тела в сутки.) *Но что-то надо делать? Голодать большие сроки все равно придется, а как практически это сделать? Ведь серьезные недуги мне все равно надо побороть во что бы то ни стало, иначе нет перспективы, я же старею... А эти проклятые недуги проявляются периодическими обострениями - вспышкой температура до 39, мутной мочой, половым бессилием, а самое главное - надо, в будущем, избежать операции (аденома).* (Почистите полевую форму жизни, а далее, примените фракционный голод на урине.) *А если там не аденома, а что-то посложней? Ведь у наших врачей-ортодоксов диагностика на последнем месте. И еще - от этих обострений у меня страдает сердце - учащенное сердцебиение, тахикардия.*

Посоветуйте, что мне делать дальше, как, каким путем идти дальше к намеченной цели! Вы же талант, великий специалист, а силы воли у меня хватит.

Пошел второй день выхода из голодания (7-суточного). Результат неважный - вес 55 кг, а был 63-64. Сердцебиение не прекращается и даже наоборот, участилось, как только начал принимать пищу, а моча сегодня утром была мутная. Что это - или отходят шлаки, или активизировалась инфекция проклятая, как только получила подкормку? Что интересно, все семь суток голодания, даже восемь, моча была как слеза. (Все зависит от того, что Вы скушали. Если пища свежа и натуральна, то урина продолжает оставаться чистой. Если вареная и т. п., то она дает шлаки, которые сбрасываются через почки в виде мутной мочи. Это происходит в основном от вареных крахмалов. Помните и другое, пищеварение после голода не сразу запускается и не может полноценно усваивать вареные продукты.) *Я понимаю, что надо было бы поголодать еще как минимум 7 суток, но не все сразу, и самое главное - дефицит веса. Такого маленького веса у меня еще никогда не было. Так ненароком и в залив сдует... А как восстанавливаться, если того нельзя кушать, другого нельзя... А тенденции у меня к избыточному весу нет. А еще работа физическая».* (Любое оздоровление, это прежде всего решение проблем в собственном сознании. Как избавитесь от этих проблем - выздоровеете без голода. А так, патология в сознании будет делать все, чтобы ей было хорошо жить в вашем организме - убеждать Вас о дефиците веса и т. п., придумывая массу других отговорок. В Вашем письме она хорошо обнаружила себя.)

2. Почти полностью отключается пищеварение, которое централизованно снабжало клетки организма всем необходимым. Те процессы которые совершались в пищеварительной системе теперь отсутствуют. Процесс переноситься в кровяное русло и жидкостные среды организма.

3. Жидкостные среды организма несут к клеткам то, что имеется в них и что можно вымыть ранее не использованного и использовать в качестве питания. А клеткам организма надо питаться - они требуют свое. Процесс должен идти еще глубже - непосредственно в клетки.

4. В жидкостных средах организма создаются особые условия (происходит закисление), которые активируют внутриклеточные механизмы так, как они были на стадии быстро делящихся клеток (до образования амниотической полости). Клетки становятся необычайно активными и поедают все чужеродное, слабое вокруг себя.

Вот главная суть процесса голодания.

Энергия жизненной силы, четко «высвечивает» все тонкие тела - начиная с уровня Духа

и заканчивая эфирным телом. Все, что не свойственно тонким телам: шлаки, изменения и т. п. приходит в движение и «выметается» вон из организма. Так, шлаки физического тела страгиваются с мест своего залегания и поступают в кровеносное русло. Далее, с током крови они подводятся к органам выделения и выбрасываются наружу.

Одновременно с выводом шлаков жизненная сила начинает восстанавливать само квантовое тело человеческого организма. Это приводит к тому, что восстанавливается структура внутриклеточных элементов и активность ферментов, обновляется генетический аппарат клеток и клеточные мембраны. Восстановление квантового тела приводит к усилению и гармонизации информационно-энергетических структур организма, что в свою очередь сказывается на активации всех физиологических функций организма (обостряются чувства, улучшается память, появляется утраченное половое влечение и т. п.).

Процессы происходящие на голоде в физическом теле человека.

Выше описанное влияние голода на уровне тонких тел и информационно-энергетических уровнях человеческого организма отражается в появлении особых целительных физиологических процессов. В обычной жизни, большинство этих физиологических процессов находиться в свернутом состоянии, и только голод позволяет задействовать их в полную меру. Вот наиболее важных физиологические процессы, которые в порядке своей очередности запускаются на голоде и ведут небывалую по силе своего воздействия целительную работу.

I. Закисление внутренней среды организма.

Как только человек полностью отказался от пищи, в его организме начинается потребление запасенных резервов и второстепенных тканей. Расщепление питательных веществ и тканей на голоде приводит к накоплению продуктов их распада внутри организма. В результате этого быстро происходит сдвиг показателя pH организма в кислую сторону (ацидозу), но при этом величины закисления не выходят за физиологические нормы.

Ацидоз на голоде является первым и наиболее важным физиологическим механизмом, который вызывает включение цепочки других целительных механизмов, которые на пищевом режиме находятся в свернутом состоянии.

Закисление внутренней среды организма приводит к запуску процессов растворения тканей (аутолизу). Оказывается, в кислой среде активизируется фагоциты и некоторые энзимы, функция которых сводиться к разрушению ослабленной собственной ткани и чужеродного в организме.

В свою очередь процессы аутолиза запускают механизм очищения организма от шлаков, ослабленной и патологически измененной ткани. За счет расщепления ткани, заключенный в ней шлаки освобождаются и выводятся вон из организма, а видоизмененная ткань уничтожается.

Контроль за расщеплением тканей организма осуществляется на уровне квантового тела особой функцией, которую я назвал “принцип приоритета”. Как раз эта функция следит за тем, чтобы вначале расщеплено было все лишнее, патологически измененное, а затем здоровые ткани по принципу важности для жизнедеятельности организма.

Закисление организма и повышение фагоцитарной активности приводит к нормализации микрофлоры организма.

Ацидоз включает механизм усвоения клетками организма углекислого газа и азота из воздуха. Включение этого механизма означает переход организма на полноценное внутреннее (эндогенное) питание, которое обеспечивает полноценный синтез аминокислот и других биологических соединений во время голода.

На голоде многие органы и системы организма получают физиологический покой, который позволяет им восстановить свои поврежденные структуры и функции.

Повышенное расщепление тканей в результате аутолиза и восстановление структуры и функции пищеварительных органов на голоде, стимулирует повышение обмена веществ и повышает пищеварительную способность организма в период восстановительного питания.

На голоде происходит усиление защитных функций организма, как на уровне клеток, так и всего организма в целом. Организм становить-

ся намного устойчивее к различным внутренним и внешним повреждающим факторам.

Все вышеуказанные физиологические механизмы приводят к мощному целительному, возрождающему и омолаживающему эффекту, особенно в последующий за голодом период.

После того, как мы описали, что запускает процесс закисления (ацидоз) внутренней среды на голоде, вернемся к самому процессу закисления (ацидозу). Процесс закисления внутренней среды организма нарастает быстро. Обычно максимум закисления наблюдается на 6 - 10-й день голодания (Это наиболее тяжелые дни голода. До них и после них голодать легче.). Происходит это так. В самом начале голодания, когда в организме еще есть запасы животного сахара - гликогена, организм использует его. Но как только запасы гликогена иссякают (а это происходит обычно на первый, второй день голодания), в крови начинают накапливаться кислые продукты неполного расщепления жира (масляные кислоты, ацетон), щелочные резервы ее снижаются, и это отражается на самочувствии: у голодающего могут появиться головная боль, тошнота, чувство слабости, общее недомогание. Такое состояние - результат накопления в крови вредных продуктов. Стоит человеку в это время выйти на воздух, проделать дыхательные упражнения, очистить кишечник с помощью клизмы, принять душ - и все эти симптомы исчезают. Однако явления легкого самоотравления кислыми продуктами распада жира (ацидотического сдвига), постепенно могут нарастать до 6 - 10-го дня голодания, когда они быстро исчезают и голодающий начинает хорошо себя чувствовать. В этот момент удержание клетками углекислого газа и использование кетоновых тел достигает своей высшей точки. Этот период получил название *“ацидотического криза”*.

Во время прохождения ацидотического криза внутри клеток срабатывает особый “переключатель” и они начинают использовать углекислый газ по принципу фотосинтеза. Одновременно и использование кетоновых тел опережает их накопление. Сахар теперь получается из собственного жира и белка, и при наличии этого сахара жир расщепляется, не оставляя продуктов неполного расщепления. Ацидотический сдвиг при этом уменьшается, количество сахара в крови увеличивается, и голодающий легко переносит голодание до тех пор, пока в его организме есть запасы жира и белка и пока имеется возможность использовать их.

В результате, у человека, находящегося на лечебном голодании, перестает сдвигаться pH в сторону кислой среды, даже несколько снижается (в сравнении с pH ацидотического криза). Это выражается в некотором уменьшении концентрации в крови кетоновых тел. Затем ацидоз продолжает сохраняться примерно на одном уровне, незначительно колеблясь до 17-23 дня. В это время наблюдается второй ацидотический криз, но он слабее первого.

После первого ацидотического криза голодающие теряют в весе значительно меньше в течение каждых последующих суток (в сравнении с первыми сутками голодания). При этом жировая ткань расходуется более экономно и более целесообразно, несмотря на интенсивный двигательный режим голодающего.

Первый ацидотический криз и его значение в оздоровлении организма.

Постепенное закисление внутренней среды организма на голодании приводит к вытеснению большинства хронических заболеваний, которые развиваются и прогрессируют в гниющем организме человека. В зависимости от степени гниения (*гниение представляет собой щелочной процесс*) в нем появляются соответствующей тяжести заболевания. Например, простудные заболевания говорят о малой степени гниения, туберкулез и гангрена о большой.

Когда болезнь лишается условий ее породившие, она переходит из хронического состояния в острое и только после этого исчезает. Наиболее сильное закисление организма происходит во время ацидотического криза и поэтому в это время обостряются хронические заболевания. По степени обострения можно судить, насколько успешно голод “зацепил” то или иное заболевание и “выворачивает” его из организма. Если обострение ярко выражено, то следует ожидать полного излечения. Если слабо - то это означает, что голод решает другие более важные проблемы в организме. Через некоторое время повторите голод и тогда он примется за оставшиеся болезни.

После того, как ацидотический криз “вывер-

нул" из организма болезни, начинается увеличение ранее тратившихся на болезнь защитных сил. Так, Е. Шенк и Х. Майер, проводившие исследования реакции организма на различные бациллы, указывают, что процессы самозащиты и повышения защитных сил против микробов начинаются лишь по истечении ацидотического криза. Это проявляется в тенденции к быстрому заживлению ран, повышению бактерицидности организма, чем объясняется благотворное влияние голодания на многие септические заболевания.

Из вышеуказанного следует вывод: пока организмом голодающего человека не пройден первый ацидотический кризис (6-10 суточное голодание) нельзя рассчитывать на излечение от хронических заболеваний и резкого повышения защитных сил организма.

Второй ацидотический кризис и его значение в оздоровлении организма.

Любая болезнь имеет свой "информационно-энергетический корень", который основан на каких-то дурных привычках, неправильном образе жизни.

Многие из личного опыта знают, что болезнь раньше была "излечена" тем или иным путем, но через некоторое время имеет тенденцию появляться вновь, когда неправильный образ жизни искажает информационно-энергетические структуры организма и ослабляет жизненную силу. Это как раз и указывает на наличие в организме "корня" болезни - специфической слабины соответствующих информационно-энергетических структур.

С момента прохождения первого ацидотического кризиса до наступления второго, организм накапливает жизненную силу, восстанавливает искаженные информационно-энергетические структуры полевой формы жизни. В результате этой деятельности «корень болезни» или информационно-энергетическое начало болезни, начинает "выворачиваться" из структур полевой формы жизни и начинается второй ацидотический кризис. Это выражается в том, что у некоторых людей сильно обостряется их основное заболевание, либо резко ухудшается самочувствие, происходит потеря сил и т. д. Эти симптомы указывают на то, что голод начал "выворачивать" корень болезни и вам необходимо поголодать еще день, два, три чтобы исчезли все неприятные симптомы, что указывает на окончательно избавиться от болезни. В принципе, уже можно выходить из голода, если Вы используете его для излечения. Но можно продолжать голодать и дальше.

После того, как пройден второй ацидотический кризис, который восстановил структуры полевой формы жизни (*обновил структуры тонких тел*), начинается работа по их упрочнению и усилению. Вот теперь в организме созданы условия для резкого омоложения организма.

Из вышеуказанного следует вывод: пока организмом голодающего человека не пройден второй ацидотический кризис нельзя рассчитывать на полное излечение от хронических заболеваний и резко выраженного омолаживающего эффекта.

В качестве дополнительного и естественного закислителя внутренней среды организма можно, и нужно, на голоде применять собственную урину (мочу). Это позволит активировать все вышеуказанные процессы запускаемые ацидозом и сократить сроки голодания!

Однако, если нарастание ацидоза очень тяжело переноситься, то его можно «притормаживать» применением ряда терапевтических, обще гигиенических и других процедур, а также приемом минерально-щелочных вод.

Важно подчеркнуть, что вышеописанные физиологические процессы осуществляется только при полном изъятии пищи (и даже напитков, содержащих сахар: сладкие чаи, вода с медом и т. п.), вследствие расщепления жировой ткани и образования компенсированной кислой среды - ацидоза. Потребление в мизерном количестве еды, сахара не позволяет запуститься целительному процессу - он не «опуститься в глубь» и «застрянет» в пищеварительной системе, что приведет к истощению от недоедания. В качестве жидкости используется только вода. Вода питьевая, талая, минеральная. Из моего опыта скажу - лучше талая вода. Ее мерзните - подогрейте воду. Помните - на голоде должно быть комфортное сотояние.

II. Рассасывание ткани (аутолиз - "самопереваривание").

По мере активации на голоде жизненной силы происходит восстановление ранее "раз-

мытых" тонких тел человеческого организма. Они становиться четкими и "ярким". Все посторонние включения начинают уничтожаться на тонком уровне, что приводит к физическому рассасыванию несвойственных здоровому организму тканей.

Одним из механизмов уничтожения чужеродного и ослабленного на голоде является повышенная ферментативная и энзимная активность, а также фагоцитарная (*от греческих слов: phagein - пожирать, kytos - клетка, т. е. "пожиратель клеток"*) активность лейкоцитов. В результате этого процесса происходит распад тканей на составные части. Это явление было названо "аутолизом". Таким образом, аутолиз позволял организму питать клетки за счет распавшихся тканей, а непригодное выводить вон.

Учеными было неоспоримо установлено, что первыми энзиматической и фагоцитарной агрессии - аутолизу подвергается ослабленная и болезненно измененная ткань, спайки, опухоли, гематомы, отеки, патогенные микроорганизмы и прочее.

4. Пример. *«Занимаюсь по Вашим книгам с 1 августа 94 года. Питаюсь раздельно по Шелтону, от мяса и масла практически отказался, яйца и рыбу то же не ем, раз в неделю голодаю. Второй год пью урину, 2 раза чистил кишечник, 7 раз печень (очень много было камней). До ваших книг мой вес был 93 кг при росте 170 см, в настоящее время 75 кг.*

Теперь опишу чего добился.

Избавился от бессонницы, радикулит тоже меня покинул, от насморка избавился, зубы перестала болеть, настроение стало лучше. Жировик исчез, хотя 6 лет рентген показывал. Да еще кожа на пальцах рук была очень сухая и были глубокие раны, врачи и мази не помогали, стал есть проросшее зерно на это у меня ушло 8 месяцев. Прошли руки стали нормальные».

Во время голодания в течении 36 часов активность фагоцитов может увеличиваться втрое. Кроме этого научного факта важно знать, что активность фагоцитов колеблется в зависимости от времени года. Наиболее активны фагоциты в мае-июне, а наименее - в ноябре-феврале. Отсюда, для качественного уничтожения чужеродного в организме (спаек, жировиков, опухолей и т.д.) лучше всего длительно голодать в мае-июне (Петров пост) и желательно на урине. А в ноябре-феврале голод необходим для поднятия защитных сил организма, которые уменьшились (Рождественский пост).

Важно отметить и тот факт, что с повышением температуры увеличивается активность ферментов. Применение прогреваний организма на голоде в парной, ванне значительно увеличивает процессы аутолиза.

А. де Вриз - специалист по лечебному голоданию, пишет.

«Буквально слово "аутолиз" означает самопереваривание. В физиологии оно применяется для обозначения процесса самопереваривания или распада жизненной ткани при помощи ферментов (активаторов биологических реакций внутри клеток) и энзимов (активаторов биологических реакций во внеклеточной среде организма), которые порождены самими клетками организма. Таким образом, это не что иное, как процесс самопереваривания и внутриклеточного переваривания. Аутолиз является частью нормальной физиологической деятельности организма. Нормальный аутолиз заключается в действии энзимов на такие вещества организма, как гликоген, жировая ткань, костный мозг для подготовки этих веществ к включению в поток кровообращения».

Вот почему болезненные образования - жировики, кисты, опухоли, нарывы и т. д. быстро уменьшаются и часто полностью исчезают при строгом и длительном воздержании на голоде.

III. Принцип приоритета.

Ранее указывалось, что жизненная сила организма из связанного состояния на голоде переходит в динамическое. Во время этого перехода распадается ткань организма. Известный русский патофизиолог В. В. Пашутин, который многие годы посвятил изучению физиологических механизмов голода, подтвердил эту важную закономерность, - "сильные" органы во время голода существуют за счет "слабых". Наименьшие потери несет ткань нервных центров и сердца. Ниже приведенная таблица указывает на это.

Юрий Сергеевич Николаев на основании многолетней практики лечебного голодания, так отзывается об этом феномене: *«Голодание приводит к резкому усилению "разрушитель-*

Потеря веса органами и тканями собаки при голодании до момента смерти в процентном отношении к исходному весу.

Жир.....97%
Селезенка 60%
Печень 53,7%
Мышцы 30%
Кровь 26%
Почки 25,9%
Кожа 20,6%
Кишки 18%
Легкие 17,7%
Поджелудочная железа 17%
Кости 13,9%
Нервная система 3,9%
Сердце 3%

ных" процессов, к разрушению и выведению из организма всех излишков, шлаков, всего того, что засоряет его, мешает нормальной жизнедеятельности. Это касается прежде всего патологических отложений и образований, например отложений солей, избытка жира, токсичных продуктов обмена и др. Освобождаясь от шлаков, организм переходит на эндогенное питание за счет разрушения собственных жиров, углеводов и белков определенных органов и тканей, но практически не затрагивает такие жизненно важные органы, как сердце и мозг. Этот процесс усиленного разрушения тканей, клеток и молекул сопровождается усилением восстановительных процессов на молекулярном, клеточном и тканевом уровнях и приводит к обновлению и как бы омоложению всего организма и всех его органов. Поэтому есть основание считать метод РДТ методом стимуляции физиологической регенерации. Этот метод полностью согласуется с данными учения о регенерации, которое также во всех случаях репаративной и физиологической регенерации имеет две фазы: разрушение и восстановление. ... Таким образом, лечебное голодание можно рассматривать как естественный фактор стимуляции физиологической регенерации, приводящий к обновлению и омоложению клеток, тканей, молекул и химического состава целого организма.»

Итак, принцип приоритетного сохранения жизненно важных тканей организма необходим для того, чтобы полноценно управлять организмом на голоде, а по прекращении, быстро приступить к процессу восстановления.

Этот же принцип "указывает", что в первую очередь необходимо "съесть" все чужеродное и лишнее. Затем, начинает "поедаться" собственная ткань и органы по принципу важности. В связи с этим голодание считается операцией без ножа, а хирургом здесь выступает Природа.

IV. Очищение от шлаков.

Процесс аутолиза и принцип приоритета позволяет вести очищение организма от шлаков. Шлаками мы будем называть продукты обмена веществ постепенно накапливающиеся в клетках нашего организма, чужеродные вещества попавшие в организм тем или иным путем, а также старые, видоизмененные и отмершие клетки.

К *шлакам образующимся от продуктов обмена веществ* относятся: конечные продукты белкового обмена - мочевина, мочевая кислота, креатинин, аммонийные соли и некоторые другие вещества; конечные продукты углеводного обмена; конечные продукты жирового обмена; минеральные вещества не усваиваемые организмом по причине их видоизменения в результате термический и другой обработки - соли кальция, поваренная соль и т.д. Во многом этому способствует чрезмерное питание, неправильное сочетание продуктов, неправильная последовательность поступления пищи за один прием еды, несоблюдение биоритмологической активности пищеварительных органов (особенно еда на ночь).

К *чужеродным веществам* попавшим в наш организм относятся вещества применяющиеся в технологическом процессе: приготовления хлеба - отбеливатели муки, разрыхрытели теста и т.д.; приготовления консервов - консерванты, вещества улучшающие внешний вид готового продукта (в колбасах), засолка, маринование и т.д.; хлорирование воды, красители в напитках; наполнители жевательных резинок, конфет и многое другое. Большинство лекарств и синтетических витаминов, сделав минимум полезного для организма зашлаковывают его веществами образующимися в результате их распада. Возьмите батон промышленного белого хлеба, он был обработан, отбелен, подкрашен, обогащен, очищен, смягчен, консервирован, ароматизирован. И все это с помощью синтетических

химических ингредиентов. Сейчас почти невозможно приобрести батон хлеба, на 100% состоящий из пшеничной муки цельного помола, свободный от ароматизации и синтетических пищевых добавок.

Сейчас очень много соли находиться в продуктах питания. Это так называемая “скрытая соль”. Постоянно потребляясь с продуктами питания она вызывает ненормальную жажду, чувство пересыхания во рту, потерю упругости кожи и тонуса мышц, возникают разного рода припухлости, теряются формы фигуры, затрудняется работа почек. К нашему счастью первое, от чего организм избавляется во время голодания - это соль и связанная с ней жидкость.

Практика показывает, что четырехдневное голодание с употреблением протиевой воды позволяет полностью выводить излишки поваренной соли и воды из организма. Обнаружить эту расшлаковку помогает простой анализ мочи. Во время голода вы каждый день будите собирать первую утреннюю мочу в бутылку и хранить в прохладном месте в течение двух-трех недель. Затем посмотрите их на свет. Вы увидите осадок поваренной соли на дне бутылки вместе с другими шлаками и т.д.

Внешне, четырехдневная расшлаковка выразиться в том, что вы будете выглядеть моложе и стройнее. В дальнейшем боритесь со “скрытой солью” еженедельными 24 - 36-часовыми голоданиями, как можно меньше употребляйте ее в пищу. Заменяйте соль приправами из трав (кинза, петрушка, укроп и т.д.), луком, чесноком, которые являются естественными природными добавками. Они придают пикантность еде. Вы гораздо лучше будите выглядеть и чувствовать себя при голодании и бессолевой диете, чем без них.

Многие лекарства имеют тенденцию задерживаться и аккумулироваться в организме. Например, ученые-медики из Одессы проводили исследования по выведению ртути из организма. Самые лучшие препараты (в том числе импортные) вызывали увеличение ртути в моче в 3 - 4 раза, а порою - и побочные эффекты, осложнения на почки. А когда применили голодание, то выведение из организма ртути ускорилось в 10 раз! И без каких бы то ни было осложнений, напротив: наблюдалось улучшение общего самочувствия, оздоровление всего организма в целом.

Старые, видоизмененные и отмершие клетки постоянно образуются в организме. Старые клетки являются балластом для организма, обременяя организм свей бесполезностью. Видоизмененные клетки грозят превратиться в разрастающуюся опухоль разрушающую организм. Отмершие клетки отравляют организм страшнейшими трупными ядами. Именно их А. С. Залманов назвал токсинами усталости. На их обезвреживание и выведение из организма тратиться огромное количество энергии, что внешне выражается в быстрой утомляемости и упадке сил. Утомляемость пожилых и упадок сил старых людей, во многом следствие, этой зашлаковки.

Все вышеописанные шлаки образуют в организме те или иные отложения, которые в аюрведе принято называть *“ама”* - слизь. Они угнетают жизненные процессы в организме и являются причинами заболеваний.

Кратко опишем места в которых отлагаются те или иные шлаки и внешние признаки, которые указывают на этот процесс.

1. “Опорой” рабочих клеток организма является *соединительная ткань*. Она в виде “паутины” пронизывает весь организм, каждый орган. Рабочие клетки, как “мушки” застряли в ней. Через соединительную ткань (”паутину”) идет питание к клетками (“мушкам”) и через нее же удаляются отходы жизнедеятельности. Соединительная ткань обеспечивает неспецифический иммунитет организма и многое другое. Так вот в ней, как в первом посреднике между клетками и кровеносным руслом, скапливаются обменные шлаки и отчасти чужеродные вещества. Некоторые ученые считают, что в “обязанность” соединительной ткани входит поглощение описанных шлаков и удержание их в себе, для защиты рабочих клеток. В дальнейшем, когда создадутся благоприятные условие, она отдает эти шлаки в кровь для выведения из организма.

Первым главным признаком зашлаковки соединительной ткани является утрата гибкости, а ее очищения - нормализация гибкости. Вторым главным признаком является потеря неспецифического иммунитета организмом. Разнообразные прострелы, контрактуры, болезни мышц, общая предрасположенность организма

к заболеваниям - следствие этой, более серьезной зашлаковки. Очищение приведет к устранению этих явлений.

2. Слизистые шлаки белковой и крахмалистой природы скапливаются в полостях легких, носа, головы и рта. Частые простуды, ангины, гаймориты, отиты, головные боли, сыпь на коже лица, потеря зрения, обложенный язык и вонючее дыхание - следствие этой зашлаковки. Устранение шлаков из этих областей приводит к избавлению от этих заболеваний.

3. Кожа является универсальным выделительным органом. Посудите сами, ее вес составляет 20% от общего веса тела. Через кожу человек может выделять в три с половиной раза больше отбросов, чем через толстую кишку и мочевой пузырь вместе взятые. Причем, она выделяет практически все шлаки имеющиеся в организме. Сальная, угристая, прыщавая кожа говорит о том, что ваш организм “под завязку” наполнен шлаками, а выделительные органы не справляются со своей работой, иммунитет ослаблен, кожное дыхание затруднено, нет поступления свободных электронов в акупунктурную систему. Одним словом у вас вот-вот может начаться серьезное заболевание.

Голодание позволяет расчищать в первую очередь кожу, отчего и наблюдается эффект ее улучшения. Восстанавливается ее защитная функция, увеличивается иммунитет, организм становиться более энергонасыщенным.

4. Весьма много шлаков скапливается в печени и желчном пузыре. Она задерживает чужеродные вещества поступающие при пищеварении из желудочно-кишечного тракта. В ней постепенно скапливается (особенно у кого сильно выражен жизненный принцип “Желчи”) застарелая желчь, образуются воскоподобные камушки. Это ведет к нарушению: всех видов обменов веществ в организме человека; вызывает застой венозного кровообращения; снижается пищеварительная функция.

Во время голода, примерно, на 7-10 сутки и далее, у вас может происходить очищение печени в виде прослабления. Вы увидите вышедшую из вас черную, зловонную мазутообразную массу. Это и есть старая желчь и расплавившиеся воскоподобные камушки.

Когда печень будет очищена у вас восстановиться обмен веществ - станут хорошо расти волосы, ногти, поправитесь - если были худы, похудеете - если были полными, восстановится зубная эмаль, возрастет острота зрения, улучшиться память и пищеварение. В результате нормализации венозного кровообращения исчезнет геморрой, расширение вен на ногах, восстановиться половая функция, пропадет аденома. Вообще, очищение печени произведет в вашем организме неожиданные и приятные метаморфозы, о которых вы и не подозреваете.

5. В толстом кишечнике скапливается масса всевозможных шлаков и паразитов, выход которых поразит вас. Особенно это касается лиц страдающих запорами, неполным опорожнением и насильственным стулом. Этому же способствует неправильное и чрезмерное питание. Следует отметить тот факт, что в области живота часто располагается эмоциональный зажим тоски, страха, который вызывает вышеописанное.

Нарушение эвакуаторной функции толстого кишечника приводит к самоотравлению организма. Не выведенные через анус шлаки всасываются в кровь и выводятся через легкие (зловонное дыхание), кожу (прыщи, угри, сыпь), почки (мутная, дурно пахнущая урина).

Голодание позволяет восстанавливать и нормализовать функцию толстого кишечника. В результате этого процесса организм человека получает массу энергии, исчезают угнетенные состояния. Дыхание становиться свежим, а кожа чистой. Нормализуется кровь, исчезают разнообразные “трудно излечимые” болезни.

6. Шлаки скапливаются в жировой и костной ткани, слабо работающих мышцах - как в “шлаковом депо”. Внешне это малозаметно, но тем не менее подавляет важные жизненные процессы происходящие в костях.

7. Шлаки накапливаются и в самих рабочих клетках организма. Это происходит из-за малоподвижного образа жизни, обильного питания, эмоциональных зажимов и просто с течением времени. Внутриклеточные шлаки повреждают генетический аппарат, что приводит к угасанию или неправильному синтезу белковых структур, а затем и перерождению клеток. Если это продолжается долго, то возникает опухоль, которая постепенно перерождается в злокачественную.

8. Шлаки в виде тромбов и бляшек отлагают-

ся в кровеносных сосудах. Так возникает сосудистая патология. Склероз (уплотнение ткани), ишемия (уменьшенное содержание крови), инсульт (резкое прекращение кровообращения), тромбоз (закупорка), инфаркт (образование очага отмершей ткани) и многое другое - есть видимое выражение этого процесса.

9. Болезненное настроение, беспокойство, напряжение, стрессы, нервозность, ненужное возбуждение свидетельствуют о нездоровом состоянии крови. Обычным для нас должен быть оптимизм, веселость, беззаботность, уверенность в себе. Все эти перепады можно объяснить одним - очищенностью или не очищенностью крови.

Постоянно накапливающиеся в организме шлаки таят в себе будущие болезни человека. И когда жизненная силе захочет извергнуть эти шлаки, она избирает "взрыв", который именуют болезнью. Болезнь (более общепринятая формулировка) - это способ, с помощью которого жизненная сила показывает, что ваш организм переполнен: токсичными веществами и внутренними ядами, а также лечит организм.

Голодая, Вы помогаете жизненной силе выводить продукты распада и яды, накопившиеся в организме. Этот процесс приводит к тому, что все ранее "утрамбованное" в вышеописанных местах резко (например, аммиак на голоде выводиться в 1000 раз! сильнее, чем обычно) поступает в кровеносное русло и органы выделения, для выброса из организма. Почки, кишечник и легкие, работают во время голодания весьма напряженно, выводя вон: ядовитые продукты распада жира (ацетон, масляные кислоты), белка (тирозин, триптофан), фенилаланин, фенол, креазол, индикан (все эти токсические вещества с неприятным запахом), пестициды, тяжелые металлы, радионуклеотиды, лекарства, пищевые добавки и т. п. Легкие удаляют около 150 различных токсинов в газообразном состоянии. *Это приводит к интоксикации - резкому ухудшению самочувствия голодающего человека.*

Интоксикация на голоде - естественный процесс, который не надо бояться, а надо терпеть и помогать ему проводя различное очистительные мероприятия: очищать толстый кишечник клизмами, потреблять воду (протиевую, дистиллированную), мыть тело (без мыла), совершать прогулки на свежем воздухе, полоскать во рту.

Вы можете судить о собственной зашлаковке организма по: плохому состоянию, которое вы испытываете; обложенному языку, в зависимости от вида и толщины налета на нем; мутности мочи и количества осадков в ней; количеству гноя и слизи выделяющиеся через зубные лунки, глаза, уши, нос; вони идущей от вашего тела и изо рта при дыхании.

Первым делом организм избавляется от застоявшейся воды, поваренной соли, солей кальция. Затем потребляется болезненно измененная ткань, жир внутри брюшной полости, мышцы. Это есть не что иное, как процесс аутолиза, который приводит к освобождению от токсинов и шлаков. Далее идут два параллельных процесса - в соответствии с приоритетом потребляется ткань организма и идет внутриклеточное очищение. Эти процессы продолжаются весь период физиологически полезного голодания.

Например, Поль Брегг так описывает выход шлаков из своего организма во время голода.

"Когда я прохожу десятидневное полное голодания, каждое утро беру пробу первой после сна мочи. Я помещаю ее в маленькую бутылку и храню в прохладном месте. Через несколько дней в моче обнаруживаются маленькие кристаллы. Я направляю мочу на химический анализ, который показывает, что в ней имеются следы ДДТ и других ядовитых пестицидов. ...

Однажды, когда я голодал в течение 21 дня, то на 19-й день почувствовал сильные боли в мочевом пузыре, особенно неприятные при мочеиспускании. Я отправил мочу на анализ, и оказалось, что она перенасыщена ДДТ и другими токсинами. Когда эти яды вышли из меня, я ощутил огромный прилив энергии. Белки моих глаз стали белоснежными, а кожа приобрела приятный цвет".

Выше описанное явление довольно-таки распространенное. Поэтому, когда на голоде у вас будут появляться неожиданно сильные боли - это указывает на то, что жизненная сила "отдирает" в это время самые страшные шлаки и уничтожает патологию. Радуйтесь, что у вас еще достаточно жизненной силы и вы избавляетесь от смертельных болезней.

У современных людей организм настолько

переполнен шлаками, что они могут погибать не от голода, а от описанной интоксикации. Об этом говорят многие специалисты по лечебному голоданию Ю. Николаев, Поль Брэгг, а также опыт наших читателей. Органы выделения не успевают обезвреживать и выводить шлаки из организма. Возникает "блокада" - организм не приспосабливается к голоданию. Обычно это происходит на 5-10 сутки. Голодающий перестает терять вес, нарастает слабость, появляются тошнота, головная боль, плохой сон, может подниматься температура, возникать сердечная слабость и аритмия. Это основные признаки "блокады" (сильной интоксикации).

Из работ крупных отечественных физиологов и биохимиков (В. В. Пашутин, М. Н. Шатерников, Ю. М. Гефтер) известно, что во время вынужденного длительного голодания организм животных и человека погибает, зачастую еще не достигнув глубокой степени истощения, в результате "блокады" (самоотравления продуктами распада). Когда же в процессе лечебного голодания эти продукты распада выводятся из организма посредством целого ряда процедур (очистительные клизмы, ванны, массаж, повышенная вентиляция легких, прогулки), то организм голодающего человека переносит голодание длительностью до 30 - 40 суток без каких-либо проявлений самоотравления.

Если же признаки "блокады" несмотря на проведение вышеописанных мероприятий нарастают, необходимо прервать голодание. После восстановления в течении одной-двух недель на соках и свежей растительной пище повторите голод. Срок голода выберете небольшой 3-7 дней. Понимание этого явления позволит вам грамотно с ним бороться и добиться прекрасных результатов от применения голода. В дальнейшем будет приведена методика "мягкого" вхождения в систему голодания.

Неожиданные и сильные приступы голода возникающие в течении первых 20-25 дней голода указывают на "бунт" полевой патологии - "психических раковин". Но если чувство голода возникает после этого срока - надо делать выход. Знайте, что "психические раковины" (*полевые паразиты*) отмирая действует на сознание резким чувством голода, желанием побыстрее прервать голодание. Потерпите этот голод минут 30 - 60. Если он не закончиться к этому времени, это означает, что вы прошли сроки физиологически полезного голода и пора начать выход.

V. Нормализация микрофлоры организма и защитной функции организма.

Активация наследственного аппарата клеток на голоде прежде всего выражается в уникальной перестройке его ферментной системы, целенаправленной на уничтожение патологических очагов инфекции, тканей, опухолевых образований, рубцовых изменений.

При проведении голодания не отмечается обострения вирусной инфекции. В период эпидемий гриппа ни один человек на голоде не заболевает. После первых курсов дозированного голодания люди реже заболевают вирусной инфекцией или переносят ее в более легкой форме. При многократном или систематическом применении голода люди перестают вообще болеть, в том числе и вирусными заболеваниями. *Во время голодания идет процесс кардинального уничтожения очагов скрытой инфекции.*

Инфекция, которая находится в закапсулированном - дремлющем состоянии, практически не поддается современной антибактериальной терапии (*лечением антибиотиками, сульфаниламидами и другими лекарствами*). Наоборот, в этот период жизни микроорганизмы, находясь в защитных оболочках становятся более устойчивыми к этим медикаментам и другим лекарственным средствам. И постепенно размножаясь, вызывают ряд хронических (*суставных, мышечных, нервных, сосудитых, кожных*) и смертельных (*онкология*) заболеваний. На голоде эти оболочки уничтожаются активированными ацидозом фагоцитами и ферментами.

Некоторые специалисты по голоданию отметили такой факт. У лиц, у которых при голодании отмечались обострения очагов скрытой инфекции, отмечено более выраженная динамика целительного процесса. Такая активация скрытых очагов не тормозит, а наоборот, способствует более быстрому излечению хронических заболеваний при голодании. Уринотерапия в сочетании с голодом позволяет быстро и эффективно уничтожать скрытые очаги инфекции. Например, образования гноя в ротовой полости указывает на процесс уничтожения по-

добных очагов в лобных и гайморовых пазухах головы, очищения корней зубов.

Деформированные мембраны "стареющих" клеток, при голодании приобретают формы, подобные формам молодых клеток. Процесс деления быстро делящихся клеток при этом замедляется. Перестройка ферментативной системы усиливает рецепторы нервных окончаний, которые заложены в мембране клеток и способны усиливать барьерную функцию. Это означает, что голодание способно восстанавливать барьеры клеток, барьеры органов, увеличивать защиту всего организма в целом.

Изменяется у человека в период голодания микрофлора кишечника. Гнилостная в результате закисления погибает, но оздоравливается и сохраняется микрофлора кисломолочного брожения (как у здоровых детей). В результате, после голода, улучшается синтез микрофлорой кишечника витаминов, аминокислот и других биологически активных веществ, например ферментов, в том числе и незаменимых.

Когда же используется урина, повышающая закисляющие свойства в организме и активирующая аутолиз, процесс уничтожения инфекции идет намного лучше и быстрее.

На голоде организм защищает наиболее слабые клетки - желудка и кишечника. Прекращается выделение соляной кислоты, которая слущивает эпителиальные клетки желудка. Наоборот эти клетки (желудка и кишечника) включают в себя жировых соединений, которые защищают их на голоде.

После окончания голодания и перехода на восстановительное питание, в течение первых же 24 - 48 часов пищевого режима, жировые соединения вновь выбрасываются этими клетками в кровоток. Если в это время потреблять жирную пищу, то это приведет к жировому перегрузу крови, печени, остановки желудочно-кишечного тракта и другим плохим последствиям. Поэтому в первые дни возобновления питания жирная пища исключена. Даже сметана, творог являются "ядовитыми" продуктами.

Организм человека, который регулярно голодает легко приспосабливается к перепадам температуры и не так страдает от холода.

VI. Усвоение углекислого газа и азота из воздуха. Эндогенное питание.

Академик М. Ф. Гулый, а также зарубежные ученые отмечают, что при изменении кислотно-щелочного равновесия в сторону кислой среды ускоряются процессы усвоения клетками углекислого газа. По законам химии, кислая среда плазмы крови легче отдает, а клетки крови и клетки кровеносных сосудов более активно в этот период поглощают растворимый в крови углекислый газ.

Работами профессора М. И. Волского и его последователей установлено, что усвоение клетками азота воздуха так же ускоряется при изменении кислотно-щелочного равновесия крови в сторону кислой среды. Таким образом, азот наряду с углеродом, более активно насыщая клетку, способствует улучшению биосинтеза в ней белковых и других соединений.

Доказано, что углерод из углекислого газа в клетке преобразуется в углерод органических веществ (Эванс, Кребс и др.), а две молекулы кислорода при использовании клеткой углекислого газа дают организму дополнительную энергию.

Качественный и количественный синтез нуклеиновых кислот (из них состоит генетический аппарат клеток), а также аминокислот и других биологически активных веществ, тканей организма человека прямо пропорционально зависит от процесса усвоения клетками растворимого в крови углекислого газа. У молодых людей этот биосинтез более совершенен и, следовательно, качественнее, нежели у стариков. Наиболее совершенный биосинтез у человека-долгожителя, хуже - у лиц, рожденных с дефектным генетическим аппаратом, а также у хронически больных.

На голоде в условиях изменения кислотно-щелочного равновесия в сторону кислой среды, клетки человека начинают усиленно усваивать углекислый газ и азот, *приближаясь к уровню усвоения этих веществ клетками растений.* Это и есть полноценное эндогенное (внутреннее) питание.

При полном исключении на период голода продуктов питания, вначале происходит усиленное расщепление собственных жировых запасов организма на составные части. В первую очередь из жира образуются ненасыщенные (жидкие жирные кислоты). В их числе имеются так называемые высокомолекулярные нена-

сыщенные жирные кислоты, которые являются основой многих витаминов, гормонов и других биологически активных веществ. Поэтому клетки организма их незамедлительно используют в своих, необходимых для жизнедеятельности целях. Но конечными продуктами распада жира является ряд органических кислот, которые объединяются одним термином - кетоновые тела. Кроме того, как и при распаде любой ткани образуется углекислота, которая усваивается клетками в форме углекислого газа или выделяется наружу через легкие. Эти конечные продукты распада жира, попадая в кровоток, изменяют его кислотно-щелочное равновесие в сторону кислой среды (ацидоза). Именно развивающийся ацидоз на голоде улучшает процесс потребления углекислого газа клетками, т. е. усиливает биосинтетический эффект. Кетоновые тела при улучшении биосинтеза теперь более качественно усваиваются организмом, преобразуясь в важные белковые и небелковые структуры. При этом исчезают понятия: незаменимые аминокислоты, дефицит пищевых витаминов, белков и т. д.

Таким образом, регулируемый самим организмом ацидоз обеспечивает совершенное питание и энергоснабжение человеческого организма. Характерно, что после первого ацидотического пика голодающие начинают терять в весе значительно меньше. Если при умеренном двигательном режиме человек в первые дни теряет по килограмму веса, то после ацидоза по 50 - 150 граммов. Это объясняется биосинтезом, который обеспечивает целебный эффект плюс энергию.

Другими словами, голодание обеспечивает человеку качественно иной вид питания и энергоснабжения, что выражается в уникальном лечебно-профилактическом эффекте, которое не дает ни одно другие медикаментозное или естественное лечение.

VII. Физиологический покой органов.

Голодание существенно уменьшает нагрузку на многие органы, что дает возможность восстанавливать поврежденные структуры организма и их функции. Сердце отдыхает на голоде. Желудок и пищеварительный тракт укрепляются благодаря голоду. Плохое пищеварение исчезает.

5. Пример. *«В последние два года благодаря регулярным голоданием мне удается поддерживать кровяное давление в пределах 130/90, а было около 200/140. Улучшилось зрение, а раньше в глазах плыли постоянно пятна и врач сказал, что это уже старческое явление (нам по 57 лет). Не стал болеть простудными заболеваниями. А раньше каждую весну и осень грипповал. Снизил вес с 86 кг до 73 кг (рост 170 см). Последний раз голодал 15 дней в ноябре этого года. Благодаря этому я приобрел хорошее здоровье».*

В результате физиологического отдыха и “ремонта генов” у мужчин восстанавливается половая потенция. У женщин в период климакса могут вновь возобновиться регулярные менструации.

6. Пример. *«Вес - 80 кг, рост 180 см, конституция «Желчь -Слизь», с небольшим преобладанием «Желчи». Занимался очищением 3 года. Очистил печень больше 20 раз - идут камешки, почки, суставы. Занимался голоданием. Проводил 1; 3; 7; 10; 14 - дневные голодания. Достиг немалых результатов: ушел гайморит, исчезла сердечно-сосудистая дистония, подвижнее стали суставы, перестал болеть кишечник (делал клизмы), ну а самое главное - сил стало больше, чем лет 10-12 назад».*

VIII. Повышение обмена веществ и усваивающей способности организма.

Голодание вызывает повышение обмена веществ в первые 30 - 40 дней восстановительного периода на 5-6%. После голода пища усваивается лучше. Происходит нормализация обмена веществ. Только из-за этого можно рекомендовать голодание пожилым и старым людям, у которых эти процессы текут вяло.

IX. Омоложение организма.

Интервью с кандидатом биологических наук, старшим научным сотрудником 56-летним Суреном Аваковичем Аракеляном в 1984-1985 годах в центральной газете “Труд” вызвали большой интерес у читателей. В них рассказывалось о том, как можно продлить свою молодость, здоровую жизнь.

Вот сокращенный пересказ этих интервью.

Сурен Авакович утверждает, что омоложение организма вполне реальная задача, кото-

рую он решает повседневно. Он убежден, что с помощью сегодняшних знаний он сам сможет прожить 120 лет. А накапливать знания подобного рода он начал с детских лет.

У него было трудное военное детство среди гор Армении. В семье было восемь детей. Держали корову, овец, птиц. Самим есть было нечего и животные вынуждены были голодать зимой. Особенно тяжело это давалось корове по кличке Чинарка. Думали, что уж эта зима для нее последняя. Но корова выживала и продолжала жить, как ни в чем не бывало. Голод не повредил ей. На молоко корова не скупилась и вместо 12 лет прожила 20, если бы не сдали на мясокомбинат.

Случай с коровой Сурену Аваковичу вспоминался не раз. И будучи главным ветеринаром подмосковного совхоза "Останкино" от решил подвергнуть голоду старых, переставших нестись кур. Для того, чтобы снять паническое состояние от голода, он им давал препарат на основе трав. Проголодав куры начали нестись. Это было сенсацией!

В 1964 году в городе Марксе Саратовской области на базе НИИ птицеводства был проведен новый эксперимент с тысячей японских курректордисток. Они стали старыми и яиц больше не давали. Аракелян подверг их семидневному голоду. Через месяц у кур отрасли новые перья. Они стали энергичными, подвижными и стали откладывать яйца! Через месяц после голода (Сурен Авакович называет его "физиологически полезным голодом", сокращенно ФПГ) неслись 63% кур, а через два - 91%.

Данные эксперименты показали, что голод не убивает. Разумный, контролируемый, он возвращает молодость. Куры, прошедшие месячный курс физиологически полезного голода стали жить по 18 лет - вместо шести. Видовой срок жизни продлен втрое!

В течении 1972 года было подвергнуто физиологически полезному голоду уже 200 тысяч кур. В дальнейшем это проводилось в птичниках Московской, Ленинградской, Воронежской, Харьковской областей, Молдавии Армении. Всего было охвачено более двух миллионов голов!

От единичных случаев, можно было бы отмахнуться. Но *это статистика*, которая говорит о всеобщности феномена омоложения с помощью физиологически полезного голодания.

От омоложения птиц перешли к животным - свиньям и коровам.

Сам Сурен Авакович Аракелян физиологически полезное голодание сделал нормой своей жизни с 1965 года. Это помогло ему избавиться от хронического гастрита и язвы желудка. С тех пор он перестал чем-либо болеть. На вопрос, как выглядит физиологически полезное голодание для человека ответил: "Голодаю первого, второго и третьего числа каждого месяца; одну неделю - раз в три месяца, две недели - раз в полгода и месяц - один раз в году. Пью только воду с добавлением антистрессового препарата. В дни голодания я дважды в день, утром и вечером очищаю кишечник, прополаскиваю полость рта содовым раствором с добавлением десяти капель йода на стакан; тампонами, смоченными в этом растворе, промываю уши и нос, принимаю душ, моюсь детским мылом."

На шестом году следования собственной программы омоложения Сурен Авакович обнаружил, что у него растут зубы. По мере стирания они заменяются новой тканью!

Омолаживающий эффект голодания Сурен Авакович объясняет тем, что ежеминутно в организме человека отмирает 30 миллиардов клеток! Они становятся трупами и со временем начинают выделять трупный яд, который губителен для организма. Отсюда вытекает главный принцип здорового образа жизни - регулярное очищение организма от мертвых клеток. Голодание должно сочетаться с высокой физической нагрузкой, чтобы энергия для интенсивной работы черпалась за счет "дожигания" чужеродных тканей.

Вторым главным фактором Аракелян считает правильное питание, которое бы не вводило в организм мертвые клетки. Для этого он рекомендует питаться сырой и особым образом приготовленной пищей.

В результате многочисленной практики голода было установлено, что наиболее выражено омолаживается в организме человека. Особенно заметен эффект омоложения кожи - разные линии и морщины становятся менее заметными, а пятна, обесцвеченные места и прыщи постепенно исчезают. Кожа приобретает лучшую окраску, улучшается структура ткани. Глаза проясняются и становятся выразительнее.

Правильное толкование омолаживающего эффекта голода заключено в действии жизненной силы организма. Ее действительно можно и нужно тренировать с помощью разумного голода. Еще я добавлю следующее - на голоде понижаются теплотворные способности организма. Да будет вам известно, что обычная температура тела 36,60 С приводит к самопроизвольному повреждению спирали ДНК - носителю нашей наследственности. Понижение температуры тела на голоде и усиление ферментативной активности позволяет устранить эти повреждения, что приводит к нормализации синтеза белка, - как у молодых людей.

7. Пример. «С глубоким уважением я отношусь к Вам и Вашим книгам. Говорю Вам во истину, я погибал от болезней в полном смысле слова. И вот 8 месяцев усердной работы принесли колоссальный результат. Я стал совсем другим человеком, из развалины с брюхом я превратился в 30-летнего парня (в своих 46). Усиленно занимаюсь спортом, обливаюсь холодной водой, круглый год купаюсь в море. В мае, июне голодал 34 дня, потом в августе 8».

Подводя итог этому разделу следует особо заметить. Когда человек отказывается от приема пищи, а следовательно от "агрессии" чужеродной информации, энергии и эмоционально уравновешивается, он этим создает благоприятные условия для действия жизненной силы по восстановлению тонких полевых структур своего организма.

В зависимости от степени искажения (от неправильного питания и/или умственного процесса) тонких структур, требуется то или иное количество времени для их восстановления. Вот отсюда и получается, что для избавления от одного заболевания (небольшого искажения) требуется небольшое время голода, а для избавления от другого (сильного искажения) намного большее (несколько длительных голоданий). Главное в процессе голодания - сознательное терпение. Оно дает возможность работать жизненной силе над восстановлением организма.

.....

ВИДЫ ГОЛОДАНИЯ И ИХ ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Голодания отличаются одно от другого количественно и качественно. Количественное отличие заключается в сроках проведения голодания. Качественное отличие заключается в способах проведения. Разберем эти две большие группы.

Завершенное голодание и прерванное.

Каждый человек желающий провести голодание всегда задает вопрос, - сколько дней мне необходимо проголодать, чтобы выздороветь, омолодиться, приобрести особые способности? Учение о стадиях процесса голодания и восстановления позволяет дать квалифицированный ответ на этот вопрос. Исходя из этого учения голодание бывают: полное - завершенное и неполное - прерванное.

Учение о стадиях процесса голодания и восстановления позволяют ответить на вопрос, сколько потребуется времени для достижения запланированного результата. Стадий процесса голодания и восстановления три. В течении каждой стадии в полевой форме жизни и в физическом теле разворачиваются особые процессы, которые и дали названия этим стадиям.

Период голодания.

1-я стадия носит название "пищевого возбуждения". Продолжительность ее обычно 2 - 3 дня. Человека раздражают любые сигналы пищи: вид и запах ее, разговоры о еде, звук столовой посуды и прочее. Они вызывают слюнотечение, урчание в животе, ощущение сосания под ложечкой; ухудшается сон, повышается раздражительность, бывает плохое настроение. Иногда у больных наблюдается незначительное обострение болезненной симптоматики. Вес тела быстро падает (потери веса до 1 кг в сутки). Жажда обычно невелика.

Влияние этой стадии на полевую форму жизни. Когда человек отказывается от привычного приема пищи и не удовлетворяет возникшее чувство голода, с этого момента начинается работа по наведению порядка в собственном сознании. *Человек сознательно терпит и тем самым дисциплинирует, ставит под контроль чувство вкуса и голода.*

Ухудшение сна, раздражительность и т. п. на этой стадии голода, означают внутреннюю борьбу и подчинение чувства воле человека. Регулярный голод раз в 1-2 месяца по 2-3 дня перекраивает привычки человека, создает качественно иную личность.

Пример. *«Сколько раз пробовала голодать, дотяну до 24 часов, но за 6-7 часов сильно начинает болеть голова. Пробую и массажем и дыханием по йоге через нос и звездочкой натираю и теплые компрессы на голову делаю, а таблетки не хочется глотать, вот так и мучаюсь».* (Боль в голове указывает на то, что начинается интоксикация организма в результате выхода части шлаков в кровь. Она же указывает на то, что в этом месте имеется патология, над которой начинает работу голод. Надо пройти через эту боль и неудобства, постепенно увеличивая сроки голода. В начале 24 часа, потом - 26, 28, 30 и так далее. Каждую неделю прибавлять по два часа. Постепенно все очиститься и нормализуется. Но если не прибавлять срок голода, то ничего не получиться. Здесь надо проявлять собственную силу воли. Сделайте полное очищение организма, если вы не делали. Тогда голодать будет легче.)

Люди, у которых чувство голода, вкуса, алкогольное, табачное, наркотическое пристрастие сильно развито и “захватило” большую часть сознания человека капризны, не терпеливы, переполнены чувства жалости к самому себе. Они становятся придатками к собственному чувству голода и вкуса удовлетворяя его потребности. Им очень трудно голодать, хотя именно им голод будет приносить наибольшую пользу.

Выдержав натиск “умирающих пристрастий” в эту стадия голода (первые 2-4 дня) у людей исчезает непреодолимая тяга к алкоголю, наркотикам и к табаку. Не наблюдается при этом и синдром “отмены” у людей, зависимых от глюкокортикоидных гормонов надпочечников, от лекарств, блокирующих или активирующих рецепторы клеток, от средств, разжижающих кровь (финиллин и др.).

Стадия пищевого возбуждения является своеобразным тестом обнаруживающим “мусор” в сознании человека. Все негативные чувства и мысли возникшие у вас в течении этих 2-3 дней и являются этим “мусором”. Убрав его человек делается более цельным и мощным энергетически, а значит более успешно противостоит неблагоприятным условиям и болезням.

Влияние этой стадии на физиологические процессы. Стадия пищевого возбуждения является мягким стрессом для организма. Этот стресс в первую очередь вызывает активацию главного “пульта” управления человеческого организма гипоталамуса. Гипоталамус начинает выделять различные вещества, которые оказывают особое воздействие на железы внутренней секреции с целью приспособления организма к существованию без пищи.

Через 24 часа голодания у человека резко увеличивается секреция гипофизом соматотропного гормона (гормон роста). Гормон роста активирует гормон поджелудочной железы глюкагон, который усиливает расщепление глюкогена в печени, что обеспечивает организм питанием. Он же снимает интоксикацию организма через благотворное воздействие на щитовидную железу.

Если голодание продолжается более 24 часов, гипоталамус продолжает руководить приспособлением организма к голоду выделяя тканевые нейрогормоны. С помощью этих гормонов осуществляются приспособительные реакции организма, направленные на снятие интоксикации, восстановление работы иммунной системы, генетического аппарата, барьера клеток, нейтрализацию аллергических реакций в организме и т. д.

В этот период значительно возрастает активность фагоцитов на уничтожение патологических микроорганизмов.

В первые 3-4 дня голода из организма активно выводиться лишний натрий через мочевыводящие пути, кожу, кишечник, а за ним из организма уходит “лишняя” вода. Одновременно нормализуется белковый обмен, что в сумме приводит к исчезновению отеков любого происхождения.

Таким образом, проголодав время стадии пищевого возбуждения (2-3 дня) вы даете физиологическую встряску своему организму, усиливаете фагоцитарную и иммунную защиту организма, выводите лишний натрий и жидкость из организма. Можете избавиться от тех заболеваний, которые активировались в период этой стадии. Что касается веса, то можете потерять от 2 до 3-4 килограммов веса.

2-я стадия носит название “нарастающего ацидоза”. Начинается эта стадия со 2-3 дня голодания и заканчивается первым ацидотическим кризом, - на 6-10 день голода.

На 3 - 5-й день воздержания от пищи чувство голода обычно понижается, а иногда и полностью исчезает, тогда как жажда в это время повышается. Согласно наблюдениям доктора Вегера, приблизительно у одного человека из сорока голодающих чувство голода сохраняется во время всего курса голодания. Причина такого явления заключается в полевой форме жизни и означает наличие мощного очага чувства голода, с которым человек не знает как бороться. Он постоянно думает о еде и это провоцирует голод. В этом случае необходимо сознательным волевым усилием переключиться на противоположную тему. Например, вообразить, что каждое мгновение вашего голода спасает мир. Вообще, наличие чувства голода ни в коей мере не снижает эффективности голодания, а лишь затрудняет его. У большинства голодающих отмечается нарастающая общая заторможенность. Иногда, особенно по утрам, некоторые больные жалуются на головную боль, головокружение, тошноту, чувство слабости. Эти явления в значительной степени снижаются или полностью исчезают после прогулки, питья щелочных вод (“боржоми”). Отмечается нарастающий белый или серый налет на языке, сухость языка и губ, слизь на зубах, запах ацетона изо рта, сухость и бледность кожных покровов. У некоторых больных наблюдается небольшое обострение симптомов сопутствующих хронических соматических заболеваний. Потеря веса достигает 300 - 500 граммов в сутки. Все эти явления проявляются у голодающих с разной интенсивностью до 6 - 10-го дня голодания, после чего довольно быстро состояние больных изменяется. Наступает третья стадия.

Влияние этой стадии на полевую форму жизни. На стадии нарастающего ацидоза в полевой форме жизни продолжается работа начатая предыдущей стадией. Жизненная сила не тратясь на переработку, усвоение пищи и выведение продуктов ее распада начинает “выметать”, “выдавливать” излишнее и чужеродное из организма. Этим объясняется нарастающий белый или серый налет на языке, сухость языка и губ, слизь на зубах - симптомы выведения шлаков.

В связи с возникающей слабостью и интоксикацией в организме активизируются патологические чувства жалости к самому себе, тяга к комфорту, нежелание терпеть добровольные страдания, чувство зависти и несправедливости к окружающим людям (“почему я так страдаю, болею, а они ведут разгульный образ жизни и им хоть бы что?” и т. п.).

Обострение симптомов того или иного заболевания, говорит о его уничтожении и означает хороший эффект голода.

Когда полевая форма жизни освобождается от угнетающих ее психологических зажимов и чувств происходит внутреннее успокоение. Нормализуется сон. Исчезают головные боли. К 4 - 5 дню голодания у некоторых людей может наступить душевное благополучие. Даже мрачная, дождливая погода начинает казаться человеку благоприятной, окружающие люди - добрее. Если до голодания человек часто неосознанно вступал в несущественные споры, провоцируя конфликты, то теперь этого почти не наблюдается.

Влияние этой стадии на физиологические процессы. Начиная со 2 - 3 дня голода качественно изменяется секреция желудочно-кишечного тракта. Прекращается выделение соляной кислоты. Вместо нее в просвет желудка “пропотевают” ненасыщенные жирные кислоты и белки.

Ненасыщенные жирные кислоты активизируют тканевой нейрогормон холецистокинин, который подавляет чувство голода. Поэтому с 3 - 4 дня голодания люди не испытывают тяги к пище.

Ненасыщенные жирные кислоты, кроме того, обеспечивают выраженный желчегонный эффект. Желчь обнаружена при проведении голодания даже в толстом кишечнике. Мощный желчегонный эффект способствует очищению печени и желчного пузыря от старой, застоявшейся желчи, частично нормализует их функции.

С 7 - 9-го дня голодания желудочная пищеварительная секреция полностью прекращается, а вместо нее появляется так называемая “спонтанная желудочная секреция”. Образующийся секрет содержит большое количество белков, которые вновь всасывается через слизистую желудка в кровяное русло. Возникновение и ис-

пользование спонтанной желудочной секреции при голодании - важный приспособительный механизм, который снижает потерю белков и обеспечивает организм постоянным притоком аминокислот - пластического материала, используемого для построения и восстановления белков наиболее важных органов.

Еще раз подчеркнем, если во время голодания указанной длительности человек будет употреблять какое-либо одностороннее питание, хотя бы в минимальных дозах, то у него развиваются явления дистрофии. Объясняется это тем, что периодическое введение в желудок даже небольшого количества пищи вызывает возбуждение перистальтики желудка, кишечника, и поэтому угнетения деятельности пищеварительных желез не наступает, сохраняется чувство голода. При этом также нарушается нормальный процесс обмена веществ. Организм своевременно не переключается на внутреннее питание, и патологические изменения в клетках, их дезорганизация могут начаться значительно раньше, чем использованы его собственные внутренние запасы.

При полном же голодании когда голодающий получает только воду, никаких дистрофических явлений не наблюдается. Организм приспосабливается на определенный срок к своему внутреннему питанию, то есть питанию своими запасами жиров, белков, углеводов, витаминов и минеральных солей. Оно, оказывается, удовлетворяет все его потребности и является полноценным.

В эту стадию голода ведется усиленное закисление внутренней среды организма кетоновыми телами, накоплением углекислоты. Это приводит к перестройте ферментативного аппарата внутри клеток организма, включению в активный режим ранее свернутых механизмов. Сильно активируется ферментативный аппарат на расщепление всего несвойственного организму (этим механизмом подавляется интоксикация), т.е. активизируется аутолиз.

Ввиду того, что в эту стадию голода включаются внутриклеточные механизмы полноценного питания необходимость в активации гормона роста отпадает, его выработка гипофизом приходит через 5 - 7 дней к нормальным показателям. Это говорит о том, что стресс бушевавший в первые дни голода сменился торможением в нервной системе - начался отдых всего организма. Человек чувствует себя расслабленно. Всеобщее расслабление прекрасная предпосылка для качественного очищения тканей и клеток организма.

Таким образом, проголодав всю стадию “нарастающего ацидоза” человек резко активирует защитные силы организма, уничтожает патогенную микрофлору в организме, избавляется от наиболее “страшных” шлаков, частично может рассосать небольшие и неплотные опухоли, дает хороший физиологический покой органам пищеварения и нервной системе.

3-я стадия носит название “компенсации” или “адаптации”. Она начинается после того, как произойдет ацидотический криз и заканчивается очищением языка и появлением сильного чувства голода. Продолжительность этой стадии, как и предыдущих, у каждого человека индивидуальна. В среднем она начинается на 6-10 сутки голода, а заканчивается на 40 - 70 и более. Ее продолжительность зависит от запасов жира в организме. Чем их больше, тем длительнее эта стадия.

Эту длительную стадию необходимо разбить на две части. Первая часть этой стадии начинается от первого ацидотического кризиса и заканчивается вторым. В днях голода это будет с 6-10 по 23-25. Вторая часть начинается после окончания второго ацидотического кризиса и заканчивается появлением сильного аппетита и очищением языка. В днях голода это будет с 23-25 по 40-70. Такой большой разброс объясняется различными массами тела у голодающих людей. У одних она может быть 60 - 70 кг, а у других 80 - 100.

Разберем, что происходит во время этих стадий в организме человека и для чего их следует применять.

Первая часть третей стадии голода протекает так. На 6-10 день в течение одного дня или даже нескольких часов, часто ночью, в состоянии голодающего наступает резкий перелом - “ацидотический криз”. Значительно улучшается самочувствие, уменьшается или полностью исчезает чувство физической слабости, появляется бодрость, повышается настроение, прекращаются различные неприятные ощущения в теле, исчезают обострившиеся в предыдущую

стадию голода заболеваний.

У некоторых голодающих это улучшение протекает волнообразно, причем светлые промежутки вначале бывают короткими, а потом становятся все длиннее и длиннее. Очищается от налета язык, снижается запах ацетона изо рта, становится лучше цвет лица, оно как бы просветляется, глаза начинают блестеть. Тоны сердца делаются более звучными, пульс нормализуется. Суточная потеря веса минимальная - 100 - 200 граммов в сутки. Психическое состояние обычно значительно улучшается, исчезает тревога, уменьшается напряженность, депрессия. Так продолжается до тех пор, пока не начнется второй ацидотический кризис во время которого происходит ухудшение самочувствия, активация хронических заболеваний. Второй ацидотический кризис длиться как и первый, но симптомы проявления заболеваний могут быть сильно выражены.

После того, как пройдет второй ацидотический кризис, организм человека практически восстановлен и начинается "энергетическая накачка и уплотнение" полевой формы жизни. Человек "видит" различные вспышки, простелы возникающие в этот период голодания. Это происходит выравнивание информационно-энергетических перекосов и пробитие "пробок" в полевой форме жизни. Голографическое тело человека приобретает четкие контуры и яркое свечение.

Вес тела теряется по 50 - 100 грамм в сутки, а то еще меньше. Так продолжается до тех пор, пока в организме имеются второстепенные ткани, которые можно расщеплять. Заканчивается эта часть появлением сильного чувства голода и очищением языка (очищение языка может запаздывать). Это указывает на законченность процесса физиологического голодания и исцеления. Теперь необходимо делать выход - возобновлять прием пищи. Если этого не сделать, то начинается патологическое голодание во время которого происходят необратимые процессы подрывающие не только здоровье человека, но и его жизнь.

Влияние первой части третей стадии на полевую форму жизни. Жизненная сила в течении первой части выполняет первоочередную работу по восстановлению функций и структур организма.

За счет сознательного терпения происходит очищение полевой формы жизни от второстепенного эмоционально-чувственного "мусора". Патологические мысли, желания действуют на сознание человека не так напористо, как в стадию пищевого возбуждения. Они вкрадчиво и настойчиво "шепчут", успокаивают вас, хвалят - мол пора выходить, ты и так уже много сделал (сделала). Если начать выход из голода под влиянием этого "шепота", то вполне вероятно, что они укрепятся в дальнейшем и дадут своеобразные "всходы" в вашем сознании. Например, вы избавитесь от злости, жалости к себе, но останется гордыня, чувство превосходства и т.п., которые введут вас в другие кармические передряги.

Влияние первой части третьей стадии голодания на физиологические процессы. Основная физиологическая особенность этого периода голода - компенсированный ацидоз. Внутренняя среда организма перестает сдвигаться в кислую сторону, системы ведущие приспособление организма к новым условиям жизни работают на полную мощь. Особенно это касается желез внутренней секреции. Именно во время этого периода голодания саморегуляция организма достигает своей вершины устраняя патологию из организма.

После первого ацидотического кризиса резко возрастает иммунная защита организма. И только теперь на всю мощь работает аутолиз (рассасывание тканей) продолжая устранять чужеродные опухоли, очаги инфекции, патологические ткани и другие образования из организма.

Если в первых двух стадиях голода аутолиз тканей организма являлся единственным источником питания, то на третей стадии аутолиз больше выполняет функцию природного хирурга.

Ввиду обновления генетического аппарата клеток, на голоде образуются совершенно новые клетки, а в некоторых органах появляются добавочные. В результате устранения старых, пассивных клеток органы и ткани организма становятся намного моложе.

Влияние второй части третьей стадии голода на полевую форму жизни. Вторая часть третьей стадии голода начинается со второго ацидотического кризиса. Наступление этого кризиса

связано с процессами происходящими в полевой форме жизни.

Каждая болезнь имеет свой информационно-энергетический "корень", который при наступлении благоприятных условий в организме развивается в тот или иной патологический процесс. Как правило, большинство болезней успешно развиваются в гниющих условиях. На голоде, за счет образования кислой среды, болезни лишаются "среды обитания" и прекращают свою внешне видимую деятельность, но "корешок" остается. И если человек после голода начинает вести прежний образ жизни, "корешок" вновь пускает болезненный росток и все, что прошло возникает вновь.

Если первый ацидотический кризис устраняет "стебель болезни", то второй - уничтожает "корень болезни". Происходит это за счет того, что полевая форма жизни уплотняясь и насыщаясь энергиями "выдавливает" из себя постороннюю, несвойственную ей энергию. Выход этой энергии и вызывает явления второго ацидотического кризиса. Человек прошедший на голоде через второй ацидотический кризис, как правило, полностью выздоравливает.

Жизненная сила после наведения информационно-энергетического порядка в организме во время второго ацидотического кризиса больше не тратиться на борьбу с болезнями, а начинает накапливаться в организме. Голографическое тело, каналы, чакры становятся яркими и четкими. Именно в этой части голода идет работа по приобретению скрытых возможностей человека. Например, некоторые люди после такого голода способны читать чужие мысли, другие видят "третьим глазом", у третьих развивается интуиция, четвертные способны принимать информацию, постигать религиозные истины, развиваются способности к целительству.

Что касается "умственных шлаков", то их почти нет. Человек выдержавший полностью эту стадию внутренне преобразуется в совершенно другую личность. Например, доктор Каринтон так описывает чувства человека полностью прошедшего через голодание: "Внезапное и полное омоложение; чувство необычайной легкости и полного здоровья всеобъемлюще охватывает голодающего, вызывая удовлетворенность и общее чувство благосостояния и избытка жизненной активности".

Влияние второй части третьей стадии голода на физиологические процессы. Естественно, чем длительнее организм находится в условиях компенсированного ацидоза, тем больше времени в нем идут целительно-восстановительно-омолаживающие процессы.

За время длительного голода, клетки некоторых органов несколько раз полностью обновляются. Таким образом в них закрепляется здоровый генетический аппарат и исчезает способность к различного рода перерождениям связанным с мутациями и другими генными нарушениями. Это в свою очередь стабилизирует организм в состоянии наивысшей активности. Другими словами человек физиологически находиться в возрасте 20-25 лет, хотя календарный возраст составляет 40-60-80 и более лет (вспомните Поля Брэгга).

Длительность второй части третьей стадии голода у каждого голодающего индивидуальна. Заканчивается она обычно появлением "волчьего" аппетита. Язык полностью очищается от налета (но не всегда). К этому времени у некоторых голодающих несколько ухудшается сон, появляются сновидения, в которых они видят вкусную пищу, а другие знак означающий конец голода. Например, автор раз видел черту, а раз находился на краю глубокого обрыва. С этого момента наступает восстановительный период, голодающий человек начинает кушать.

По срокам проведения голодание считается полным или завершенным, когда человек прошел через все три стадии голода. Голодание считается прерванным или неполным, когда не достигнуто появление сильного позыва принять пищу и не очищен язык. Другими словами, голодание укладывающееся в первую, вторую и первую часть третьей стадии считаются не полными или прерванными.

Важно знать следующее - в целях лечения и профилактики используются голодания от одного дня до очищения языка или появления аппетита. Стадия истощения запрещена.

Восстановительный период.

Процесс работы с помощью голода растянут во времени и захватывает не только время затраченное на голодание, но и время затраченное на последующее восстановление. Поэтому,

само голодание - первый этап работы над собственным организмом, а восстановление после голода - второй этап.

Существует общая биологическая закономерность, выражающаяся в том, что после окончания всякого процесса угнетения или торможения неминуемо возникает процесс подъема, возбуждения. Эта закономерность была изучена И. П. Павловым и его школой и сформулирована в тезисе: “Чем интенсивнее и глубже (до определенного предела) процесс истощения (торможения), тем интенсивнее и выше процесс восстановления”. Другими словами идет тренировка жизненной силы.

Голодание создает состояние истощения - торможения. После прекращения голодания наблюдается повышение восстановительных, способностей организма (жизненной силы).

Особенно заслуживает внимания факт самообновления ткани, который начинается с первых дней после прекращения голодания. Это позволяет обратить особое внимание на важность периода восстановления. Многие специалисты считают, что эффективность применения голода зависит не только от самого голодания, но и от особенностей проведения восстановительного периода.

Ученые из Института гастроэнтерологии обнаружили, что у больных людей в результате проведения 28 дней голода появляются в желудке новые клетки со светлой протоплазмой, которые после окончания голода постепенно преобразуются в течение 20 - 30 дней в клетки, отвечающие за барьер этого органа (добавочные клетки, которые выделяют слизь, предохраняющую желудок от повреждения). После неоднократных курсов голода даже у желудочно-кишечных больных желудки становятся “луженными”.

Правильное проведение восстановительного периода требует специфических знаний, но в большей мере касается правильного питания. Питание человека проходит своеобразную эволюцию, во время голода эта эволюция повторяется дважды (Это указано о общем процессе голода идущего в глубину организма - от пищеварения к клеткам).

Начнем с самого начала, с делящейся яйцеклетки. На этом этапе, человек представляет собой небольшую группу клеток. В течении первой недели жизни “человек” питается тем, что ранее было накоплено яйцеклеткой. Это желтковое питание - жир, белки и пигменты. Делясь дальше, клетки человеческого организма “съедают” за неделю запас желтка. Дальнейшее существование поддерживается за счет особой оболочки зародыша - трофобласта, которая своими ферментами расплавляет ткани материнского организма и усваивает их продукты. В дальнейшем питание начинает осуществляться за счет крови, которая приносит питательные вещества к каждой клетке. И наконец, когда человек рождается, питание осуществляется через желудочно-кишечный тракт. Другими словами, налицо процесс идущий от клетки организма к наружной среде, через ряд приспособительных механизмов - посредников (кровь и органы пищеварения).

Таким образом, питание человека, - это питание каждой клетки его тела конкретно. Но, чтобы это питание произошло, необходимо задействовать: желудочно-кишечный тракт (своеобразный склад продуктов), кровь (транспортно-распределительную систему) и ферменты в самой клетке (потребителя продуктов).

Во время голодания, особенно длительного, в человеческом организме происходят обратные процессы, - от наружной среды в клетку. На первой стадии голода, должен отключиться желудочно-кишечный тракт. На второй стадии, в жидкостных средах организма (крови, лимфе и т. д.) должна образоваться такая среда, которая бы активировала внутриклеточные ферменты (как у трофобласта). Третья стадия голода представляет собой активное потребление всего лишнего и чужеродного в организме. После второй части третьей стадии голода, питание организма аналогична питанию делящейся яйцеклетки - потребление питательных запасов самой клетки. Если во время этой стадии не поступит питательных веществ извне, то вскоре наступит смерть от истощения.

Процесс выхода из голода должен запустить ранее свернувшиеся механизмы потребления пищевых продуктов и свернуть возникшие во время голода. Естественно, на это необходимо не только время, но и особая пищи, которая бы помогала организму в данной перестройке, а если возможно, то и продлевала полезное действие голода. Если этим пренебречь, то можно

перечеркнуть целительное действие голода, нанести себе вред и даже погибнуть от несварения. Проблема выхода будет разобрана в своем месте. А сейчас будут описаны процессы происходящие в организме во время восстановительного питания.

Эти процессы также можно подразделить на стадии. Во время которых происходит переключение организма с внутреннего (эндогенного) питания на внешнее.

1-я стадия называется "астеническая" и имеет свои особенности. В основном, эти особенности зависят от сроков голодания, ибо должны запустить свернувшееся во время голода пищеварение в желудочно-кишечном тракте.

Если человек проголодал стадию "пищевого возбуждения" - 2-3 дня, то проблем с пищеварением при возобновлении питания не возникает. Можно кушать ту же еду, что и до голода.

Если человек проголодал стадию "нарастающего ацидоза" - 6 - 10 дней, то необходимо во время выхода сделать две вещи: дать организму вывести шлаки, которые были сдвинуты за время голода и запустить питание.

Нарастающий ацидоз за эти 6 - 10 дней вызван мощным поступлением шлаков в кровь. Если человек сразу начинает кушать вареную и тяжелую пищу (картошку с маслом, мясо, творог, супы, борщи, сдобу с маслом и т. п.), то частично свернувшееся пищеварение не может полноценно переваривать ее и поставляет в кровь "полуфабрикаты" - своеобразные животные клеи (крахмалистый, белковый) и делает кровь вязкой. Поток шлаков вышедших из мест своего прежнего залегания, должен быть воспринят назад в сухожильную, жировую и прочую ткань организма. В результате этого у человека могут возникнуть боли и болезни, которых ранее не было до голода. А те что были, могут пройти. Это объясняется феноменом переброски шлаков с одного места в организме на другое.

Питание после 6 - 10 дней голода должно быть жидким (свеже выжатые овощные соки, отвары из трав на протиевой воде с добавлением меда), свеже растительным (фрукты, овощи, можно применять тушеные овощи на воде до полу готовности) - в течении первых 3-4 дней. Остерегайтесь переедания. В целях очищения языка, перед каждой едой тщательно пережевать корочку хлеба натертую чесноком, а затем выплюнуть. За счет этого ротовая полость и язык становятся чистыми и розовыми. Налет на языке в эти дни указывает, что продолжает идти очищение организма.

Начиная с 3-4 дня до 6-10, в дополнение к указанному, кушать хлеб из проросшей пшеницы, цельные каши на воде с добавлением морской капусты. И только после такой подготовки переходить на обычное питание. Критерием перехода на обычное питание служит исчезновение налета на языке. Этот же признак говорит, что активный период после голодового очищения закончен.

Если вы так поступите, то выведите остатки шлаков, мягко запустите пищеварение, дополнительно очистите организм и похудеете.

Если человек проголодал стадию "адаптации" до второго ацидотического кризиса 23-25 дней, то внешнее пищеварение свернулось значительно сильнее, а процесс расшлаковки идет полным ходом. На этих сроках голода выход должен осуществляться очень осторожно и грамотно. Питание желательно начать с разбавленных протиевой водой свеже выжатых соках. Примерно, первые 2 дня пить разбавленные соки пополам с водой, вторые 2 дня пить разбавленные на одну треть, следующие 2 дня пить в неразбавленном виде. С этого же времени можно вводить в пищу свеже растительную или слегка тушеную (тушить на воде). Если невозможно получить соки, восстанавливаться на отварах трав и размоченных сухофруктов. С последующих дней вводить небольшое количество хлеба из проросшей пшеницы, каши на воде. Не забывайте перед едой пожевать корочку хлеба натертую чесноком, а затем выплюнуть.

Если голодание законченное и человек почувствовал голод, то восстановительное питание проводить значительно легче. Во-первых, нет интоксикации, а во вторых, организм естественно запускает пищеварение. Единственная рекомендация в этом случае - не переедать и потреблять натуральную растительную пищу.

Если человек проведя полное (законченное) голодание и испытывавшие до этого сильный аппетит, после первого приема небольшой порции пищи (100 - 200 граммов сока) чувствуют

предельное насыщение. Но уже через короткое время (20 - 30 минут) снова ощущают сильный голод. Жажда полностью удовлетворяется выливаемым соком. В это время у проголодавших людей вновь усиливается слабость, так как часть энергии теперь тратиться на переработку и усвоение пищи. В это время можно лечь в постель. Стул появляется, как правило, со 2 - 3-го дня питания. Вес тела в первые 1 - 2 дня восстановительного периода продолжает понижаться (на 100 - 200 граммов в сутки).

Астеническая стадия восстановительного периода характеризуется возбуждением жизненного принципа "Ветра". Для его подавления необходимо ежедневно смазывать все тело оливковым или топленым маслом, принимать горячие ванны, делать молочно-масляные микроклизмы.

2-я стадия под названием "интенсивного восстановления" наступает тогда, когда организм запустит пищеварительную систему. Восстановление пищеварительной функции зависит от срока предыдущего голода. Если человек голодал всего 2-3 дня, то эта стадия наступает сразу; если 6-10 дней, то на 3-4 день; если 20-30 дней, то на 5-7 день; если голод завершенный, наступает быстрее - на 4 - 6-й день.

Аппетит быстро повышается. Теперь для насыщения требуется уже достаточно большое количество пищи. Вес тела быстро нарастает - примерно в тех же пропорциях, в каких он падал во время голода, и достигает первоначального уровня в срок, равный его длительности, а иногда даже быстрее. Параллельно нарастают и физические силы, быстро улучшается самочувствие, повышается настроение, болезненная симптоматика большей частью исчезает. Артериальное давление достигает нормального уровня, пульс делается устойчивым, нормализуется стул. Большой аппетит и повышенное настроение держатся после голодания, примерно, в полтора-два раза дольше времени голода.

Наибольшая и частая ошибка этого периода восстановления - неумение контролировать чувство голода. Поставленное было под контроль чувство аппетита с новой силой воздействует на сознание человека и превращает его в механизм жевания пищи. Кушайте умеренно и с разбором, утром и в обед. Этим вы наладите и согласуете энергетику организма с природными циклами.

Другими словами, чем длительнее был голод, тем сильнее и длительнее период "интенсивного восстановления".

3-я стадия восстановления носит название "нормализация". Аппетит у отголодавших людей становится умеренным, пищеварение нормальным. Это указывает на полное восстановление внешнего питания. Настроение делается ровным, спокойным.

Предостережение: не советую во время этой стадии чрезмерно увлекаться свеже растительной пищей богатой балластными веществами (капуста, морковка, листовые овощи и т. п.), а в особенности не размоченными сухофруктами. Это приводит к значительному усилению жизненного принципа "Ветра" и всего неблагоприятного, что он дает (боли в пояснице, холод в теле, несварение и т. д.). Балансируйте свой рацион достаточным количеством каш, овощей, фруктов содержащих меньшее количество балластных веществ или прошедших минимальную термическую обработку. Не употребляйте сильно охлажденной пищи. Кушайте пищу в теплом виде. Особенно это касается лиц конституции "Ветра" и страдающих повышенным газообразованием.

Наступление третей стадии, также зависит от длительности предыдущего голода.

По тому, как у голодающего человека выражены стадии голода и восстановления можно судить о эффекте голода. Если они четко выражены и наступают своевременно голодание сразу дает наилучший лечебный эффект.

У других эти стадии или хорошо выражены, но отстают во времени или своевременны, но слабо выражены. Это люди, у которых сильно выражен жизненный принцип "Слизи" или "Ветра". Эффективность от голода у них снижена, положительные результаты проявляются замедленно или они нестойки. Таким людям необходимо учитывать индивидуальную конституцию и проводить качественно иной голод, о котором будет рассказано в соответствующем разделе. Но в любом случае, ваше терпение и упорство будут вознаграждены - вы добьетесь поставленной цели, полного оздоровления организма.

Какие сроки голода дают тот или иной эффект на организм человека.

Подведем конкретный итог относительно эффективности различных сроков голода (эти данные справедливы для человека с ростом 160 - 180 см и весом 60 - 85 кг).

1. Голодание в течение 1-3 суток активизирует центральную нервную систему по принципу стресса на нехватку пищевых веществ; разгружает пищеварительную систему, дает ей отдых; очищает от шлаков кровь и немного межклеточную жидкость.

2. Голодание в течение 3-7 суток, помимо выше указанного, хорошо очищает межклеточную жидкость; закисляет организм, что позволяет избавиться от гниеродных микроорганизмов в первую очередь; восстанавливает эпителиальную ткань тонкого кишечника и желудка.

3. Голодание от 7 до 14 суток, помимо вышеуказанного, полностью очистит и восстановит эпителий желудочно-кишечного тракта (если там нет серьезной патологии); частично очистит печень и соединительную ткань (тело станет гибче); наладится работа сердечно-сосудистой системы; хорошо разгрузятся все клетки организма от шлаков; могут рассосаться некоторые инфильтраты, опухоли, полипы.

4. Голодание от 14 до 21 суток, помимо вышеуказанного, полностью очистит и обновит клетки печени и почек, а также большинство желез внутренней секреции; может вывести камушки из желчного и мочевого пузыря; рассосется большинство отложений солей и спрессованной слизи, а также опухолей различного вида; прекрасно очистится и обновится соединительная ткань и кожа; частично очистится костная ткань.

5. Голодание от 21 до 28-30 суток (полный лунный цикл), помимо вышеуказанного, уничтожит почти все виды опухолей и инфекцию (особенно уриновое) рассосет спрессованные сгустки слизи в гайморовых и других полостях, а также выведет отложение солей (но не слишком запущенные); восстановятся и обновятся клетки мягких тканей организма, почти все клетки кожи (а следовательно и очистятся); уберется большинство старых клеток из организма; заменится и нормализуется жировая ткань (прослойка жира станет нормальной) и на 1/3 заменится и очистится костная ткань.

Если теперь сравнить эффекты очищения от различных сроков голодания, то окажется: голодание от 7 суток дает лишь поверхностное очищение; от 7 до 14 суток - более лучшие результаты, ибо вы проходите ацидотический кризис и поддерживаете закисленную среду в организме, что способствует лучшему растворению, обновлению и подавлению инфекций; голодание от 14 до 21 суток способствует капитальной очистке организма, удалению всего ненужного, патогенного и старом (но существуют настолько закапсулированные опухоли, что их можно взять со 2-3 раза) и наконец, голодание от 21 до 30 дня способствует тому, что вы проходите весь лунный цикл - полностью очищаетесь, обновляетесь и стираете старую патологическую программу (которая переходит из одного лунного цикла в другой) и заменяете ее на новую - здорового организма.

Пример. «Мне 66 лет, пенсионер. Мои болезни - поясничный остеохондроз, плечевой артрит, простатит, гастрит, разбросанные почти по всему телу жировики, прошел все стадии уральского ядерного облучения. Вес мой когда-то был 73 кг, рост 173 см.

Сейчас по Вашей методике заканчиваю 14-дневное голодание (выхожу на новолуние 7 апреля). До этого голодал 9 дней сразу с 2 января, затем 2-3 раза однодневных и 7-дневное в июле 1996 года. Было очень тяжело. Затем не голодал до февраля 1997 года. Со 2 февраля 7-дневное. После этого 4 раза в дни экадаши по 36 часов, и вот с 24 марта 14-дневное.

Вопрос вот в чем. В учебнике Вы пишите, что после 2-го ацидотического криза человек, как правило, полностью выздоравливает. А это происходит на 21-25 день. Ну пусть еще 10-15 дней на приведение в норму полевой формы. Итого - 40 дней. А если проводить дозированное, то это уже выливается в 20+25+15 = 60 дней, что значительно трудней. А если растянуть на годы, то все равно надо будет по 30 дней голодать, и то никакого результата не получишь. Что Вы мне посоветуете выбрать?(Рекомендую, хотя бы раз в год сделать полную серию фракционного голода до конца. В последующем, голодать раз в квартал по 7 - 14 дней. Раз в 5-7 лет повторять фракционный голод до конца.)

В заключение хочу сказать, что с января 1996 года питаюсь в основном соками, салатом, ка-

шами с маслом и хлебом из проросшей пшеницы, иногда яйца, творог, сметану. Соль не употребляю совсем. Правильно ли это? (Правильно. Рекомендую принимать пищевые добавки с повышенным содержанием биологических веществ - корень жень-шеня, солодки и т. д.)

Книги Ваши у меня вроде бы молитвенников. Перечитываю их по несколько раз. Большое Вам спасибо за глубокую теорию, а еще больше за практические рекомендации».

Еще раз подчеркну, что примерные результаты будет наблюдаться у вас в том случае, если вы прошли главные очистительные процедуры и имеете среднее телосложение. Без предварительного очищения картина вышеописанного резко меняется в худшую сторону. У лиц с избыточным весом сроки значительно сдвигаются из-за большого резерва жировой ткани. Они могут запросто голодать по 40-50 и более дней.

Сразу отвечаю на возможный вопрос: если голодать по 3 суток (или 7) несколько раз подряд (даже в течение нескольких лет), то может ли быть глубинный эффект очищения и оздоровления, как при 21-30 суточном голоде? НЕТ! И знаете почему, потому что вы не добираетесь до ацидотического кризиса, во время которого, вернее, после которого клетки работают в совершенно других условиях и осуществляются основные целебные эффекты. Но если вы будете голодать от 7 до 14 суток несколько раз подряд, придерживаться правильного питания, то это вполне достижимо. Например, так поступал Поль Брэгг в начальный период своих голоданий, особенно, когда лечился в Швейцарии у доктора Ролле.

Пример. «Моя мама 1936 года рождения. Она лечится по вашей методике. В октябре 1994 года ей была назначена операция по удалению правой груди - она отказалась. Сейчас июль 1997 года. У нее распалась-разложилась грудь. На ногах отеки до живота, потрескалась кожа, есть раны. Отеки появились в январе 1997 года, спадают, затем вновь появляются. Боли она не чувствует. Понемногу все делает в доме. Мне не понятно, что происходит с мамой. Я волнуюсь, недавно была у онколога, показала цветные снимки груди. Врач сказал, что метастазы разошлись и пошел процесс разложения тканей. Сказал, что она так и будет умирать потихоньку. Мама голодает до 9 дней, пьет урину, ест только овощи, фрукты, чистила 9 раз печень, клизму делает постоянно из урины. Все это делает почти три года. Геннадий Петрович, будьте добры напишите, что с мамой? Что еще надо сделать. У нее большая вера в излечение». (Это как раз тот случай, когда срока голодания не достаточно для того, чтобы запустить те целительные механизмы, которые бы способствовали рассасыванию опухоли. Надо применять более длительные периоды голода - 14-21 и более дней.)

Фракционное голодание.

В виду того, что одного и даже 2-3 голоданий по 10 -20 суток оказывается мало, чтобы полностью восстановить здоровье, особенно это касается тяжелых запущенных болезней, надо применять серию прерванных голоданий, которые называются *фракционными*. Такой подход позволяет окончательно победить болезнь.

Под фракционным голоданием необходимо понимать серию прерванных голоданий, ряд из которых имеет продолжительность от первого до второго ацидотического кризиса, а последнее заканчивается только при наступлении чувства голода и очищения языка. Сроки восстановительного питания между голоданиями равняются периоду голода или в полтора раза больше. Например, первый голод 15 дней - восстановительное питание 15-22 дня; второй голод 25 дней - восстановительное питание 25-37 дней; третий голод до очищения языка или появления сильного чувства голода. Если этого не произошло, вы не выдержали голода, проголодав только 20 дней (в среднем, в третий голод требуется от 10 до 20 суток до его полного завершения), то придерживаетесь восстановительного питания 20-30 дней и новый голод до очищения языка.

Если у Вас болезнь осталась или Вы не дошли до симптомов указывающих на полное завершение голода, то следующий фракционный голод делаете на следующий год.

Если сроки восстановительного питания между голодом большие, то это уже не будет фракционным голоданием, а обычным. И эффект от него не так выражен. Например, человек отголодал 30 суток, затем через три месяца еще 30 суток и через полгода еще 30 суток. Это обычное голодание. Прошу не путаться в тер-

минологии и понять разницу между обычным и фракционным голодом.

8. Пример. «У меня болела левая грудь много лет (более 15) из матки выделения. Это создавало массу неудобств. Где-то года 2 назад начала болеть вторая грудь. Я не знаю, почему я не паниковала. Я почему-то была хладнокровно спокойной.

Мне подсказали, что нужно пить болиголов. Настояла на водке и пила по схеме. (Болиголов не решает проблем с очищением организма, изменением распорядка жизни, не влияет на первопричины болезни. Отсюда, его зачастую недостаточно для излечения.) Затем мне привезли Вашу первую книгу.

Я сразу же начала чистку кишечника. Это было в весеннее равноденствие. Затем начала чистку печени. За 8 чисток - 600 камней.

Провожу лечебное голодание. Вначале по 1 дню, затем по 3, затем 13 дней и т. д.

Отголодала фракционный голод 20 дней, 25 и 14. После этого рассосалась эмаль на зубах. (Обычно эмаль восстанавливается на зубах после голода самостоятельно. Надо воздерживаться от кислой и слишком сладкой пищи.)

После фракционного голода я не голодала длительные сроки, а лишь по 42 часа в дни экадаши и в дни постов 3-х и 5-ти дневные сухие голодания.

Занимаюсь по вашей системе с марта месяца 1996 года. Результат на лицо.

Фигура стала девичья, появилась гибкость. Выделения почти прекратились, в грудях иногда ноющая боль». (Надо учесть ошибки на выходе и повторить фракционный голод. Советую почистить полевую форму жизни.)

Прерванное голодание применяют в тех случаях и столько времени, чтобы с его помощью решить возникшие проблемы со здоровьем. Например, во время острого заболевания, для нормализации температуры и устранения явной патологии.

Полное голодание применяется крайне редко для избавления от серьезных хронических заболеваний и с целью самосовершенствования.

Фракционное голодание заменяет полное. Не всегда человек сразу может выдержать полное голодание. А вот серию прерванных, которые дают в конце концов эффект полного, любой человек может сносно перенести. При этом, первое голодание делается продолжительностью превышающее первый ацидотический кризис. Восстановительный период длиться столько, сколько длилось само голодание. Второе голодание должно по срокам доходить до второго ацидотического кризиса, а восстановительный период иметь протяженность в 1,5 - 2 раза больше этого голодания. Третье голодание длиться до тех пор, пока не появиться чувство голода и не очиститься язык. В некоторых случаях (при сильном поражении организма), приходиться делать до пяти прерванных голоданий и даже повторять их на следующий год для полного исцеления. В периоды восстановления между голоданиями используется питание не содержащие животные белки (молоко, творог, сыр, мясо, яйца и т. п.). В этом случае и в эти периоды продолжается целительный эффект голода - усваивается углекислота и продолжается биосинтез на ее основе.

9. Пример. «Мне 39 лет. Мои болезни - псориаз, геморрой. Стал чистить кишечник. Почистил печень - вышла черная и коричневая грязь и запах как из унитаза (камней не было). После этого решил полечиться голоданием по Войтовичу. У меня рост 182 см, вес 107 кг, небольшое облысение, близорукость.

1 фракция 19 дней. Вес снизился до 85 кг. Псориаз уменьшился, но остался на коленях и локтях, геморрой пропал.

2 фракция 23 дня. Урину пить не мог тошнило. Стал делать клизмы. Вылезли на 13 день геморройные шишки. Во вторую половину фракции лежал - слабость и разбитость. Вес снизился до 72-75 кг. Псориаз снова появился.

После голодания фигура стала как в юности. Уменьшается и проходит псориаз, но боюсь не надолго. Постоянный жор.

Псориаз в период 3 фракции на 9 день тоже исчез, но боюсь не надолго. При выходе снова появится, наверное.

Достиг следующих результатов:

1. Снизился вес от 107 кг до 78 кг.
2. Уменьшился геморрой, больше нет кровяных выделений.
3. Прошел грибок на ногтях пальцев рук и между пальцами ног.
4. Прошли (наверное временно) бляшки псориаза».

Вообще, надо понять, что голодание (пусть

и полное) не разовая акция в результате которой человек полностью выздоравливает и более ничем не заболевает. Да, эффект от голода будет, но если порочный образ жизни не будет изменен, то ушедшие болезни появятся вновь. Отсюда совет специалистов по голоду таков: голодать следует регулярно, а в перерывах придерживаться здорового образа жизни и правильного питания. Только в этом случае голод дает уникальный возрождающе-омолаживающий эффект.

10. Пример. «Уважаемый Геннадий Петрович. Обращаюсь к вам с просьбой - мольбой о помощи. Спасите или посодействуйте, чтобы меня спасли от полиартрита. Болею полиартритом где-то с 1967 года. Болела тяжело и безнадежно 15 лет, но судьба распорядилась так, что из болезни мне с огромным трудом удалось выкарабкаться. И вот после 15-летнего перерыва я опять стала в строй и смогла работать там, где работала до болезни. Для меня это было самым дорогим подарком от судьбы. Моей 100-процентной работоспособности способствовало 40-дневное голодание на воде и благополучный выход из голода. Произошло чудо, я полностью очистилась и чувствовала себя превосходно. 10 лет была на сырой растительной диете, но затем все изменилось и в жизни и в стране, все пошло кувырком и с диеты я съехала. Теперь болезнь возвращается, уже почти вернулась. Что мне теперь делать, опять голодать? Прошу вас о помощи». (Вот яркий пример того, что порочный образ жизни привел к болезни и краху жизни. Надо было дать возможность жизненной силе поработать без помех над организмом. С помощью 40-дневного голода это было достигнуто. Порочный образ жизни был сменен на здоровый. Человек был здоров 10 лет. Но вот общество своими выкрутасами вновь вмешивается в жизнь человека, а он этому не противостоит. Та болезнь, что было ушла совсем под действием порочного образа жизни возвращается вновь. Применяйте голода регулярно раз в неделю по 24-36 часов, раз в квартал по 7 - 14 суток. Измените питание, которое позволит закреплять результаты голода.)

11. Пример. «Я лечусь по вашим книгам «Целительные силы» с января 1996 года. Почистил толстую кишку 10 раз. Печень 20 июля еще раз хочу почистить, так как камешки все же еще выходят. В больнице лежал несколько раз, так как почки были больные. Я все худел и худел, три раза был приступ на почки. Последний раз выписали из больницы с головными болями, почти не мог ходить, был инвалидом второй группы по бронхиту. Просто умирал.

Начал голодать, применив уринотерапию. Голодал 19 дней. Из меня вышло довольно много черной жидкости, как мазут. Мне стало довольно лучше, почти исчезла отдышка, головные боли, кашель. Но я очень похудел. Все еще не могу набрать вес. Питаюсь по вашим книгам, урину пью 3-4 раза в сутки, делаю гимнастику с тренажером, так как у меня сильный остеохондроз. Но тяжесть и усталость в ногах полностью не прошли, очень болит позвоночник (в 1956 году была операция по удалению ребер спереди 2 и сзади 7). Справа был туберкулез, теперь его нет уже 15 лет. Утром такие боли во всем теле, кое как встаю по утрам. Наверное мне нужно очистить полевую форму. Но как это сделать, моя супруга меня не понимает (вот прислали бы мне кассету для очищения). Спасибо огромное за ваши книги. Если бы не они, меня уже не было бы в живых». (Для восстановления организма надо давать жизненной силе возможность поработать над организмом. Для этого надо еще несколько раз повторить голода. Ошибка многих людей заключается в том, что они сделав один голод останавливаются на этом. К тому же неблагоприятные внешние условия, особенно не понимание в семье угнетающе действуют. В таких условиях трудно чего-либо достичь. Путь к исцелению прост - устраните все, что мешает Вам жить. Тогда жизненная сила быстро восстановит Ваш организм.)

РАЗЛИЧЕНИЕ ГОЛОДА ПО СПОСОБАМ ПРОВЕДЕНИЯ.

Как уже ранее указывалось, голодания отличаются по качеству. В основе качественных различий лежит способ проведения. Например, голод можно провести “классически”, можно на урине, а можно “насухо”. Кроме этих трех главных отличий возможна масса вариантов внутри одного способа проведения голодания, а также комбинирование всех трех способов в одном голоде. Например, человек первые 2-3 дня голодает “насухо”, следующие 5-10 дней на урине, и еще 5-10 дней “классически”.

Помимо всего, ранее описанного, каждая школа голодания (русская - Ю. Николаева, Порфирия Иванова, А. Суворина; американская - Г. Шелтона и П. Брэгга; французская - Ив Вивини; английская уринотерапевтическая - Д. Армстронга и так далее), каждая клиника голодания имеет свои взгляды и приемы, которые могут быть противоположны взглядам и приемам другой школы. При этом и те и другие выдвигают весомые аргументы в свою защиту. Я не буду скрывать эти противоположности, а лишь прокомментирую их. Ваша задача, на основании собственного опыта и индивидуальности отобрать наиболее приемлемые для вас.

“Классическое” голодание сроком 20-30 дней проводится в большинстве лечебных учреждений нашей страны, (к сожалению таких клиник в нашей стране почти не осталось) которые лечат голоданием и подразумевает следующие правила проведения.

1 правило. Для лучшего входа в голод используют одноразовый прием большой дозы слабительного (магнезия или соль “Барбара” в количестве: не менее 60 граммов растворяется в 300 - 400 мл и в один прием выпивается). Слабительное применяется перед отказом от пищи и преследует следующие цели.

Во-первых, при очищении желудка и кишечника быстрее срабатывают механизмы переключения на полноценный внутренний режим питания.

Во-вторых, быстрее пропадает чувство голода. У тех лиц, у которых кишечник был очищен недостаточно полно, еще 2 - 3 дня сохраняется чувство голода.

В редких случаях слабительное может применяться повторно через 2 - 3 дня голодания, если голодающий замечает в испражнениях большое количество каловых камней. Повторное применение слабительных средств без особой надобности нежелательно. Это может на какое-то время нарушить ионный обмен в организме человека, вызвать тошноту, даже рвоту.

Мои рекомендации: если это вам делать не хочется, то войдите в голод с помощью нескольких (2-3) двухлитровых очистительных клизм или сделайте Шанк-пракшалану с 2-4 литрами воды.

2 правило. Питьевой режим. Во время “классического” голода рекомендуют выпивать в течение суток не менее двух литров воды. Можно пить воду сразу же после того, как начинает действовать слабительное. Последнее вызывает повышенное удаление натрия и воды из организма человека через кишечник. Если у голодающего имеются выраженные отеки, прием воды в первые два дня можно ограничить до литра. Отеки, даже устойчивые к медикаментозному лечению, постепенно исчезают.

Целесообразно ограничить объем принимаемой воды внутрь в случае, если человек начинает голодать с повышенной температурой тела. В этом случае температура естественно, без дополнительных приемов и средств, будет снижаться и за 2 - 3 дня, как правило, приходит к норме.

При нормальной температуре питьевой режим необходим для более качественного расщепления жира. Человек на голоде может выпивать более двух литров воды в день, к примеру, 5 - 6 литров и больше, и в этом случае не наблюдается задержки жидкости в организме. Этот человек будет всего лишь чаще обычного мочиться, и моча у него наблюдается более светлой.

Воду обычно пьют из источника водоснабжения в сыром виде. Можно пить кипяченую воду, дистиллированную, талую, протиевую, горячую и холодную. Заметной разницы в лечебно-профилактическом эффекте при изменении состава воды не отмечено, однако многие подчеркивают, что талая вода выпивается с большим удовольствием, а дистиллированная лучше расшлаковывает организм.

С 3 - 4 дня голода лицам тяжело переносящим стадию нарастающего ацидоза рекомендуют добавлять к питьевому режиму 0,5 литра минеральной воды. В организме CO2 присутствует в основном в пяти вариантах, в том числе и в бикарбонатах, которые имеются в минеральной воде. Бикарбонаты, как “буферы”, смягчают развитие ацидотического пика.

Мои рекомендации: пейте жидкость по потребности, но не более. Пейте воду такой температуры, которая вам наиболее приятна.

3 правило. Двигательный режим. Необходимо ходить в среднем 15 - 20 км в день на свежем

воздухе. Предпочтительнее загородные прогулки в лесу, в горах, у водоемов и т. д. В городской черте прогулки следует проводить там, где меньшая загруженность транспортом, где имеются зоны отдыха, парки, скверы, лесопарки.

Люди с низким исходным весом стараются ходить меньше, то есть не интенсифицировать двигательный режим, так как жировые запасы у них малые. Однако и им удавалось проводить по 17 - 20 дней голода. Очень низкий исходный вес (42 - 50 кг) часто обусловлен зобом и другими хроническими заболеваниями с выраженной интоксикацией организма. Лица с низким весом тела первый курс дозированного голодания переносят с определенными трудностями. Но буквально после одного-двух курсов такого лечения они набирают нормальный вес, который болезнь не позволяла им набрать в течение многих лет. Лечебно-профилактический эффект у таких людей обычно наступает значительно раньше, нежели у лиц с выраженным ожирением. Помните, что низкий вес тела далеко не всегда является противопоказанным для проведения дозированного голодания. Но двигательный режим этим людям необходимо ограничить до 5 - 10 км в день.

Полная обездвиженность является относительным противопоказанием для проведения голода, так как у людей в этом случае могут образовываться каловые пробки, которые в значительной степени подавляют антитоксический эффект лечебного голодания. Голодающий при этом не чувствуют себя в состоянии комфорта. У них отмечается слабость, сердцебиение и другие симптомы интоксикации. Но при этом каких-либо осложнений в период физиологического срока голода все равно не наблюдается.

Прогулки в летнее жаркое время целесообразно проводить на воздухе в легкой одежде, а при возможности в купальных костюмах. В прохладное время следует одеваться теплее обычного. Желательно ежедневно во время длительной интенсивной ходьбы добиться состояния испарины, а лучше пропотеть. Это удается с большими трудностями, так как на голоде отмечается сухость кожных и слизистых покровов.

Мои рекомендации: соблюдайте двигательный режим по самочувствию. Каждое новое голодание вы будите проводить по-новому и то, что было невозможно раньше, станет возможным сейчас. Если в первые голодания вы только лежали, в последующие умеренно гуляли, то в дальнейшем можете активно заниматься физическими упражнениями.

4 правило. Водные процедуры. Для лучшей расшлаковки организма через кожу, для укрепления кожного барьера и борьбы с сухостью кожи и слизистых оболочек рекомендуется не менее одного раза в сутки принимать душ или ванну. Неплохо применять контрастный душ, чередуя теплую воду с холодной. Для тучных целесообразен душ Шарко, который одновременно и массирует туловище, конечности. Один раз в 5 - 7 дней рекомендуется париться в бане, сауне.

Сауна в период лечебного голодания не является противопоказанием при ишемической и ряда других болезней сердца.

Во время применения водных процедур не следует часто употреблять мыло. Достаточно пользоваться им один раз в 7 - 10 дней. Можно провести своеобразный массаж - растереть мочалкой каждую часть тела докрасна.

Мои рекомендации: в зависимости от индивидуальной конституции вы установите наиболее приемлемый для вас вид водных процедур. Ведь все меняется для одного и того же человека летом и зимой.

5 правило. Очистительные клизмы. Делать клизму следует примерно через сутки после действия слабительного.

Клизмы проводят обычным образом. Кружка Эсмарха заполняется 1,5 литрами кипяченой воды. Температура воды не должна превышать 36 ° С. В воду добавляется 2 - 3 кристаллика марганцовки с таким расчетом, чтобы она была окрашена в слабо розовый цвет. Голодающий в коленно-локтевом положении, самостоятельно вводит наконечник в прямую кишку и впускает воду. В случае, если образовались каловые пробки, желательно сделать клизму повторно и с большим количеством воды. Если у больного геморрой, эрозии, полипы или язвы кишечника, то вместо марганцовки в клизму целесообразно добавить раствор ромашки или мяты, зверобоя и ряда других трав. Обычно клизму совмещают с последующим приемом водных процедур.

Мои рекомендации: если делать клизмы, то только с уриной. Делать их или не делать - зависит от сроков голода, зашлаковки организма, индивидуальной конституции, тяжести заболевания. По крайней мере, раз в два-три дня делайте уриновую клизму и по выходу содержимого решайте, следует ли ее повторить на следующий день или нет. Если шлаков отходит много, то делайте дважды в день - утром и вечером. Если их мало, то через день, а то и два.

6 правило. Массаж и самомассаж. Утром и вечером в течение 30 минут рекомендуется проводить сосудистый массаж, растирая поочередно различные части верхних и нижних конечностей, чередуя голень с плечом, бедро с предплечьем, затем круговой массаж живота. Массаж грудной клетки проводится массажистом или окружающими голодающего людьми. Сзади между лопаток и ниже в течение 10 -15 минут проводится давящий массаж грудной клетки кулаками или пальцами массажиста.

Мои рекомендации: делайте массаж с упаренной уриной. Эффект будет больше.

7 правило. Гигиена ротовой полости. Во время голода огромное количество шлаков удаляется “верхним путем” - через рот и нос. Сильно обложен язык. Появляются налеты в ротовой полости. В течение 6 - 7 дней и более может начаться свободный отток гноя через ротовую полость из гайморовых или лобных пазух, из зубов, пораженных парадонтозом. Очищаются от гнойного содержимого миндалины при наличии гнойных “мешков” и пробок. Для удаления этих шлаков рекомендуется полоскание ротовой полости холодной водой, отварами трав и содовым раствором, чередуя их. Полоскание применяется перед каждым приемом воды, то есть не менее 6 - 7 раз в день.

Мои рекомендации: полощите рот, промывайте нос, закапывайте в уши свою урину. Это самая лучшая гигиена.

8 правило. В период проведения голодания не рекомендуется носить синтетическую одежду, которая изолирует человека от внешней среды и не дает подпитываться организму свободными электронами через кожу, а также не дает полноценно восстановится кожному барьеру, в особенности у больных, зависимых от гормональной (глюкокортикоид-ной) терапии.

Как только голодающий человек меняет синтетическую одежду на хлопчатобумажную или шерстяную (в холодное время года), так сразу он чувствует себя значительно энергичнее и комфортнее.

Мои рекомендации: я полностью согласен с этим правилом и рекомендую выполнять его вам повседневно, а не только на голоде.

9 правило. Не контактировать с пищей. Нарушение этого правила снижает лечебно-профилактический эффект голода примерно на 50 %.

Надо знать, что человек подпитывается от продуктов питания за счет их волновых излучений. Находясь среди продуктов питания, человек неосознанно поглощает это излучение и существует за счет его. Теперь вас не удивит поведение Иисуса Христа, Который во время своего Поста удалился в пустыню. Он же рекомендует людям голодать в укромных местах, вдали от жилья.

12. Пример. «Мне 58 лет, я неработающая пенсионерка. В прошлом году мне на день рождения подарили Вашу книгу «Из сосуда своего». С сентября начала очистку своего организма по Вашим рекомендациям: целый месяц чистила кишечник, 4 раза (октябрь, ноябрь, декабрь, январь - все дни «Экадаша»), в перерывах пила три курса отвар лаврового листа, перед чистками печени проводила «Жест раковины», все скрупулезно делала по Вашей книге. На фоне вегетарианского питания и питья урины по утрам. Три чистки дали хорошие результаты. Выходило много (до 3 литров) черной жижи со светлыми прожилками и множеством яркозеленых плавающих горошин, в 4 раз в январе вышло литра полтора очень светлой жижи без единой крапинки. Думаю, что печень очистилась полностью.

Сначала я похудела на 3 кг, потом на 2 кг, потом на 1 кг, а потом пошли разные праздники, в гостях несколько раз была, пришлось много чего съесть, в результате появился лишний вес. Чтобы его сбросить, в феврале решила на фоне уринотерапии поголодать 14 дней. Раньше голодала по 24, 36 часов и до 4 суток. После всех чисток стала лучше себя чувствовать, отвали-

лись все висячие родинки или бородавки, сон улучшился, аппетит напал ужасный. Но голодовка кончилась плачевно, пришлось прервать ее на 10 день.

Опишу только первый день, потому что и во всех остальных делала то же самое. Пила урину среднюю часть с 3 ч утра до 18 часов, растиралась 1/4 мочегоном утром с головы до ног, пила структурированную воду сколько хотелось (набрала на Крещение). В первый день проделала «Жест раковины». Полоскала горло уриной, в глаза, нос и уши закапывала свежую урину (у меня близорукость -3,0), вечером в 20 часов компресс из урины на голову через день.

В голодовку вошла легко и первые 5 дней чувствовала себя хорошо. Да, после растирания через 1,5 часа обливалась водой, сначала теплой, затем прохладной (живу в частном доме, ни ванны, ни душа нет). Язык был обложен по краям белый, в середине желтый. (Это указывает на отход желчных шлаков.) По вечерам проводила клизмение, выходили, то белые хлопья, то белая скрученная шкурка см 10 длиной и 3 см шириной. Иногда после старой прокипяченой урины выходила черная жижа с зеленым и с нитевидной слизью. В теле пустота, в животе урчание постоянное. Да, по утрам пила мочегон 1/4 по 3 глотка ежедневно. По вечерам также натиралась мочегоном и смывала водой.

Начала голодать с 14 февраля, а с 19 числа сильная слабость, шатает из стороны в сторону, в глазах темно, руки, ноги дрожат, зарядку уже не делаю, все остальное с трудом, клизмение проделала дважды утром и вечером, вышла темная вода с черными крупинками, вечером в парной через силу парилась, чуть не упала, сильно сердце колотилось. (В бане к сердцу предъявляются повышенные требования, если оно слабо, то может случиться беда. Поэтому на голоде надо прогреваться, но не париться. Все делайте по самочувствию.) В животе уже не урчит, ночью бессонница. (Когда начинается бессонница и Вы уже не спали 2-3 суток, то надо выходить из голода. Это говорит о сильнейшем перевозбуждении «Ветра». Как только начнете кушать, так со сном станет намного лучше.)

21 февраля почти не спала, такое впечатление, что чем-то отравилась, тошнота, а в 12 часов дня началась рвота, а рвать нечем, немного желчи вышло, ходить не могу, слабость, головокружение, звон в голове, все лежу. Муж стал сильно ругаться, он ни во что не верит, меня всячески ругает, нажарит мяса, наварит лапши и есть около меня, соблазняет, но я стойко держалась 10 дней, ни глоточка, ни кусочка не съела, но после рвоты, чувствую, конец мне наступает, пришлось голодание прервать. И что характерно, я ни на грамм не похудела, а после этого я еще больше поправилась, теперь наверно 70 кг вешу при моем росте 156 см. Вот какая моя беда. (Вот это и есть последствия контакта с пищей. Подсознательное действие запаха привело к такому результату. Более того, организм стал «питаться» запахами, что не привело к сбросу веса и включению целительных механизмов.)

Здоровье-то у меня в норме, грех жаловаться, какой-либо скрытой болезни я в себе не замечала, но похудеть надо, старые платья, юбки малы, а новые на пенсию не купишь, хоть бы на еду хватило. Если можно, напишите, что я не так делала?

Более того, во время голода человек “подсасывает” неосознанно энергетику с окружающих людей. Многие это чувствуют. И это также снижает эффект от голода. Надо добиться существования организма только за счет своих сил и энергий, а не тренировать “вампирные” качества.

Мои рекомендации: строго выполнять это правило.

Восстановительный период.

После проведения первого курса “классического” голода (17 - 20 дней) начинается питание соками, кислым молоком, затем преимущественно растительной пищей.

И сразу же мой совет, проверенный на практике. Соки используйте овощные, овощи нейтрального вкуса и слегка тушеные. Далее добавляйте понемногу цельные каши.

Не используйте в период восстановления, после таких сроков голода фрукты, кислые продукты. Фруктовые кислоты яблок, апельсин, ягод и продукты кислого вкуса - запросто съедят зубную эмаль. Лучше всего квашеное молоко и то по немногу.

А теперь, примерное меню для выхода.

1 день питания - смешать пол литра свеже выжатого морковного сока и 0,5 литра талой

или протиевой воды. Употреблять через часполтора по стакану. Желательно приготовить морковный. *Повторяю - фруктова-ягодные смеси соков, за счет фруктовых кислот за 3-5 первых дней восстановления после такого голода, съедают зубную эмаль.*

Лично я, начинаю с кислого молока с добавлением меда.

В течение пяти первых дней восстановления пищевого режима категорически запрещается потребление поваренной соли.

2 день питания: (4 - 5 разовое) слегка тушеными овощами (*сырые могу давать брожение*), до первого момента чувства насыщения. Овощи в основном потребляются в теплом виде. Войтович рекомендует в первые дни восстановительного питания с пищей обязательно употребляется большое количество чеснока (10 - 15 граммов), независимо от индивидуальной переносимости его до голодания. Жгучий вкус чеснока активизирует пищеварение и дизенфицирует организм (эта рекомендация больше всего подходит для лиц с индивидуальной конституцией "слизи").

Можно отварить свеклу и запечь в духовке картофель к концу второго дня возобновления пищевого питания.

3 день питания: к теплым (*это значит слегка тушеным*) овощам, свежему соку моркови добавляются теплые цельные каши, печеные яблоки. *Цельные - это значит зерно крупы не обдирное.*

4 день: прием пищи сокращается до 3 - 4 раз в день. Добавляется каша из различных круп: гречка, овес, пшено, перловка и так далее. Она приготавливается на воде и заправляется растительным маслом, а лучше топленым малом.

5 день: добавляются хорошо разваренные бобовые - горох, фасоль, можно в виде каши.

6 день: в каши можно добавлять чуть поваренной соли. После чего рекомендуется переходить на питание по принципу - более однообразная пища в один прием и наибольшее разнообразие ее в течение дня, недели, месяца и т. д.

Захотели есть - поели, что хочется, но один продукт. Часа через три опять захотелось - кушаете новую пищу, но один продукт и так далее.

Разовый прием пищи должен строиться так: вначале выпить жидкость (чай, компот, сок, кислое молоко), если испытываете жажду; затем овощной салат или отварные, запеченые овощи; а теперь можете покушать хлеб или суп из проросшего зерна, каши, картошки, мяса (мясоедам), творога, орехов и т.д., но только что-то одно.

Что касается свежих фруктов, ягод, их можно есть через неделю-полторы после выхода из голода. И лучше есть спелыми и сладкими, малыми порциям - помните о ***зубной эмали.***

Продолжается месячный цикл такого питания. При этом ограничиваются молочные продукты, кроме кислого молока и творога. Они в силу сложности усвоения и повышенной аллергизации организма, снижают в значительной степени последующий эффект лечебного голодания.

В этот период рекомендуется реже обычного употреблять яйца, куриное мясо и другие продукты животного происхождения.

Учитывая продолжение после голодания эффекта улучшения биосинтеза клетками, никаких издержек для организма не замечено при потреблении только растительной (вегетарианской) пищи.

"Уриновое" голодание.

Оно проводиться самостоятельно. Что касается отличая его от "классического", то оно заключается в том, что правило №2 несколько видоизменено. Рекомендуется выпивать до половины и более выделенной в течении дня урины. Воды пить по мере необходимости, но такое количество, чтобы урина не была чрезмерно концентрированной.

В правило №5 - очистительные клизмы, вноситься небольшое изменение. Вместо воды использовать свежую (около литра) и упаренную (от 100 до 500 грамм) урину.

Правило №6 - массаж и самомассаж, проводить с использованием упаренной от одной второй до одной четвертой урины. Один-два раза за день, можно и более, в течении 20-40 минут. Он придает силы на голоде, и устраняет чрезмерное сердцебиение.

Правило №7 - гигиена ротовой полости, заменяется на полоскание рта и промывание носа свежей уриной (можно осторожно использовать и упаренную).

Преимущества уринового голода над "классическим" заключаются в более быстром за-

кислением организма, лучшей расшлаковкой, уничтожением патогенной микрофлоры и опухолей, гомеопатическом эффекте, сокращением сроков голода.

Например, широко известный Джон Армстронг об уриновом голодании говорит так:

"Я голодал 45 дней и пил только свою мочу и воду из-под крана. Кроме того, я втирал мочу в кожу".

И еще он рекомендовал делать компрессы.

"Чтобы сделать компресс, ткань пропитанную мочой, надо положить на больное место и поддерживать ее в сыром состоянии, добавляя мочу по потребности. Повязки следует накладывать всякий раз, когда перед вами нарывы, ожоги, раны, наросты, затвердения, опухоли и т.п. ... Компрессы снабжают пациента питанием в период голода. Кроме того, моча - лучшая из всех существующих пища для кожи."

13. Пример. «Сегодня уже 20 суток, как я нахожусь на уриновом голодании по всем правилам. Такое впечатление, что я вообще не нахожусь на голоде. Окружность талии сократилась на 25 см (против 120 см - был грех иметь лишний вес). Удивительная легкость в теле, высокая работоспособность. Язык постепенно начинает очищаться, но обязательно дождусь когда он будет алым. Закончив эту голодовку, буду ждать Великого поста. Решил, что такие воздержания от пищи должны быть правилом во время постов».

14. Пример. «С 1993 года я занималась голоданием и уринотерапией с постепенным изменением питания. Прошли адские головные боли перед месячными, был опоясывающий лишай, выгнала три камня из почек, было почечное кровотечение - остановила. Вес с 75 сбавила до 58, при росте 158 сантиметров». (Женщина применила самые сильные оздоровительные средства - голодание и уринотерапию, дала возможность собственной жизненной силе работать без помех над восстановлением здоровья. В результате пропал «букет» болезней. Медики бы лечили их по отдельность - ведь они ничего не знают о восстанавливающей способности жизненной силы. Даже масса тела пришел в норму.)

"Сухое" голодание

Оно бывает двух видов - полное и частичное. Проводиться в основном самостоятельно. От "классического" полное и частичное "сухое" голодание отличается правилом №2 - питьевым режимом. Он полностью отсутствует. Отсутствие жидкости способствует более быстрому расщеплению жира. Само терпение чувства жажды способствует быстрому освобождению от чувственно-полевой патологии. "Корни" болезней выворачиваются гораздо быстрее.

Правило №4 - водные процедуры, полностью отсутствует в полном "сухом" голодании. Разрешается в частичном "сухом" голодании применять ванны, души, обливания. Это заставляет лучше расшлаковывать кожу.

Правило №5 - очистительные клизмы, полностью отсутствует в обоих видах "сухого" голода.

Правило №7 - гигиена готовой полости, полностью отсутствует в полном "сухом" голоде, но применяется в частичном. При этом, голодающий только полощет рот.

Правило №9 - не контактировать с пищей, в полном "сухом" голодании дополняется еще - не контактировать с водой. Другими словами, этот вид голода вообще запрещает попадание воды не только внутрь, но и на любую часть тела. Полный отказ от воды на небольшой срок.

Преимущества "сухого" вида голода над "классическим" и "уриновым" заключается в постановке организма в более жесткие рамки. Теперь организм должен перестроиться таким образом, чтобы "добывать" в самом себе не только пищевые вещества, но и воду. Ткани организма расщепляются еще более быстро, закисление происходит в сжатые сроки. Отсюда и все последующие эффекты: уничтожение всего чужеродного в организме, рост приспособительных способностей и многое другое, что было описано раньше.

Это очень тяжелое испытание для психики человека, потому что резко активируются патологические чувства и здесь необходимо колоссальное терпение. Зато и результаты от этого голода гораздо сильнее, чем у предыдущих двух видов.

15. Пример. «Начала фракционное голодание, «сухое», проголодала 1,5 суток, чувствовала сонливость, а на следующий день приема пищи состояние было хорошее - подъем сил, вроде бы и спина стала прямее, гибкость воз-

росла с одного раза.

15 лет назад голодала 11 дней и вылечила псориаз, который меня мучил несколько лет - врачи, у которых я находилась на учете, были удивлены. Я верю в голодание»!

16. Пример. «Пишет Вам один из последователей Ваших рекомендаций по самооздоровлению. Я 1931 года рождения.

В прошлом я здорово болел, был инвалидом по сердцу, затем, начав самолечение, избавился от инвалидности. Я продолжал мероприятия по поддержанию здоровья: физзарядка, бег трусцой, затем занятия гирями.

В 1968 году я заболел дискинезией. 4 раза после пребывания в Ессентуках дикарем болезнь на 2 месяца отступала. В декабре 1973 года в журнале «Наука и жизнь» я прочитал «Голодание ради здоровья» Ю. Николаева. В марте-апреле 1974 года я провел первый раз курс классического голодания (20 суток). Думаю, на 90 % я дискинезию ликвидировал.

В 1975-1976 гг. Я повторил голодание (18 и 16 суток), но... почему-то полностью все не вычистил. (Не получилось накапливающегося положительного эффекта от голода. Слишком большие сроки между голодом были перечеркнули положительное воздействие голоданий. И видимо, порочный образ жизни остался прежним.)

В 1992 году начал выписывать «Каплю, отражающую мир», познакомился с уринотерапией. В 1993 году вылечил зубы (уриновым голоданием) и с тех пор ввел себе в практику, кроме физзарядки с гантелями суточное голодание в неделю.

В 1995 году так сложилось, что я здорово постарел. Думаю, что по причине материальных сложностей и физической перегрузки.

С января 1996 г. пью ежедневно мочу 4-5 раз в сутки, первый раз ночью с 3 до 5 утра.

В 1995 году купил Вашу книгу «Из сосуда своего», в 1996 году 4 тома «Целительных сил» и в апреле 1997 года - 5 том «Целительны силы» «Голодание».

В 1993 году в «Капле, отражающей мир» прочитал впервые про каскадное голодание. В 5 томе - слово в слово повтор, да еще немного информации о 10 и 11 и 18-суточных сухих голоданиях, но... я решил освоить этот прием, вернее, этот способ укрепления здоровья. Почему? Все понятно и ясно. Можно продолжить во все время лечение обычную жизнь, т. е. ходить в магазины, работать, возиться на даче - копать землю, полоть сорняки и т. д. Результат уж очень заманчив. Явное омоложение. В этом пункте мне помогает память об ошеломляющем результате моего первого 20-ти дневного классического голодания. (В первый раз и срок голода был более продолжителен, чем во остальные два.)

В 5 томе «Целительных сил» на стр. 296 Вы пишите, что к вам можно обращаться со своими вопросами, мыслями по материалам голодания. Обращаюсь к Вам, воспользовавшись Вашим разрешением, со следующими вопросами: есть ли у Вас информация от людей, проведших хотя бы 1 курс каскадного сухого голодания до 5 ступеней? Если есть, то я не прочь с кем-либо пообщаться письменно.

В каждой ступени сколько-то голодных и сытых дней: 1 через 1, 2 через 2 и т. д. Вы пишите, что вопроса о продолжительности нет, каждую ступень можно продолжать сколько угодно - хоть месяц... А сколько, по Вашему, надо минимально этих пар? Я начал каскад с понедельника, 14 апреля 1997 года и думаю первую ступень ограничить через 3 пары, а затем продолжить 2 через 2 и т. д. и тоже по 3 пары. Любопытно знать Ваше мнение. (Я более трех суток подряд насухо не голодал - не пил, не умывался, на купался. Поэтому, ничего определенного сказать не могу.)

В 5 томе при описании каскада ни слова нет об интервалах между ступенями. Я понял это так, что интервалов не должно быть вообще, а может быть, я не прав? Я думаю, что в этой технологии каждую ступень готовит последующая и интервал явно ослабит подготовительную работу. А может быть, не очень? (Я передал без искажений все то, что написала сама Валентина Лаврова. А там, думайте сами.) Дело в том, что весь курс лечения занимает как минимум (даже при 3 парах) 3 месяца, что займет почти все лето, что в общем-то не очень удобно.

В заключение информирую: в субботу, 19 апреля, закончилась 3 пара 1 ступени (1+1). Самочувствие - очень хорошее, отрицательных эмоций никаких. С 13 до 17 часов копал землю на даче. 18 апреля третий день голода. 19 и 20 сытые дни. 21 и 22 первая двойка II ступени».

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ГОЛОДАНИЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ БИОЛОГИЧЕСКИХ РИТМОВ, ИНДИВИДУАЛЬНОЙ КОНСТИТУЦИИ И ВОЗРАСТА ЧЕЛОВЕКА.

Учет сезонных циклов при проведении голодания. Автор пришел к выводу, что голодания надо проводить с учетом биологических ритмов Природы. Если голодать произвольно, то результат от голода несколько снижается, могут возникать осложнения и последствия, которые отбивают желание к дальнейшему повторению голода. Как же нам поступать, чтобы максимально эффективно использовать биоритмологические факторы для успешного голодания?

Сезоны года оказывают свое влияние на жизненные процессы человеческого организма двумя факторами: энергией, поступающей на Землю из Космоса и климатическими условиями.

Энергетический фактор наиболее сильно проявляет себя в периоды вхождения солнечной системы в сектор пространства стихии “Огня”. Это происходит в знаках Овна, Льва и Стрельца. Кроме этого, много гравитационной энергии поступает на Землю в период зимнего солнцестояния. Голодать в эти периоды легче и эффективнее. Недаром все посты (особенно длительные - Великий и Рождественский) приурочены к этим периодам.

Климатические условия за счет холода, тепла, влажности и сухости могут способствовать очищению на голоде, либо наоборот - затормозить. Теплая, влажная погода особенно подходит для голодания. Начало лета, приблизительно на Петров пост, когда внешняя теплота активизирует биологические реакции в организме, способствует лучшей расшлаковке и уничтожению новообразований. Зимнее время с его холодом и сухостью может “зажать” шлаки в коллоидах клеток и снижать эффект. Для того, чтобы нейтрализовать это вредное воздействие, вы должны применять побольше прогреваний и влажных процедур. В этом случае все будет в норме.

Летом голодать труднее из-за расслабляющего действия солнечной теплоты, хотя очищение идет очень хорошо. Зимой голодать легче потому, что прохлада и гравитационна энергия тонизируют организм, хотя процесс очищения идет слабее.

Неплохо голодать длительные сроки и на периоды затишья, уравновешенности в Природе: весеннее и осеннее равноденствие. Именно так поступают большинство животных. Очистившись и обновившись голодом, у них возникает прилив жизненной энергии, что выражается в половой активности (весенний и осенний гон).

Учет лунного цикла при проведении голодания. Лунный цикл (месяц) накладывает наиболее сильный отпечаток на процессы происходящие в организме человека. Он самый важный, ибо в нем имеются дни и целые периоды, когда организм сам очищается, и дни и периоды, когда этого делать нежелательно.

Движение Луны, ее фазы вызывают на Земле приливы и отливы. Отражение этого процесса наблюдается и в человеческом организме в виде двух явлений. Первое: наш организм сам состоит из воды и поэтому следует за приливами и отливами; второе – от изменяющегося гравитационного воздействия со стороны Луны наш организм становится то легче, то тяжелее. Когда он становится ”легче”, он “расширяется”, что благоприятствует очистительному процессу голодания; когда он становится “тяжелее” ,он сжимается под действием гравитации Земли и собственных сил. Ткани “зажаты” и отдают шлаки с большим трудом.

Если вы действуете в согласии с лунными циклами - вам обеспечен полный успех. Итак, как использовать лунный цикл (о том, когда начинается та или иная фаза лунного цикла напечатано в отрывном календаре, можете воспользоваться нашим календарем на весь год)?

1.Голодание до 7 суток проводите только во II и IV фазы лунного цикла. В это время организм естественно очищается и вы лишь способствуете этому.

2.Голодание больше 7 суток приурочивайте так, чтобы большинство дней голода приходилось на вышеуказанные фазы.

3.Голодание больше 14 дней планируйте так, чтобы выход из голода совпал с началом лунного цикла. В это время организм естественно запускает жизненные процессы и вы без всяких затруднений войдете в ритм его работы.

Если вы уверены в себе и имеете опыт длительных сроков голодания, то начинайте входить в голод в начале лунного цикла, а выхо-

дить после его завершения. Это будет наиболее лучший вариант.

Еще раз напомню - голодание в I и III фазы лунного цикла (это справедливо до 7 суток), когда организм естественно идет на “сжатие” и коллоиды клеток “держат” шлаки - малоэффективно. А вот восстановление начинайте именно в эти фазы, когда организм идет на “связывание” и удержание в себе веществ.

Однодневные, полуторасуточные пищевые воздержания лучше всего проводить в дни экадаши: 11-й день после новолуния и 11 - после полнолуния. Древние мудрецы подметили, что в эти дни земля становится “влажной”, то есть лунная гравитация поднимает воду из глубины ближе к поверхности. Подобный процесс происходит и в нашем теле, что способствует гораздо лучшему очищению, нежели в другие дни. Кроме того, эти дни считаются энергетически сильными и вы легко перенесете голод и прекрасно очиститесь. Если у вас есть желание предпринять “сухое” однодневное, полуторасуточное голодание, то выполняйте его на день “Трубы”, он как раз перед новолунием.

Когда лучше выполнять клизмы на голоде. В сутках имеются два периода, за время которых особенно активны очистительные органы. Утром, когда конденсируется воздух и выпадает роса, в человеческом организме также наблюдается подобное явление. В это время, с 5 до 7 утра, активен толстый кишечник и происходит удаление отходов пищеварительного процесса. Вечером, с 17 до 19 часов (время местное), наступает период затишья, в котором активизируется работа почек по выведению из организма продуктов белкового обмена. Поэтому лучше всего очистительные клизмы на голоде проводить в это время.

Из вышеизложенного вытекает правило: ГОЛОДАТЬ НАДО В СООТВЕТСТВИИ С ПРИРОДНЫМИ ПРОЦЕССАМИ, но не с произвольно выбранными датами. Например, голодающие раз в неделю в определенные дни (по Бреггу или по Иванову) периодически “наскакивают” на неблагоприятные дни лунного месяца и вредят собственному здоровью. Если вы вошли в систему и не хотите от нее отказаться, то обходите указанные дни стороной.

Подавляющему большинству людей вообще рекомендуется воздерживаться от пищи только в дни экадаши, и это будет правильно по всем параметрам. Все остальные рекомендации, увы, основаны на чем угодно, но только не на Законах Природы.

Учет индивидуальной конституции и возраста человека при проведении голода и выхода из него.

Каждый человек отличается от другого. Древние мудрецы установили это различие в различной комбинации жизненных принципов – «Слизи», «Желчи» и «Ветра». Если в организме человека преобладает жизненный принцип “Слизи”, то его организм хорошо удерживает воду. Такие люди полные, и тело у них большое. Если преобладает жизненный принцип “Желчи”, то организм этих людей обладает способностью к повышенной выработке тепла. Это люди среднего сложения с желтоватой кожей. Если в организме человека преобладает жизненный принцип “Ветра”, то их организм плохо удерживает воду и тепло. У этих людей хрупкое телосложение, они худы и постоянно мерзнут. А так как организм во время голода теряет теплоту и воду, то это отражается на них по-разному.

Так, лицам с избыточным весом голод будет давать легкость, силу, устраняя излишнюю воду. Из процедур им желательно делать прогревания в парных с сухим паром, пить поменьше жидкости (в основном кипяток). Вот им-то и подойдут рекомендации голодать 1-2 раза в неделю “насухо”.

17. Пример. «Несколько раз чистил печень, выходило много камней, но с каждым разом все меньше и немного мазутообразной желчи и немного белых хлопьев. Вроде еще немного увеличилась гибкость в позвоночнике, в общем самочувствие хорошее. Питание мне изменить сложно. Пшеницы у нас в продаже никогда не бывает. Сейчас решил пробовать прорастить овсяную крупу, только не знаю, что получится.

По конституции я отношусь к «Слизи» и поэтому мой бич - избыточный вес, при росте 170, вешу 100 кг. Когда голодаю дней 7-10, вес падает до 93-94, но потом постепенно опять поднимается. Причина - нерегулярные занятия, малоподвижный образ жизни. Растительной пищей питаться сложно - в районе растет только голубика, а вся зелень, овощи и фрукты привозные

и очень дорогие. (Результаты голода должны закрепляться правильным питанием, а если этого нет, то все постепенно возвращается к прежнему.) Я легко переношу холод, а также и голод в самые сильные морозы минус 30-40 градусов. Наверное во мне кроме «Слизи» еще и конституция «Желчи», поэтому я не мерзну. (Конституционные особенности данного человека позволяют ему легко переносить голод. Лица с другой индивидуальной конституцией переносят голод несколько хуже.)

Все чистки печени проходили очень легко, только по утрам, когда делал клизму - легкая тошнота.

Спасибо вам за ваш труд. Книги очень нужные и понятно написаны».

Лицам худощавым, мерзнущим для получения хорошего результата необходимо регулярно (а то и несколько раз в день принимать горячие ванны, пить побольше горячей воды в противном случае от недостатка воды и тепла очистительный процесс существенно затормозится, они почернеют и самочувствие будет прескверное, а то и хуже.

Среднего телосложения людям для поддержания хорошего очистительного процесса на голоде можно ходить во влажную парную, принимать согревающие ванны и пить теплую воду.

Что касается употребления воды худощавым и нормальным, то выпивайте ее столько, чтобы образовалось около литра мочи.

Если у человека более всего выражена “Слизистая” конституция, то у него в организме скапливаются и удерживаются шлаки слизистой природы и располагаются они, в основном, в легких, носоглотке и полостях мозга. Поэтому им необходимо обратить особое внимание на свое питание с целью изъятия слизеобразующих продуктов, и голодать тогда, когда активны эти части тела в лунном цикле (1-2 суток), знаке Зодиака (2-7 суток) и в сезоне года (7-14 и более суток).

Во время голодания этим людям рекомендуется принимать как можно меньше воды. Хорошо подходят различные варианты “сухого” и уринового голода. Во время выхода из голода и последующего питания им рекомендуется принимать пищу частично обезвоженную и теплую. Например, слегка тушеные овощи, сухофрукты, сухие каши, салаты с минимумом масла.

Если у человека больше выражена “Желчная” конституция, то от повышенной теплопродукции в печени образуется повышенное количество желчных шлаков, которые отравляют кровь и образуют высыпания на коже. Им также необходимо обратить свое внимание на избежание острых, разогревающих блюд, не перегреваться, пить побольше протиевой воды, свеже выжатых соков и очищать печень.

С целью нормализации “желчной” функции им рекомендуется голодать в лунном цикле (1-2 суток), знаке Зодиака (2-5 суток) и в сезоне года (5 -14 суток). Голодать этим людям рекомендуется “классически”, а также с использованием урины. Во время выхода из голода и последующего питания им рекомендуется принимать свежие салаты, фрукты, каши обычной консистенции.

И наконец, лица с выраженной “Ветреной” конституцией, у которых от обезвоживания и охлаждения образуются твердые шлаки в виде камней, полиартрита, песка, сгущений разного рода, должны изменить питание и образ жизни с целью насыщения тела водой и теплом. Для этого им необходимо как можно шире использовать теплые гидропроцедуры, пить в горячем виде отвары и без надобности не переохлаждаться.

С целью нормализации “ветреной” функции им рекомендуется голодать в лунном цикле (1-2 суток), знаке Зодиака (2-4 суток) и в сезоне года (4-10 суток). Во время проведения голода широко использовать теплые гидропроцедуры. Во время выхода из голода им рекомендуется еще в течении 3-7 дней делать уриновые клизмы, смазывать тело оливковым маслом (особенно поясницу, тазобедренные суставы), принимать горячие ванны. В пищу употреблять жидкие и теплые продукты - свеже выжатые теплые соки (получают из слегка подогретых фруктов и овощей), овощные супы, жидкие каши. В дальнейшем питании в каши добавлять топленое масло.

Вообще, всем конституционным типам рекомендую на выходе из голода широко использовать хлеб из проросшего зерна.

Ввиду того, что все эти жизненные принципы перемешаны в одном человеке в разных пропорциях, то зашлаковка слизистыми, желчными и солевыми шлаками у каждого выражена по-разному. Поэтому изучайте свой организм и применяйте голодания по сроками и условиям проведения свойственные только вам.

Что касается возраста, то здесь рекомендации будут основаны на энергетическом потенциале, на содержании жидкости в организме человека и способности вырабатывать тепло. С возрастом человеческий организм утрачивает способность вырабатывать в необходимом количестве тепло и держать воду в связи со снижением жизненного потенциала. Поэтому, одному и тому же человеку в молодом возрасте можно не следить за приемом ванн с прогреваниями во время голодания, у него пока всего в избытке; в зрелом возрасте эти рекомендации надо соблюдать; а в пожилом без них уже не обойтись.

Что касается сроков голодания, то и они существенно разняться. Так молодым людям с большим потенциалом жизненной силы, нормальным течением физиологических функций для очищения организма требуется гораздо меньшего времени, чем лицам пожилым и старым. Они вначале должны на голоде набрать необходимый жизненный потенциал, нормализовать физиологические функции, а уже затем пойдет очищение организма. Поэтому помните то, что вам хорошо помогало лет 15-20 назад, теперь даст лишь частичные результаты. Поэтому делайте соответствующий перерасчет на возраст. Но в любом случае, ваша решимость и терпение принесут желанные плоды.

Кому голод противопоказан.

Когда крупнейшему специалисту по голоданию Г. А. Войтовичу был задан вопрос, можно ли проводить голодание самостоятельно в домашних условиях? Он ответил. “Древняя цивилизация не имела больниц. Поэтому все методы лечения, в том числе и лечение голоданием проводились в домашних условиях.”

Следующий вопрос, который интересует людей желающих практиковать голодание, имеются ли противопоказания для лечения голоданием? Если обратиться к медицинской практике, противопоказанием к лечению голодом служат:

1. У женщин, вторая половина беременности и период кормления грудью.
2. Далеко зашедшие формы туберкулеза с обездвиженностью человека.
3. Далеко зашедшие формы злокачественных опухолей с обездвиженностью человека.
4. Далеко зашедшие формы злокачественных заболеваний крови с обездвиженностью человека.
5. Далеко зашедшие формы диффузных болезней соединительной ткани с обездвиженностью человека.
6. Ряд психоневрологических заболеваний в далеко зашедшей стадии с обездвиженностью человека или слабоумием.
7. Обширные нагноительные процессы внутренних органов (абсцессы, гангрены и некоторые другие).

Относительным противопоказанием является обездвиженность людей при любом заболевании. Но это не значит, что у таких людей не может быть положительного эффекта при проведении лечебного голодания. В случае, когда все методы и средства исчерпаны, целесообразно провести голодание даже в обездвиженном состоянии больного человека. При этом можно получить убедительный положительный лечебный эффект.

ПРАКТИКА ГОЛОДАНИЯ

Предварительная подготовка перед голоданием.

Хорошая предварительная подготовка проводиться за два-три месяца до голода и предназначена освободить организм человека от шлаков различного рода. Заключается она в проведении различных очистительных процедур и изменении питания.

Первое, что я вам посоветую - это с помощью различных очистительных процедур разгрузить свой организм от наиболее явных шлаков (Смотрите второй том «Основ здоровья»). С помощью клизмения вы очистите толстый кишечник от каловых камней и прочей патологии. На голоде уже не будет происходить мощных выбросов из него, что сэкономит вам энергию для другой целительной работы в организме. Очищение печени позволит вам избежать кризисных состояний во время голода, когда могут выходить в результате мощного желчегонного

эффекта камушки, старая желчь и т. п. Применение парных процедур удалит большую часть токсинов расположенных в жидкостных средах организма. Сокотерапия позволит закрепить этот успех, дополнительно промоет соединительную ткань и оздоровит почки. Рекомендую изменить питание в сторону растительной пищи. Откажитесь от искусственных (торты, пирожные, шоколад, конфеты и т. п.) и смешанных продуктов (бутерброды, пицца, шаурма, картошка с мясом и т. п.). Возьмите на правило не кушать на ночь и не запивать после еды.

После такой предварительной подготовки, выход шлаков на голоде будет не таким мощным и вы легко перенесете длительные сроки голодания с пользой для себя. Когда организм более или менее чист, можно использовать более короткую предварительную подготовку. Например, за две, одну неделю придерживаться растительной пищи, а затем начинать голод.

Вход в голодание.

Большое значение имеет вход в голод. Например, если Вы плотно покушали, а на следующий день голодаете, то Вы практически существуете 1-2 дня за счет того, что имеется в организме, в желудочно-кишечном тракте. Более того, во время последующего голода, от 3 и более суток, останавливается работа кишечника и каловые массы, от пищи съеденной до голода, лежат и отравляют Ваш организм по типу запора.

Отсюда, голод в течении 1-2 суток при накануне «наеденном» организме малоэффективен. Последующее голодание, при наличии не удаленных каловых масс в кишечнике более тяжело. Ибо, кроме целительной работы голода в самом организме, идет очищение кишечника по типу запора. Что значит «очищение кишечника по типу запора»? Все, что находиться в толстом кишечнике, всасывается в кровь и из крови удаляется через кожу, слизистую оболочку рта и языка, легкие. Зачем Вам нужна двойная работа.

Если в желудочно кишечном тракте нет пищи и каловых камней, то он быстро переключается на питание за счет разблокировки ранее угасших внутри клеточных механизмов биосинтеза, за счет углекислого газа и азота растворенного в жидких средах организма. Быстрее разворачиваются процессы рассасывания всего чужеродного в организме и ряд других целительных механизмов.

В связи с выше указанным, большое значение надо уделять входу в голод - очистке желудочно-кишечного тракта в первый день голода. Вот ряд рекомендаций как это можно сделать. 1. С помощью слабительного. 2. С помощью очистительных клизм. 3. С помощью Шанкпракшаланы. 4. Не делать никаких очистительных процедур с условием, что за неделю до голода Вы потребляли, в основном, свежую растительную пищу, а сам голод длиться не более недели.

Итак, если Вы сделает правильный вход в голод, то он сразу начнете очищать ваш организм на клеточном уровне. В противном случае, сначала голод будет очищать, что внутри кишок, а заодно, разворачивать очищение и восстановление организма на клеточном уровне. Я думаю, что это две большие разницы.

Мнение читателя и мои комментарии. «В Ваших книгах ничего не сказано, как заходить на голодание. На личном опыте убедился. Заходить надо, напившись кислого молока, кислой молочной сыворотки или воды с лимонным соком или лимонной кислотой. Быстрее происходит закисление организма и отход шлаков. Особенно это полезно при сухом голодании». (Из предыдущего ясно, чем более чист организм в первый день голода, тем активнее разворачиваются его целительные механизмы. Чем больше Вы напитали организм перед голодом, тем на более длительное время отодвинули разворачивание этих механизмов.

То, что рекомендует читатель, основано на другом механизме. Он подчеркивает слово кислый. Кислый вкус стимулирует энергетику жизненного принципа «Желчи», который обладает способностью активировать ферменты в организме. За счет этого, действительно будет быстрее происходить разложение шлаков и закисляться внутренняя среда организма. Но важно, чтобы процесс шел естественно, ибо из организма надо выводить и закислитель - продукты кислого молока и т. п.)

А теперь поговорим о том, как необходимо набраться собственного опыта в голодании. Вот здесь, я сошлюсь на 50-летний опыт голодания

Великого авторитета Поля Брэгга, дополнив его кое - какими комментариями из собственной 15-летней практики. Вот что он пишет.

“Я часто наблюдал, как люди начинали голодание на срок, который я примерно определял в 21 - 25 дней. Но в первые же шесть дней приходило в движение так много токсичных веществ, что я немедленно прерывал голодание. Голодающий затем переводился на естественную диету, и через несколько недель попытка повторялась. Но если опять ядов высвобождалось слишком много, то голодание снова приходилось прерывать. Назову еще одну причину, по которой я против длительного голодания, если оно проводится без наблюдения специалиста. Средний человек заражен не только токсичными ядами в результате неправильного питания, загрязнения воздуха и воды химическими отходами и солью, но также и остатками множества принятых им лекарств, которые надолго откладываются в его тканях, Поэтому длительное голодание для очистки организма в теории хорошо, но на практике нет”.

Комментарий. Вот этот феномен начального выброса шлаков без предварительной подготовки приводит к перегрузу выделительных систем их “блокировке” и прерыванию голода. Успешно преодолеть его вы сможете с помощью предварительного очищения организма по методикам изложенным в моих книгах.

“В моей практике я добивался наибольших успехов короткими курсами голодания. При 24 - 36-часовом голодании в неделю я обнаруживал очищение организма. Следуя программе питания только естественными продуктами, человек, который хочет обрести жизнеспособность и долголетие, может за несколько месяцев подготовить себя к трех - четырехдневному голоданию. После четырех месяцев еженедельных голоданий и нескольких трех - четырехдневных голоданий человек готов к семидневному голоданию. К этому времени большое количество токсичных веществ уже удалено из организма”.

Комментарий. С помощью предварительного очищения организма вы сможете голодать в дни экадаши (раз в две недели) по 24-36 часов, а через 1- 2 месяца начать практиковать 2-3 суточные голодания раз в лунный месяц во II или IV фазу. После 2-3 месяцев подобной программы голоданий вы будете готовы к 5-7-и дневному голоду. У вас уже будет достаточно собственного опыта.

Правильное проведение 24-36-42 часового голода.

24-часовое голодание должно начинаться после завтрака сегодняшнего дня до завтрака следующего дня и проводиться в дни экадаши (по лунному календарю, это 11 и 26 лунные сутки). Не рекомендую голодать от ужина до ужина. Еда на ночь будет портить весь эффект голода в связи с тем, что вы не соблюдаете биоритм работы органов пищеварения.

В период времени голодания вы воздерживаетесь от еды любой твердой пищи и фруктов, а также от фруктовых и овощных соков. В это время можно пить обычную, омагниченную, протиевую или дистиллированную воду. Это будет “классическое” проведение голода. Если пить урину и воду, или одну урину - это будет уриновый голод. Если вообще не принимать никакой жидкости - это будет “сухой” голод.

Для слабых и нерешительных лиц возможно одно исключение (и только один первый раз) в 24 - часовом голодании. Можно добавить в стакан дистиллированной воды одну треть чайной ложечки натурального меда или одну чайную ложку лимонного сока. Эти добавки действуют как растворители токсичных веществ и слизи. Это делается для того, чтобы вода стала приятнее на вкус и лучше растворяла слизь и токсичные вещества.

18. Пример. «Мне 48 лет, по образованию агроном. В октябре 1992 г. купил книгу П. Брэгга «Чудо голодания». Изучив ее, решил заняться голоданием, тем более что давно это интересовало, а никакой литературы не имел. И вот в ноябре 1992 г. я провел свое первое суточное голодание (мокрое). Понравилось. За первых три месяца регулярного (суточного) голодания я похудел на 21 кг, самочувствие значительно улучшилось. Многие знакомые меня просто порой не узнавали. Сейчас я имею вес 82 кг, при росте 178 см. Имея 4-летний опыт голоданий, в ноябре 1996 г. я купил Вашу книгу «Голодание», Изучив ее, я внес некоторые коррективы при голодании. Результаты хорошие, спасибо за подробные (у Брэгга их нет) рекомендации».

Ваше 36-часовое голодание должно начинаться с окончания ужина и продолжается

ночь, день, ночь и заканчивается завтраком.

Ваше 42-часовое голодание должно начинаться с окончания ужина, продолжаться ночь, день, ночь и оканчиваться в 12 часов дня принятием пищи.

Все правила для 36 и 42 - часового голода аналогичны вышеописанным для 24-часового.

В зависимости от индивидуальной конституции вы можете практиковать "классическое", уриновое или "сухое" 24-36-42 часовое голодание, раз в две недели в дни экадаши. Можете голодать и в другие благоприятные дни лунного цикла.

Ввиду того, что в эти периоды голода сильно активируются эмоциональные зажимы нетерпения, голода, беспокойства и т. п. важно поддерживать свой моральный дух на высоком уровне . Как это делать? Когда вас одолевают голодные или другие эмоции, вытесняйте их другими положительными - стеническими (дающими силу). Это поможет вам дисциплинировать свои чувства и тренирует волевые качества, которые ответственны за рост жизненной силы.

Постарайтесь во время голода радоваться тому что, голодая только один день, вы очищаете свой организм и активизируете защитные силы. Мысль о том, что вы создаете нестареющее, лишенное болезней и усталости тело, способна поддерживать ваш высокий моральный дух во время голодания. Гоните от себя жалость к самому себе, любые отрицательные эмоции во время голодания. Каждый день во время голодания повторяйте:

1. В этот день я вручил свое тело Жизненной силе для внутреннего очищения и обновления.

2. Каждую минуту голодания я изгоняю шлаки и яды из физического тела. Каждый час голодания очищает мое сознание. Я становлюсь счастливее и энергичнее (можно сказать беззаботнее и естественнее).

3. Час за часом я укрепляю свой организм.

4. При голодании я применяю тот же метод духовного, физического и умственного очищения, которым пользовались на протяжении веков Великие Учителя человечества.

5. Во время голодания я полностью контролирую свои чувства. Никакое ложное ощущение голода, жалости, дискомфорта не заставит меня прекратить голодание. Я успешно завершу свое голодание, ибо верю в Бога струящегося из глубин моего организма.

Повторяя эти слова, вы руководите своим организмом. Управление происходит как бы через полевую форму жизни. Не допускайте кому-либо влиять отрицательно на вас, подбрасывая "эмоции-диверсанты". Не обсуждайте свою программу голодания со своими друзьями, родственниками и знакомыми! Голодание - сугубо личное дело полевой формы жизни человека с чувствами, эмоциями, зажимами и амбициями ума. Будьте тверды и последовательны в своих намерениях, думайте о чудесных результатах, которые достигаются голоданием. Внутренне ликуйте этому.

Эмоциональная возвышенность позволяет черпать из Вселенной с вакуумного уровня особый вид энергии, который лежит в основе человеческого существа. Недаром древнетибетская традиция учит, что в основе человека находиться "тело экстаза", которое питает возвышенная радость. Если вы, все тяготы голода начнете переживать с положительной эмоциональной окраской, вы не только легко пройдете через полное голодание, но и быстро очистите полевую форму жизни.

Пусть во время голода, когда вам трудно, вы расслаблены, одурманены интоксикацией и считаете себя одиноким и несчастным, к вам придет мысль - а ведь я не покинут. Наоборот, Божественная Сила сразу откликнулась на мое добровольное терпение. Она трудится в моем организме, выбрасывает нечистоты, восстанавливает каждый орган, каждую клеточку моего организма. Эти мысли должны вызвать в вас бурю чувств и слезы благодарности, благоговения, любви которые побегут очищающим душу потоками. Это основной секрет голода и его небывалой эффективности.

19. Пример. «Заниматься уринотерапией и очищением начала с сентября 1995 года. Сначала сделала несколько чисток толстого кишечника водой с лимонным соком - убедилась, что это малоэффективно, да к тому же и неприятно. Затем попробовала с обычной уриной - результат абсолютно другой. Но мне хотелось идти дальше - 1/2; 1/3; 1/4 - постепенно приходил опыт. Поняла, что для меня («Желчь» - «Слизь») больше подходит 1/3. На 1/4 неприятные реакции: после клизмы какие-то «мурашки» по телу, хотя

внутри кишечника теплота. А вот кожа становится «гусиной».

Пить пробовала свежую, активированным холодом, но думаю, что лучше для меня натираться ежедневно свежей, днем, а затем - душ контрастный. Не остановилась я и во время беременности: 3 раза чистила кишечник, пила свежую 50 г утром, каждый день натиралась, душ контрастный, ребефинг, прогулки. В результате: чувствовала себя отлично, до последнего дня. Роды были легкими, без анестезии. Ребенок, слава Богу - здоров. Хотя перерыв между родами 14 лет и мне 33 года.

Еще я заметила, что климат переносить стало легче. Здесь ежедневно + 34 и большая влажность. Но мне уже намного легче. Стараюсь плавать в бассейне по возможности чаще. Свою младшую дочку тоже с 4 месяцев учу плаванию.

Ну, а самое мое последнее достижение: я смогла проголодать 24 часа! Может быть, кто-нибудь прочтет и улыбнется: не велика победа! Пусть попробует сам, на себе. До этого пыталась и готовилась 3 раза - безрезультатно. И только на 4 раз все получилось. Постаралась учесть все нюансы. В результате даже за 24 часа из меня вышло около 3 кг всякой всячины (в основном желчь и слизь). Это был день «экадаши». Стало намного легче, и конечно появилась уверенность, что я могу! Теперь попробую в следующий день экадаши на урине (в первый раз голодала на воде). Постепенно буду претворять в жизнь свою программу. Плохо только, что иногда посоветоваться не с кем, да приходится держать в тайне свою программу - люди очень настороженно относятся ко всему неординарному. Предпочитают платить бешеные деньги, а терпеть, думать не хотят. Жаль. Конечно, мне понимать Ваши книги проще - я по профессии медсестра. Но ведь они написаны таким простым, доступным языком! Читай, перечитывай, пробуй! Спасибо Вам за этот замечательный труд. Благодаря всем Вам я становлюсь другой - чище, добрее, терпимее, здоровее».

Сингапур. Вера Ч.

Выход из 24-36-42 - часового голодания.

Для того, чтобы убрать токсины и шлаки из ротовой полости сделайте следующее. Корочку хлеба натрите чесноком, хорошенько прожуйте и выплюньте. Ваш язык очиститься и станет розовым. Дополнительно жгучий вкус стимулирует переваривающую функцию организма. Теперь, вы готовы к приему пищи.

Совет. Используйте немного чеснока, чтобы не сжечь слизистые.

Первой пищей должен быть салат из свежих овощей на основе натертой моркови и нарезанной капусты (можете использовать в качестве приправы чуть ратсительного масла). Этот салат будет действовать в желудочно-кишечном тракте словно веник. Он даст работу мышцам желудочно-кишечного тракта. За салатом должно следовать блюдо из вареных овощей. Это могут быть отварная свекла, слегка тушеная капуста, свежие тушеные помидоры без хлеба.

Не следует выходить из голода такой пищей, как мясо, молоко, сыр, масло, рыба, а также орехи или семена. Первый прием пищи должен состоять из салата и вареных овощей. Во второй прием пищи можно наряду с салатом из овощей (зимой овощи слегка тушить) использовать хлеб из проросшего зерна (лицам с конституцией “Слизи”), а можно и суп из проросшего зерна (лицам с конституцией “Ветра”).

Если сделать выход из голода на морковном или яблочно - свекольном соке (*этот срок голода не опасен для фруктовых кислот*), то это вызовет прослабление и дополнительно очистит печень и желчный пузырь от старой желчи. Зимой заменителем сока будет отвар из трав с медом.

Если в течении первого-второго дня у вас нет самостоятельного стула, или он тверд в виде “орешков” и ранит анус, сделайте следующее. Смазывайте все тело, особенно область поясницы оливковым маслом. А перед сном вставляйте в анус свечку из замороженного сливочного масла. Кусочек сливочного масла отрезаете так, чтобы она была величиной и формой с мизинец. Кладете в морозилку, замораживаете. А вечером перед сном вставляете. Масло тает, смягчает и нормализует стул. Так можно сделать несколько раз, чтобы устранить сухость из этой области тела.

Правильное проведение
3, 7 и 10-и дневного голода.

Первые 3-5 голоданий продолжительностью в три дня и больше следует проводить в комфортабельных условиях. Вы должны обеспе-

чить себе возможность отдыхать в любое время, когда почувствуете, что шлаки поступают в кровяное русло и вызывают интоксикацию в организме. Обычно в этот период вы чувствуете себя обессиленным и должны иметь возможность прилечь. В постели надо расслабиться и спокойно полежать, пока жизненная сила не восстановит ваши силы и не уберет шлаки из крови. Этот период дискомфорта пройдет, как только шлаки уйдут из вашего организма.

Вход в трех, семи и десятидневное голодание можно сделать по-разному.

Вариант 1. Вы с утра ничего не кушаете, только пьете воду. Все, что находиться в вашем толстом кишечнике со временем удалиться само, через легкие и анус. Но до того, как это произойдет, оттуда будут поступать в кровь вещества, которые замедлят переход организма на внутриклеточное питание и послужат интоксикацией.

Слова Поля Брэгга: "Я не верю в слабительные или клизмы во время голодания. Не верю в какое бы то ни было насилие над природой, а использование клизм, на мой взгляд, большей частью неестественно. Это же относится и к приему любых видов слабительного. У кишечника имеются свои собственные санитарные и антисептические средства, и остаток пищи, который находился в кишечнике перед началом голодания, будет нейтрализован еще до окончания голодания. Выводящая система природы совершенна, если не мешать ее естественной работе," - справедливы для лиц: имеющих здоровый пищеварительный тракт, опыт голодания не меньше года, на период голода до трех суток.

Вариант 2. Утром вы принимаете слабительное, либо делаете несколько больших очистительных клизм, либо делаете Шанк-пракшалану (эта процедура совмещает в себе сильные стороны слабительного и клизмы. Ее описание имеется в 1 томе "Целительных сил", а также "Учебнике по очищению организма"). В результате этого вы резко прекращаете пищевую связь и быстро переходите на внутриклеточное питание. Возможная аутоинтоксикация через толстый кишечник отсутствует и вы будите лучше себя чувствовать в процессе голода.

В дальнейшем, вы можете обойтись без клизм в течении трехдневного голода, делать их через день в течении семи и десятидневного. Более частое (раз в день, два раза в день) не целесообразно по той причине, что шлаки и желчь не успевают за этот период времени скопиться в толстом кишечнике и частое клизмение не даст того результата, который ожидается. Вот в этом случае Брэгг прав. Таким образом, клизмение во время 7-10 дневного голода через день вполне оправдано, ежедневное - утомительно и насильно, раз в три дня - недостаточно.

Постельный режим весьма желателен во время первого трехдневного голода. Это позволит жизненной силе работать на детоксикацию и внутреннее очищение. Если вам хочется прогуляться на свежем воздухе или принять солнечные ванны, делайте это только в том случае, если чувствуете в себе достаточно сил. Не принимайте длительные солнечные ванны, потому что они стимулируют активность организма на аутолиз, который отбирает много энергии. Чрезмерная физическая активность в это время также утомит вас.

Не делайте ничего, что могло бы растратить вашу энергию! Поль Брэгг вспоминает: "В течение многих лет я рассказывал моим ученикам, что лучшие результаты при трех - десятидневном голодании дает соблюдение постельного режима. Чем голодающий больше спит, тем лучше. Если не можете спать, то просто расслабляйтесь. Хорошо на этот период полностью отстраниться от дел. Не думайте о своих проблемах, полностью освободитесь от лишних мыслей".

Комментарий. Сон лучше всего способствует укреплению полевой формы жизни. А отсутствие посторонних мыслей не вызывает в ней энергетических возмущений. В дальнейшем, необходимо проводить трехдневные - десятидневные голодания, как будто вы не голодаете. В течении этих 3-10 дней жизнь идет также, только вы не едите и утром и вечером выполняете соответствующие процедуры. Если так не поступать, то весьма трудно выбрать специальное время для регулярных голоданий раз в месяц (3-х дневное) или раз в квартал (7-10 дневное). Из-за этого вся система голоданий будет неосуществима. Со своего опыта я вам скажу - голод не такая уж весомая причина, чтобы только ему специально посвящать 7-10 дней в квартал, а один раз в год и более 20 суток. Это

ваша жизнь, живите и голодайте. Делайте свои повседневные дела еще в большем объеме, чем раньше. Труд, творчество отвлекают вас от мыслей о пище и вы делаете за день голода больше, чем за два-три дня обычного пищевого режима. Но такое возможно только тогда, когда вы предварительно очистили свой организм, регулярно проголодали раз в две недели по 24-42 часа около полугода и правильно питались между голоданиями.

Выход из трехдневного голодания примерно такой, как описан для 24-42-го часового голода.

Выход из 7-10 дневного голода.

Во время семидневного голодания ваш желудок и весь кишечный тракт уменьшаются, а пищеварение частично "ушло" на уровень клеток. Теперь его надо потихоньку запустить. На седьмой день голодания, примерно в шестнадцать часов, вы можете поступить следующим образом. Взять корочку хлеба, натереть ее чесноком, тщательно прожевать и выплюнуть. Эта процедура позволит вам очистить ротовую полость от шлаков и токсинов. Минут через 15-20 начать восстановительное питание по одному из нижеуказанных вариантов.

1. Выпейте стакан (200 грамм) кислого молока. Что дает эта рекомендация? Кислый вкус энергетически стимулирует функцию пищеварения. Он ее запускает с квантового уровня. Кислая среда и микроорганизмы сразу создают соответствующую обстановку в желудочно-кишечном тракте, что запускает правильное пищеварение, правильную бактериальную микрофлору и стимулирует переваривающие функции организма.

2. Выпить стакан свежевыжатого морковного сока. Что дает эта рекомендация? Цвет морковного сока стимулирует переваривающие способности и этим дает импульс к включению пищеварительной функции. Обилие каротина укрепляюще действует на слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта. Морковный сок обладает мощными фитонцидными свойствами, а за счет обилия естественных сахаров быстро переваривается и используется организмом. Дополнительно он очищает печень. Этот выход рекомендуется многими специалистами по лечебному голоданию.

3. Взять четыре-пять помидоров среднего размера. Снять с них кожицу и разрезать. Затем положить в кипящую воду и сразу снять с огня. Затем, остудить и скушать.

Что дает эта рекомендация? В начале выхода из голода, любые жесткие части овощей (кожура) способствуют перевозбуждению жизненного принципа «Ветра», что приводит к разного рода осложнениям на выходе. Когда кожура снята и овощи обработаны сильным теплом, то они теряют «ветренные» качества и не вызывают досадных осложнений. Это очень ценная и тонко подмеченная рекомендация человеком долго практикующим голод. Помидоры обладают кислым вкусом и красным цветом. Оба эти фактора стимулируют пищеварительную функцию. Этот выход рекомендует использовать Поль Брэгг.

Мнение читателя и мои комментарии. «Я не согласен с Вами, что надо выходить из голода на разбавленные соки. На своем личном опыте я убедился, что надо выходить на молочно-кислых продуктах, такие как кефир, простокваша или хотя бы сыворотка. После голодания (полного очищения) у человека организм подобен новорожденному. А они выходят на животную пищу (молозиво). При выходе на соках садится поджелудочная железа. Чувствуется боль в области поджелудочной железы, выход на соке, если много раз голодать, вреден. Один раз, если нет молочного, можно и на соках, только один раз».

Существует обширная практика голодания, которая убедительно показывает, что выход на овощных соках, ***но не фруктовых***, вполне нормален и физиологичен. Если бы это было не так, то от него давно бы отказались.

Выход на соках облегчает запуск пищеварительной системы и продолжает эффект голодания.

Особенно хорош выход на соках, когда голодание далеко от завершенного 7 - 30 суток.

Выход на кисло-молочных продуктах имеет свои минусы. Не надо сравнивать молозиво с кефиром, простоквашей и т. п. Молозиво имеет ферменты для самопереваривания, а кисломолочные продукты нет. Отсюда, молозиво легко переваривается и усваивается организмом.

Кисло-молочный продукт требует пищеварительных ферментов для своего расщепления, а это уже дополнительная нагрузка на желудоч-

но-кишечный тракт. Из-за того, что в организм поступает животный белок, в клетках голодающего человека резко прерываются процессы усвоения азота воздуха и углекислого газа, которые являются главным целительным и омолаживающим механизмом на голоде и после него. Организм как бы говорит, зачем мне жить наподобие растения, когда белки поступают через желудочно-кишечный тракт. В результате этого, целительные механизмы голода резко сворачиваются.

Но если выход осуществляется на соках и далее на растительной пище, то целительные механизмы в клетках еще продолжают значительное время работать. Например, если человек отголодал 20 суток и 10 суток восстанавливался на свежих соках и овощах, то эффект голода продолжался в течении этих 10 суток. Далее пошло постепенное затухание.

Отсюда, в зависимости от вашей индивидуальной конституции, условий и целей голода, Вы на практике определяете, какой из трех вариантов выхода из голода Вам более всего подходит.

Ваша задача из вышеописанных трех вариантов подобрать для себя наиболее приемлемый. Возможно и так поступать: летом делать выход на помидорах, осенью и весной на моркови, зимой на кислом молоке. Можете поэкспериментировать и подобрать какой-либо другой выход.

Больше в этот день вы ничего не потребляете, кроме протиевой воды.

На утро восьмого дня приготовите салат из тертой моркови и капусты, выжмите примерно половину апельсина (можно обойтись без него). После этого можно съесть густой суп из проросшего зерна. В течение дня можно пить протиеву воду по желанию.

На обед можете съесть салат из тертой моркови, нарезанного сельдерея и капусты, приправленный яблочным соком. За салатом могут последовать два овощных блюда (вареных) - свекла, печеная тыква, морковь. К этому хорошо добавить лепешку из проросшего хлеба, который не содержит крахмала (крахмал превращается в солодовый сахар).

На утро девятого дня можно съесть любой свежий овощ по сезону (морковь или огурец). К этому можно добавить лепешку из проросшей пшеницы, подсластив ее медом (но не более одной столовой ложки).

Днем можно съесть салат из тертой моркови, капусты и сельдерея, одно горячее овощное блюдо и одну лепешку из проросшего зерна.

Вечером можно съесть ужин в виде салата из моркови и листьев капусты, в холодное время года свежеотваренные или свежезапеченые овощи в теплом виде (свекла, тыква).

Начиная с десятого дня можно к овощам и свежевыжатым сокам добавлять кашу из цельного зерна - пшенную, гречневую, пшеничную (без масла). В течении последующих 3-4 дней придерживайтесь такого питания, а затем можете добавлять в пищу орехи, немного топленого масла.

Между семи - и десятидневным голоданием разница небольшая. На десятый день около шестнадцати часов сделайте выход по любому из трех вариантов, а затем следуйте предложенной схеме питания.

Запомните одно из основных правил выхода из голода - ***не ешьте больше, чем вам хочется.***

Голодание от семи до десяти дней является прерванным и вам необходимо процессы очищения в организме повернуть вспять. Требуется время, чтобы организм перешел от программы детоксикации к программе насыщения.

Напоминаем вам, что во время длительного голодания не следует распространяться о том, что вы голодаете, так как чужие отрицательные эмоции могут нарушить ваш возвышенный настрой и мысли о Божественном чуде, происходящем в вашем организме во время голодания. Жизненная энергия избавляет вас от всего лишнего: от слизи, токсинов и других чужеродных веществ в вашем организме.

Например, Поль Брэгг пишет: “Голодание является для меня столь личным делом, что много лет назад в Калифорнии в горах Санта Моники неподалеку от каньона Топанга я построил небольшую хижину. В этом добровольном изгнании я часто проводил свои голодания. Если у вас есть возможность удалиться в какое-либо уединенное место и проводить голодание на свежем воздухе и в одиночестве, вы получите прекрасные результаты”.

Когда подойдет время очередного поста вы можете сделать 10-ти дневное голодание. На следующий год, если вы будите следовать программе голодания 24-36 часов в дни экадаши,

раз в квартал 5-7 дней, вы сможете на Великий, Рождественский или Петров пост проголодать 14 дней. Через год 21 и более. Вот так, постепенно вы сможете развить жизненную силу и пройти полное голодание.

Советую опять прислушаться к рекомендациям Поля Брэгга. “Я не хочу ограничивать срок вашего голодания десятью днями. Но я не советую голодать более десяти дней, пока вы не испытаете как минимум шести десятидневных голоданий с трехмесячными интервалами. С таким багажом вы сможете успешно голодать 15 дней, С помощью такого голодания вы проведете великолепную чистку организма. Вы уже знаете, чего следует тут ожидать. А если вы затем захотите попробовать 21 - 30-дневное голодание, то вы уже будете знать, как его проводить. ... Позвольте мне еще раз подчеркнуть, что голодание - это наука. Поэтому не принуждайте себя к длительным голоданиям только потому, что вы ждете от этого чудес. ... Ваши 24 - 36-часовые еженедельные голодания, трех - четырех дневные ежемесячные голодания и семи - десятидневные ежеквартальные голодания обогатят вас таким опытом, который позволит подготовиться к более длительным срокам голодания”.

Итак, постепенно набравшись собственного опыта Вы сможете пройти более длинные голодания. Поучения, как это делать не нужны, важен свой опыт, который позволит Вам это сделать. Именно поэтому я не описываю как проводить 20-40 и более суточное голодание. Лично сам, я неоднократно голодал более 20 суток и имею в активе 27 суточное голодание. Часть нужной информации я узнал из книг, остальное постиг собственным опытом. Вы легко сделаете то же самое.

Какие ошибки может совершить голодающий.

Данный раздел на обширном практическом материале покажет вам наиболее типичные ошибки. Постарайтесь не повторять их в своей практике голодания.

Проведение голода без учета индивидуальной конституции.

Пример. «Спасибо вам за ваше дело, за знания, которые вы передаете людям.

Пишет вам Р. Максим. Вынужден обратиться к вам за помощью и советом. Мне 20 лет, студент, кандидат в мастера спорта по плаванию. Конституция «Ветер», рост 192, вес 67 сантиметров.

В сентябре прошлого года, ознакомившись с вашими трудами, круто изменил свою жизнь. Резко изменил питание, почистил кишечник, занялся уринотерапией, шесть раз почистил печень, голодаю на урине. За это время организм переродился, произошло тотальное изменение во мне самом. Такое состояние было где-то до марта текущего года. Потом возникли проблемы с кишечником. Вначале перестал посещать туалет только в срок через 1-1,5 часа после еды, как до этого. Дальше - хуже, мой кишечник как будто подменили, с трудом оправляюсь только утром. Почти месяц делал микроклизмочки с упаренной уриной 100-150 гр. Прежнее здоровье не вернулось. Абсолютно нет тонуса толстого кишечника, нет позывов на стул.

Питаюсь практически идеально для своей конституции. Во время второй чистки печени - была лишь золотистая желчь. Кишечник на уровне физического тела - тоже неплох. Все это время занимаюсь уринотерапией: пью 3-5 раз в день по 150-300 граммов. Урина золотистая, кристально-чистая жидкость. Очищаю полевую форму, делаю также дыхание счастья».

Мои замечания. Когда у человека ярко выражена индивидуальная конституция «Ветра», надо внимательно практиковать голод. В данном случае это не соблюдено.

В начале, когда шло очищение и выравнивание функций это было хорошо. Но потом произошло перевозбуждение жизненного принципа «Ветра». Оздоровление начато в холодное время года, практикуется голод, который ведет в перевозбуждению «Ветра», растительное питание и уриновые клизмы также способствуют этому. Естественно, это в первую очередь сказалось на рассогласовывании циркуляции энергий в организме - разладился стул. У женщин это привело бы к нарушению менструального цикла.

Рекомендации: не делать клизм, питание только теплое, теплые ванны с последующем втиранием в тело оливкового масла, молочно-масляные микроклизмы в течении недели.

Голодать можно раз в две недели, а более длинные сроки в теплое время года.

Ошибки на входе в голод.

Ошибки на входе в голод чаще всего связаны с нежеланием человека очистить желудочно-кишечный тракт. Эта ошибка приводит к длительному чувству голода и аутоинтоксикации через толстый кишечник. Человек слабеет, болит голова, отделяются газы.

Пример. «Мне уже 72, я инвалид ВОВ первой группы, журналист по образованию, сейчас на пенсии. Ровно три года назад, несмотря на мой подвижный и, казалось бы, здоровый образ жизни (дача в Крыму, в Гурзуфе), пасека и жизнь на природе, и хорошее состояние здоровья меня свалил жесточайший инсульт (левосторонний, ишемический) и разбил паралич - левая нога и левая рука. Через три месяца после инсульта я начал ходить и в целом выздоравливать, но после пребывания в госпитале для инвалидов ВОВ начался регресс, особенно в ходьбе, и с рукой тоже. Лечащий врач определила спастику мышц, т. е. декоординацию их работы при сжатии и разгибании и сказала при этом, что это неизлечимо. То есть, я обречен жить в пределах квартиры и балкона, так как ходить во дворе даже с палкой очень тяжело, тем более спускаться по лестнице с четвертого этажа, не говоря уже о Крымской даче и пчелах. Правда, врач сообщила мне, что в Киеве в институте неврологии спастику эту лечат якобы методом замораживания; я связался с Киевом и узнал, что пока положительных результатов они не получили и в приглашении мне отказали. Один одессит ездил туда и вернулся ни с чем.

Но с прочтением Ваших книг у меня появилась надежда, что голод «излечит то, что не под силу никакому лекарству» (Генеша). В сентябре и декабре я пытался с ходу войти в длительное голодание и дважды не мог перейти семидневный рубеж - так сильна была интоксикация. (Вот она ошибочка первая - желание войти в длительный голод без предварительного очищения.)

Хорошо почистившись, я пошел на третью попытку и с 18 января по 11 февраля, т. е. в итоге 23 дня голодал на воде до полного очищения и языка и появления голода. Голодание перенес нормально, а выход из голодания делал строго в соответствии с Вашими рекомендациями. На пятый день восстановилась деятельность всего желудочно-кишечного тракта, а на седьмой, решив, что все позади, я потерял осторожность и переел. Случилось то, о 8чем Вы неоднократно предупреждали - несварение в самой ужасной форме - пища выходила полностью не переваренная, а я начал превращаться в дистрофика. Точных рекомендаций, как мне быть в случившейся ситуации, я не нашел ни в Ваших книгах, ни у Брэгга, и пришлось экспериментировать, а точнее, все начинать сначала, то есть соки и салаты и жидкие каши из «Геркулеса» (Постарайтесь не употреблять в пищу молотое, дробленое и прочим образом измененное зерно, крупы. Они утратили свою биологическую ценность.). На лечение несварения я потратил целый лишний месяц, но того прилива сил, как после голодания, я так больше и не ощутил - все время слабость, бессилие, побаливает печень, поджелудочная железа - вот что значит слабость перед жором и плотью. Начал пить урину и массажи делать из упаренной до четверти, но хожу все хуже, а боли в ноге и руке все усиливаются». (Надо повторить голод, фракционно и при этом не допускать ошибок на выходе.)

Ошибки во время голодания.

Не желание терпеть дискомфорт на голоде приводит к прекращению голодания, а значит победу чувств над разумом. Например, в результате аутолиза появляется сладкий вкус гноя в ротовой полости, проникающего из гайморовых пазух, горечь во рту с симптомами тошноты при гастродуоденальном рефлексе (забросе желчи в желудок), одышка при подъеме на крутую лестницу или в гору и т. д. Голод начал свою целительную работу, начал “выкорчевывать” полевую патологию. А она в свою очередь через ум стала действовать на сознание и “убедила” прекратить голод. В результате все идет насмарку. А болезнь укрепившись дает рецидив.

Если голодающему не создается спокойная обстановка, он курит во время голодания, носит на себе синтетическую одежду и т. д. У него может наблюдаться бессонница, раздражительность, головные боли, слабость, сердцебиение, душевные расстройства и т. д.

Человек частично осуществляет рекомендации во время проведения голодания. И вот что может в результате этого получиться.

Ошибки во время прерывания голода.

Можно хорошо провести голодание и все испортить во время его прерывания. Кишечник не в состоянии сразу после голода выполнять полноценное переваривание пищи, а тем более ненатуральной.

Запомните на всю жизнь - выход из голода, особенно длительного, возможен только на ранее перечисленных продуктах питания.

20. Пример. «Я пенсионер, 70 лет, рост 172, вес 67-68 кг. До начала голодания 77-78, конституция выраженная Желчь.

Все началось поздней осенью 1994 года, когда я случайно приобрел книги П. Брэгга «Чудо голодания» и «Сердца». В 1995 году шутя побаловался суточными голодания 1 раз в 7-10 дней. В ноябре того же года приобрел трактат Шенникова Л. А. «Раскрытие тайн целебного сухого поста» и 3 января 1996 года пошел самостоятельно одиннадцатидневное сухое голодание. Было очень тяжело. Всех условий голода выполнить не удалось, особенно не спать с 22 до 6 часов. Но срок выдержал, потерял 12 кг. В конце 11 дня был небольшой обморок. (Огромная ошибка в проведении этого голода заключается в том, что все факторы: время года, возраст, способ голода, отсутствие сна - ведут к перевозбуждению жизненного принципа «Ветра». Это сильно нарушило циркуляторные процессы в организма, полевая форма жизни настолько «облегчилась», что стала легко отрывать от физического тела. Это привело к обмороку.)

Выходил из голодания как написано в книге, грыз вилок капусты лежа на животе с 13.00. Также по рекомендациям книги, в тот же день при необходимости перешел к обычному питанию. Было как раз 13 января, я кое-что поел вечером и выпил немного шампанского, (Нарушение режима восстановления может сказаться не сразу, а через некоторое время, что и произошло. Выход на сырой капусте ведет к перевозбуждению жизненного принципа «Ветра», так как этот продукт обладает таким действием. Переход на обычное питание сразу же очень большая нагрузка на организм. Он не может перерабатывать пищу, ибо пищеварение погасло, его надо разумно восстановить. Это крайне плохая рекомендация - выходить из сухого голода на обычном питании. Надо знать физиологию и возможности организма.) все обошлось. Быстро восстановил вес до 68 кг. Но опухли ноги, потерял голос, чувствовалась усталость в суставах ног, но через 5-6 дней чувствовал себя хорошо. Пошел в поликлинику к лечащему врачу, получил взбучку и прошел анализы, в ноябре в санатории почки были чистыми (у меня три почки). А тут обнаружили в правой камешек и стала желчь густая. Вот и верь людям. Пусть это будет на совести автора. (Когда перевозбужден «Ветер», то это приводит к разного рода застоям - опухли ноги, сгущениям - образовался камень, сгустилась желчь, усталость в суставах.)

В феврале 1996 года купил ваш четырехтомник, меня эти книги привели в шок, оказывается голодание - это целая наука, а не просто так. И я начал голодать по вашим книгам. Вхожу и выхожу из голодания только по вашим рекомендациям. С августа 1996 года приучаю себя к раздельного питанию, уже почти втянулся, да и организм начинает привыкать к этому. После санатория в 1997 году решил лечебные голодания и раздельное питание проводить как можно ближе к науке.

В 1997 году уже проголодал за первое полугодие 43 дня. В марте в Великий Пост 10 суток подряд, в конце июня семь суток подряд, кроме того по 42 часа еженедельно и трое-четверо суток ежемесячно, все на урине и с клизмами. Но последнее голодание пошло при весе 67 кг. Вышел из голодания 61 кг, чувствую себя хорошо.

За период голодания у меня исчезла ишемическая болезнь сердца и пятидесятилетний колит. Практически не скрепят кости. Но врачи ставят диагноз: церебросклероз, дисциркуляторная общесклеротическая энцефалопатия первой степени.

Прошу поправить меня, если я делаю что не так».

(Вы прекрасно оздоровили свой организм. Самочувствие хорошее. Продолжайте. Все остальное пройдет само.)

Ошибки во время выхода из голода.

Большинство ошибок во время выхода из голода связаны с тем, что человек либо скушает что-то не то, или сильно переедает. Если скушает что-то не то, особенно после длительного голода, то угаснувшее пищеварение не может переварить этот продукт и желудочно-кишечный тракт останавливается со всеми вытекающими

отсюда последствиями.

Одной из ошибок при возобновлении пищевого питания после голодания является прием внутрь пересоленных продуктов. При этом могут развиваться, как указывалось ранее, отеки, которые не следует ликвидировать мочегонными средствами, а лучше очистить кишечник и 1 - 2 дня воздержаться от пищи или увеличить двигательный режим.

Если человек начинает переедать, то это вредно сказывается на его самочувствии. Болезни возвращаются вновь и даже усугубляются.

Многие люди паникуют от того, что в результате голода и после выхода из него у них возникают оздоровительные реакции, которые временно ухудшают их самочувствие.

21. Пример. «Пишу вам с надеждой на ответ и поддержку. Для меня - вы герой нашего времени.

Я провела серию голоданий по 20, 17, 22, 10 дней. После этого решила попить болиголов по схеме до 40 капель и назад. Попила до 21 капли и выпила вина (провожали племянника в армию), а это наверно сильно противопоказано. (Да, эта женщина сделала глупость. В угоду общественному мнению, предрассудкам она поступилась своим здоровьем.) Через некоторое время у меня внутри началась какая-то реакция: от левого яичника до желудка все бурлило и горело. Пила сыворотку - сходила хорошо по большому и пищеварительная система у меня полностью встала. (Произошло перевозбуждение жизненного принципа «Ветра».) Сделала клизму: кишечник чистый, немного вышло катушков. (Когда кал напоминает катушки и его мало, это верный признак перевозбуждения жизненного принципа «Ветре». Последствия этого перевозбуждения - остановка желудочно-кишечного тракта.) Это наверное рак по всем симптомам. (Эмоция страха подтверждает этот факт.) Я вам раньше писала, что у меня было подозрение на лейкоплакию шейки матки, аллергия, псориаз. И вот я по своей дурости до оздоровлялась. Но мне так не хочется умирать. Неужели ничего нельзя сделать? (Успокойте сознание, примите горячую или теплую ванну, смажьте тело оливковым маслом, кушайте теплую пищу, тщательно жуйте и Вы восстановите работу кишечника.)

Кроме свежевыжатых соков ничего не ем. На брюшную полость, начиная от желудка делаю компрессы из мочегона, боль, жар - уменьшились. Я бы пила и мочу, но если там все слущилось - поможет ли? Голод? (В виду того, что урина первая «пища» для желудочно-кишечного тракта, она успокоит его. Голод вновь нормализует то, что было вызвано внесением посторонней энергетики - алкоголем.)

Немного попью соки и попытаюсь почистить печень, можно ли соком кислицы? (В голове начинается хаос - симптом перевозбуждения «Ветра». В таком состоянии печень чистить нельзя, а тем более после голода. Запомните, печень сразу после голода не чистят.) Может поголодать, я не знаю, что у меня с желудком и кишечником, может это наоборот будет вредно, вернее еще вредней?

1 августа пойду в больницу глотать лампочку, но видимо я знаю уже все сама.

Мне 39 лет, рост - 163, вес 52 кг. Голодать я боюсь, буду пить морковный сок, можно ли пить настой шиповника? (Снижение веса также говорит о перевозбуждении жизненного принципа «Ветра». Надо применять все те средства, которые угнетают жизненный принцип «Ветра». Вот мой ответ.)

Вернуть бы все назад, ведь от голоданий у меня прошел псориаз, зато другие болезни остались, посоветуйте, что мне дальше делать, я в полной растерянности»?

Пример. «7 апреля я писал вам, что закончил 14-дневное голодание. Ну что сказать, сдвигов никаких, восстановительный период (около 20 дней) перенес трудно, еще сильнее обострился остеохондроз, хотя выходил я очень осторожно. Сейчас правда все хорошо, но поясница болеть не перестала. (Выход из голода в холодное время года может привести к болям в пояснице. Это как раз указывает на перевозбуждение жизненного принципа «Ветра». Во время голода, надо было бы, принимать горячие ванны, а на выходе смазывать все тело оливковым маслом. Особенно поясницу. Теплота и масло способствовали бы улучшению самочувствия, не дали бы появиться болям в пояснице.)

Вчера ездил в Свердловскую область в больницу на консультацию с зам. глав. врача, они несколько лет назад лечили псих. больных голодом. Так вот, она категорически не советует лечиться мне голодом, это вещь серьезная и

может привести к непоправимой ошибке. А я настолько сильно уверовал в эффективность вашего лечения, что оказался сейчас на перепутье.

Конечно я понимаю, что 14 дней не могут резко повысить мое здоровье, но и на 30 дней выходить, что-то страшновато. Я составил программу и голодал в дни экадаши по 36 часов, а через 3 раза - 3 дня, но это, я думаю, только поддерживает жизнедеятельность, а не вылечивает.

И все же я мечтаю где-то в феврале 1998 года выйти на 25-27 дневное голодание, но поживем увидим. Был бы я толстячком, я бы не раздумывал, а то вес у меня где-то около 70 и при голодании остаются кожа да кости.

Хотелось бы, получить от вас совет». (Учтите свои ошибки и голодайте в теплое время года. Еще 3-4 голода по 10-14 суток принесут желаемые результаты.)

Вопрос. «У меня возник вопрос, ответа на который (четкого) я не нашел ни в одной, ни в другой книге. После голодания первая еда моя это салат из капусты и морковки. Я лично первые два года ел настоящую еду, через 4-5 часов после салата, а потом перешел на режим два часа. Но все равно мучают две проблемы во время этого периода. Первая - это сильный голод. Вторая - это 1-3 позыва в туалет, так как зачастую слабит. Правильно ли я это делаю? Если это неправильно, и Вы, Геннадий Петрович, сможете ответить мне, буду Вам очень признателен».

Ответ. Чтобы не было сильного голода, надо тщательным образом пережевывать пищу, делая по 50-100 жеваний. Тогда она превращается в жидкость, быстрее усваивается и не вызывает чувства голода.

Это же средство надо применять для устранения прослаблений. После голода возбужден жизненный принцип «Ветра», который отвечает за скорость прохождения пищи по пищеварительному тракту. Если пищи груба, то это еще более усиливает его и пища проскакивает не успев обработаться. Поэтому, из пищи надо удалять все грубое - шкурку, семечки и тщательно жевать. Помните, Поль Брэгг удалял шкурку с помидор, обрабатывал их кипятком и после ел. Это как раз для этой цели.

Еще раз ***заострю внимание на тщательном жевании при выходе из голода*** (первые 3-4 дня). В дополнение, смазывайте тело оливковым маслом, первые 3-4 дня на выходе. Это подавит и сильный голод и быструю перистальтику.

22. Пример. «Мне 57 лет. В марте 1994 года я перенесла операцию, мне отняли правую грудь и удалили лимфоузлы. Про Ваши книги я в то время еще не знала.

В 1996 году, в июле месяце, у меня пропал голос и появился сильный кашель, лечилась у терапевта, но толку было мало, записалась на прием к онкологу, он направил к ЛОР-врачу (диагноз: горло чистое), прошла рентген: легкие чистые, дали направления в онкодиспансер, попала на прием к молодому врачу, он посмотрел и сказал: приходите через 4 месяца, пошла к главврачу, при его осмотре была обнаружена опухоль с наружной стороны на правой стороне шеи и затвердение величиной с горошину в районе правой ключицы, была взята пункция, назначена операция, но я от операции отказалась. (Медицина, не зная причин болезни борется, по своему, с ее последствиями. «Лечение» варварское - если не можем вылечить, то можем вырезать. Причина болезни осталась и дала рецидив. Ведь никто не поинтересовался образом жизни этой женщины, ее переживаниями, питанием и многим другим от чего зависит здоровье человека. Смотрите мой тест в 1 томе «Основ Здоровья».)

Моя знакомая дала мне почитать Вашу книгу «Голодание» и, прочитав ее, я решила пойти на голодание на 30 дней без подготовки, во время голодания была очень сильная чистка организма, вышла слизь, наверное, с ведро. (Как можно такой зашлакованный организм вылечить? А тем более операцией. Этим его можно только ослабить.) В свое время очень я страдала от радикулита. За время голодания прочистилась поясница и как будто бы у меня и не было всю жизнь радикулита. (Обилие указанных шлаков вызывает самые различные болезни и недомогания.)

Когда я только заболела (пропал голос), полоскала горло соком чистотела, так вот, во время голодания из меня выходил неделю чистотел. Во время голодания делала клизмы с упаренной урины, пила урину и протиевую воду. Очень много вышло каловых камней. Чистки в основном проходили ночью, - слышала, как чистились мозги, было ощущение, как будто их перебирал кто-то. А однажды ночью ясный го-

лос сказал: «А железки изо рта все убери» (про вставные зубы).

На 25 день проснулась от звука «чав-чав-чав», что чистилось, не знаю. Потом просыпалась от звука «чав-чав-чав-плюх», как будто что-то откачивается насосом. (На длительном голоде с человеком происходят удивительные вещи. Здесь и целительная работа самого организма и помощь со стороны Светлых Сил, как награда за Вашу решимость, волю.)

Дней через 30 стала выходить из голода. Можно было голодать еще, но побоялась, так как по конституции худощавая, тип «Ветра». (Страхи, сомнения портят нам окончательную победу над болезнями. Только тот, кто не боится смерти, имеет огромную решимость добивается полной победы. Например, одна женщина решила покончить с собой от болезней и безисходности. Она легла на кровать и пролежала без пищи более 60 суток, пока ее не обнаружили. Это был живой скелет. Когда ее умело вывели из голода и восстановили нормальный вес, то оказалось, что все болезни покинули ее, а организм сильно омолодился и получил новый импульс к жизни.) Выходила из голодания на соках по Вашей схеме, соки морковный, яблочный, свекольный, когда стала кушать винегрет, захотелось одной картошечки (я ее очень люблю), ела все без соли и тут нарушила режим, картошку поела с консервой «Сайра», сразу отекла правая рука. Сделала небольшой перерыв и снова пошла на голодание, но выдержала только 11 дней, почувствовала сильный голод, выходила из голодания так же, как и в первый раз.

Во время голодания отек руки спал, при выходе из голода поела картошки с консервами «Лосось натуральный» и опять отекла рука. (Вот так наши желания портят оздоровительные усилия.)

6 ноября 1996 года почистила печень - вышли черные камешки в виде «семечек» и больше ничего, в декабре вновь почистила печень - вышли зеленые массы, слизь и зеленые камешки.

В декабре вновь пошла на голодание на 21 день, отек руки спал, выходила из голода нормально, ничего не нарушая.

С 27 января 1997 года стала пить спиртовую настойку из цветов картофеля (как описано в народной медицине) по каплям на молоке, ежедневно принимала душ утром и вечером и контрастный душ, пила каждый день урину. Стала выходить сыпь на правой стороне в виде крупных прыщей, потом они превратились в узлы, по правой стороне выше и ниже шва (послеоперационного), в плече из-под руки появилось типа шва толщиной в 2 пальца, начался опять отек руки, ощущение, что шов этот зажал нерв руки. Сейчас рука не двигается, каждый день ставлю компресс из мочегона, пила лекарство из цветов картофеля 3 месяца, прыщи стали лопаться и шла кровь, сейчас из них выделяется гной, рука не проходит, налитая и тяжелая как свинец, пошла на голод на 10 дней, думала, спадет отек руки, но он не спал. (После голода в 21 сутки надо было правильно питаться, а через месяц, полтора еще столько же поголодать. Все испортило лечение спиртным. В организме получился хаос. А время упущено и теперь гораздо более сложно бороться. Надо отдохнуть и повторить все с самого начала - правильный фракционный голод с применением урины.)

Сегодня начала выход из голода, что делать дальше с рукой - не знаю, что Вы можете посоветовать? Не могу ни ходить, ни сидеть, тяжесть руки давит и она ломит и днем и ночью».

Порочный образ жизни после голода.

Если человек после проведения голода продолжает порочный образ жизни к нему возвращаются все его болезни. Ниже следующий пример, иллюстрирует массу ошибок, которые допускают голодающие на всех этапах голода.

23. Пример. «Я раньше что-то слышала, читала Дж. Армстронга «Живую воду», П. Брэгга «Чудо голодания», а Ваши книги меня покорили окончательно.

Я пыталась уже раньше что-то делать. Так, 2 года назад я первый раз голодала 3 дня на урине. Изменения были такие. В конце 3-х суток очистился желудок, вышло пол унитаза какой-то коричневой грязи с пеной и слизью, я удивилась, что три дня не ела, а меня погнало в туалет. (Прежде, чем сработал кишечник на опорожнение, все это время шло его очищение по типу запора.) Перестали лезть волосы. Всегда после ванны полная щетка волос, несмотря на то, что волосы редкие.

26 лет курила день и ночь и было недостаточно. С 45 лет у меня климакс, бесконечные приливы и вдруг пошли месячные. Очистилась

моча. Пила круглосуточно, запивала водой каждый раз, она была очень горькой и соленой, густой с плохим запахом, а на 4-й день моча стала чистой без вкуса, цвета, запаха. (Это указывает на то, что в первые три дня голода очищался толстый кишечник и шлаки перегрузили выделительные системы. Далее, как только он очистился, выделительные системы получили значительное облегчение. Это говорит о том, что к голоду надо заранее готовиться и правильно входить в него.) Как вода. Даже сладковата, как дождевая.

Я начала кушать обыкновенно, что всегда. Через 2-3 дня меня обсыпало. Спина и грудь, живот, я не поняла, думала, чесотка или еще что-то. (Это последствия неправильного выхода из голода.) Я пила теперь мочу по утрам, не помню, сколько месяцев, потом почему-то перестала. Теперь я пью мочу, еще несколько раз по 2-3 дня голодала.

В августе прошлого года с 23 по 2 сентября, я голодала 9 суток, и с 22 по 2 февраля тоже 9 дней. При первом голодании на урине 7 дней совсем не ела, на 8 день 2 печеное яблочко утром и в обед 2 дольки арбуза и на 9 день тоже самое, только было 2 печеных яблочка. (Это не 9-дневные голодания, а 7 дневные. Выход начал делаться на печеных яблоках и арбузе.)

Второе голодание тоже выдержала 7 дней, а 8 и 9 дни утром 1-2 печеных яблочка и 1-2 ложки кислой капусты и полстакана сока в обед или вечером. На 10 день я была на поминках и ела все, что было на столе, все сытное и жирное, плюс 100 г кагора. (Мягко говоря, выход далек от идеала.) При голодании пила талую воду и по утрам урину. Еще сок облепихи. (Если принимался какой-либо пищевой продукт, даже в виде сока - это не голод, а соковая диета.)

Теперь продолжаю пить по утрам с 5 до 8. В это время она почти всегда чистая и без запаха. Утренняя не пахнет и как вода чистая, я ею умываюсь, а когда мою голову, полощу ею, запаха от меня нет. Когда купаюсь, добавляю в ванну упаренную или старую. Тело делается шелковистым (на время). Теперь при упаривании почти не слышно запаха. Но я что-то не так делаю. При первом голодании, 3-дневном, такие изменения были, и месячные пошли, и курить перестала, а сейчас изменений не замечаю. (Да потому, что Вы не голодали на самом деле, а истощали себя соковой диетой. Никаких целебных механизмов не запускалось. Образ жизни у Вас по прежнему не здоровый, а отсюда и результат соответствующий.) Те изменения были временными. Все вернулось и восстановилось как было, кроме того, что волосы не вылазят (правда, я коротко подстриглась и не курю).

24. Пример. «Умоляю Вас! Помогите мне! Чем только я не лечился! Все напрасно. Я с 1990 г. начал изучать народную медицину, особенно лечебное голодание, уринотерапию, методику закаливания Порфирия Иванова и т. д. Сначала я лечился телесеансами Кашпировского, Алана Чумака, ходил к групповым экстрасенсам-гипнотизерам, потом гомеопатией, иглоукалыванием, сыроедением 1 месяц, рэйки, ходил к священникам и шаманам, лечился свеклой и, наконец, в настоящее время занимаюсь по Вашей методике, т. е. уринотерапией, очищением организма и лечебным голоданием. (Это иллюстрирует интересную особенность человеческого ума - пока его не припрет к стенке, он пытается жить чужим умом и ждет чуда по отношении к себе со стороны других. Главное чудо - это умелая работа со своей жизненной энергией.)

Много раз проводил односуточное и трехсуточное голодание. Переношу легко. Как будто мой организм сам требует голодания. Два раза проводил 4-5-суточное голодание, два раза - 8-суточное, один за - 3-суточное «сухое» голодание, один раз 5-ти-суточное «уриновое» голодание.

Голодание прекрасно снижает АД крови, сразу берет «быка за рога». Перед 8-суточным голоданием АД было 200/120. На 8 сутки голодания АД стало 110/90. Даже не верится. Восстановился за 5 дней. Когда я перехожу на привычный образ питания, АД снова поднимается до прежнего уровня. Это очень огорчает меня». (Надо менять порочный образ жизни, который поднимает давление. Проверьте по опроснику данном в 1 томе «Основ Здоровья», что Вы упустили, не задействовали в своей оздоровительной программе.)

Некоторые люди продолжают регулярно ставить клизмы и после курса голодания. Это может привести к развитию привычного запора. Нормализовать стул необходимо последующим правильным питанием, а не клизмами. Урино-

вые клизмы можно делать в течении одной-двух недель после длительного голода, через 2-3 дня, но не чаще.

Режим в восстановительном периоде.

Нужен больший покой, чем при голодании, так как на пищеварение, усвоение и выделение тратится очень много жизненной энергии. Лицам имеющим индивидуальную конституцию «Ветра» рекомендуется полу постельный режим, в теплом помещении, прием ванн или душа, особенно в первые дни восстановления.

Ошибочное мнение, что одним голодом можно решить все проблемы со здоровьем.

Большую ошибку допускают люди, которые думают что только одним, пусть и длительным голодом могут добиться исцеления от той или иной болезни. Наилучшие результаты, наиболее стойкие и значительные бывают у тех, кто регулярно голодает, придерживается правильного питания, ведет активный образ жизни и покончил со своими чувственными привычками или хотя бы научился контролировать их. Вы можете спросить - как долго всего этого придерживаться? В течение всей жизни!

ОПЫТ ГОЛОДАНИЯ.
ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ.

Некоторые, прогрессивно мыслящие врачи, после прочтения моих книг применяют изложенные в них методы естественного оздоровления и добиваются прекрасных результатов. Вот несколько подобных примеров.

25. Опыт голодания. «Мне 47 лет. Начал применять практические рекомендации с 1996 года.

Прошел все стадии очищение организма, придерживаюсь рекомендаций по правильному питанию, применяю лечебное голодание.

Толчком к этому для меня послужило желание самому избавиться от всех болячек и последствий «наведения конституционного порядка» в Чечне. Я попал под ракетный обстрел. Вокруг меня не осталось ни одного живого человека, на моих руках погиб мой 20 летний сын. Сам я получил множество ран, осколки до сих пор сидят во мне. Всего в результате этого варварского налета на месте и от ран погибло 140 человек, в живых остался только один я, погибших собирали по частям.

Извините, что так подробно описываю это, но я хочу чтобы Вы имели представление о том состоянии в котором я находился после этого кошмара. Врачи после осмотра и компьютерной топографии головы констатировали у меня черепно-мозговую травму, сотрясение мозга, деформацию барабанных перепонок.

Мне было предложено двух месячное стационарное лечение, но я отказался так как у меня не было ни денег для этого, ни доверия к медицине.

Я мусульманин и считаю, что Всевышний познакомил меня с Вашими книгами, после чего я начал самолечение.

В настоящее время (слава Аллаху) я здоров. Здоровее чем был до наведения конституционного порядка. (Голодание помогает стереть самые разнообразные патологические программы и выправить все функции организма. Главное - это регулярность и достаточная продолжительность голоданий.)

В 1996 году проголодал 115 дней.

На 1997 год с учетом опыта составил программу, которая предусматривает в целом 189 дней голодания.

На сегодняшний день у меня 150-й день голодания. Физическое и духовное состояние отличное. Вес для моего роста 171 см нормальный 73 кг. Во время ежеквартальных полных 10-ти дневных голоданий сбрасываю от 5 до 7 кг веса, который восстанавливается через 5-7 дней после выхода из голодания».

26. Лечение бронхита и опухоли бронха. «Очередной отчет применения уринотерапии в стационарных условиях.

Больной Дмитриев А.И , 47 лет. Находился на лечении в отделении в октябре 91 года с диагнозом обострение хронического обструктивного бронхита. Гипертермия в течение 6 месяцев. Поведен курс уринового голодания в течение 11 дней с хорошим эффектом. После выписки из стационара через 1 месяц вновь стала беспокоить повышение температуры до 37,5-38, отдышка кашель. К медицинской помощи больше не обращался. (Допущены две ошибки. Надо было повторить голод. После голода надо было изменить порочный образ жизни, который ведет к болезни.)

В январе 92 года госпитализирован с диагнозом острой очаговой пневмонии на фоне обструктивного бронхита. Обычные методы лечения в течение 5 дней эффекта не давали, продолжалась гипертермия. Переведен на уриновое голодание, температура нормализовалась на 2-е сутки, клинические признаки острой пневмонии и хронического бронхита исчезли на 10-е сутки. На 16-е сутки проведена бронхоскопия и выявлена опухоль нижнего главного бронха. Проведено 3-х недельное уриновое голодание, после которого отмечались остаточные явления пневмонии. На обследовании в онкодиспансере после выписки признаков онкозаболевания не выявлено. Получает поддерживающую уринотерапию». (Когда жизненной силе не мешают и дают достаточно времени на работу с организмом, то исчезают очень грозные заболевания.)

27. Лечение диффузного нейродермита. «Салова О. Н., 33 года, страдает диффузным нейродермитом более 20 лет. Лечилась в различных стационарах, в том числе и в клиниках мединститута. Доведенная до отчаяния пошла без всякой подготовки на 10-ти дневное голодание, но выход провела неправильно, с осложнениями. В связи с этим обратилась ко мне и пришлось бороться уже с возможными осложнениями. После 2-х месячной специальной подготовки прошла 24 дневное уриновое голодание (заметное улучшение лишь с 22-го дня). После выхода кожа окончательно очистилась, передо мной предстала красивая молодая женщина с чистым, хорошего цвета лицом, без всяких и намеков на высыпания на руках.

28. Бронхиальная астма, хронический бронхит. «Власова Г.Н., 30 лет. Бронхиальная астма, тяжелое течение. Поступила в ноябре 89 года в астматическом статусе. Сразу было назначено лечебное голодание и уже к 5-м суткам прекращено внутривенное ведение всех препаратов, а к 7-м и ингаляторов. Продолжительность РДТ-14 дней. Выписана без всяких клинических признаков бронхиальной астмы и хронического бронхита. Препараты не применяла, старалась проводить суточное голодание хотя бы 1-2 раза в месяц. Принципов раздельного питания и вегетарианства не придерживалась.

В августе 91 года вновь поступила в астматическом статусе, обострение связывает с переохлаждением. Переведена на уриновое голодание с исчезновением признаков обострения уже к 8 дню. Продолжительность голодания 17 дней. Выписана без препаратов, но диетического предписания так и не придерживалась, урину принимала не регулярно, как и лечебное голодание. Через полгода поступила уже в другой стационар, где переведена на постоянный прием глюкокортикостероидов». (Если не меняется порочный образ жизни, то положительное действие голода заканчивается очень быстро и возвращаются все болезни и недомогания. Все зависит от сознания человека - может ли он бороться с порочной жизнью или будет плыть по ней самотеком.)

29. Пневмония. «Ковалевский Г. И, 54 года, находился на лечении в отделении с диагнозом затяжной левосторонней нижнедолевой пневмонии. Общая продолжительность лечения- 46 дней. После начального успешного проведения антибиотикотерапии разрешение воспаления остановилось, несмотря на применение самых мощных антибактериальных средств. Было заподозрено опухолевое поражение. Больной согласился на 3-х суточное уриновое голодание с приемом в последующем» живой воды» 3 раза в сутки. Через 5 дней после окончания голодания исчезли клинические проявления воспаления, а еще через 2 дня и рентгенологические. Через сутки выписан с выздоровлением».

30. Пневмония. «Запивахин Г. Л, 36 лет, поступил в отделение 7. 02. 90 года с диагнозом острая нижнедолевая (крупозная) пневмония. Сразу обратился с настойчивой просьбой вылечить к 23 февраля. Было объявлено, что такую тяжелую пневмонию в столь короткие сроки обычными методами излечить нельзя, но есть большой шанс при использовании РДТ. Было дано согласие и со второго дня приступил к 5 дневному голоданию на фоне антибиотиков, которые применяли всего 10 дней. К 23 февраля признаки пневмонии исчезли, больной выписан».

31. Нарушение мозгового кровообращения. «Татаринов А. М., 34 года, страдает НЦД по смешанному типу (тяжелое течение) с частыми сосудистыми кризами, сопровождающимися пароксизмами вестибулярной дисфункции. Поступление в отделение до 3-4 раз в год до 90 года. В январе 90 года перенес острое нарушение мозгового кровообращения в вертеброба-

зилярном бассейне. Проведено 2-х недельное РДТ с хорошим эффектом, декабре 90 года проведен 9- дневный курс РДТ. В течение 2-х лет обострений нет».

32. Гипертония. «Больной Филиппов 31 год, страдает артериальной гипертензией около 15 лет, в течение последних лет обычным стало АД 210-230/120-140. Получал мощное лечение (каптоприл) с умеренным эффектом. В результате месячной подготовки и фракционного голодания (дважды по 9 суток) АД установилось на цифрах 160/100 - 140/90, вес снизился со 148 до 114 кг. Каптоприл отменен».

33. Ревматоидный артрит. «Больная Переславцева Н.П. , 42 года , страдает « Ревматоидным артритом, 2 степени активности, быстро прогрессирующим течением». Больна 4 года. В прошлом году предложено, как терапия отчаяния, лечение глюкокортикостероидами. Отказавшись от этого, больная 6 месяцев принимала по собственной инициативе урину, голодала 24 часа в неделю. Отмечала заметное улучшение (уменьшение скованности, отечности суставов, переход активности в 1 степень). После проведения 2-х месячной специальной подготовки и 18 дневного уринового голодания сохранились остаточные явления в межфаланговых суставах рук, активность 0 (ремиссия)». (Для полного излечения надо еще повторить голод и придерживаться правильного образа жизни.)

Вопрос. «Пишет вам инвалид первой группы - левосторонний паралич. С 1991 года передвигаюсь с помощью палки. Занимаюсь физическими упражнениями, каждый день хожу на речку, обливаюсь холодной водой. Но больной руке и ноге это не помогает.

Опишите метод моего лечения. Мне 53 года. Конституция «Желчь», рост 184, вес 86 (бывший спортсмен, гребля)».

Ответ. Для восстановления от паралича надо дать полный покой организму. Именно здесь показано голодание с предварительным очищением организма. Надо сделать серию голоданий, типа фракционных. Жизненная сила восстановит поврежденные центры и вернет былую подвижность.

Вопрос. «Обратиться к вам и поверить в ваши книги меня заставила моя болезнь. Я инвалид 1 группы, диагноз: рассеянный склероз.

Я проехала много врачей, лечилась сильными лекарствами, но ничего не помогает, а болезнь продолжает прогрессировать. Я молилась Богу и просила во сне мне сказать: что мне может помочь? И вот мне приснился сон, где мне сказали: вылечиться можно. (Очень интересный и важный прием узнать о способе лечения своей болезни. Советую применять его.) Нужно пить «гормон роста лимонной кислоты». Я никогда ничего об этом не слышала. Но вот мне в руки попали ваши и книги и я в них увидела этот термин «гормон роста».

С января 1997 года начала голодать 1 раз в две недели в дни экадаши, а в Петров пост голодала 7 дней, при этом чистила кишечник и печень. Так вот несколько дней после 7-дневного голодания у меня была бодрость, повышенное настроение, даже стала сама вставать. Но потом быстро все прошло и стало резко хуже. (Это говорит о том, что голод успешно действует на болезнь, но сроки его слишком малы.)

Очень прошу дать мне совет: 1. Нужно ли мне повторить 7-дневное голодание (моя конституция - Ветер, при росте 168, вес 61, 43 года)? (Да, Вам необходимо регулярно голодать фракционным методом в теплое время гола или в теплых условиях.) 2. Где взять рецепт хлеба из проросшей пшеницы (у меня книга 96 года)? (Он описан во многих моих книгах и календарях.) 3. В своей книге вы часто упоминаете, что при неправильном выходе из голодания слазит эмаль с зубов, но при каких ошибках не указываете. Очень прошу вас указать. (Это чаще всего происходит при пище обедненной кальцием, слишком сладкой.)

Я выходила из 7-дневного голодания: 3 дня пила сок яблочный, морковный, апельсиновый, ела абрикосы, потом перешла на овощи, капусту, чеснок и укроп без соли, на 5 день ела суп из риса без соли, орехи, мед и так 7 дней. И все таки, у меня появились отеки после того, как перешла на общий стол. (В «общем столе» слишком много скрытой соли, которая может вызывать отеки. Обездвиженность, малоподвижность, также способствуют этому. Вам надо выполнять движения руками, ногами сидя или лежа.)

34. Вопрос. «Пишет вам из Москвы Л. Н., 57 лет, медсестра, рост 164, вес 80 кг.

Мои приобретенные болячки: всю жизнь запоры, дистрофический полиартрит, остеохондроз, хронический бронхит, хр. левостор. л/доли пневмония (на протяжении последних 8 лет), гайморит двух пазух (делали прокол в 1995 году, кроме крови ничего не вышло), хронический энтероколит, дискенезия желчных путей, геморрой после родов. (В данном случае, запоры отравили весь организм и вызвали букет патологии. Вроде бы и образованный человек, а так запустила свой организм. Кто в этом виноват, как не сама она.)

В 1984 году была операция фибромиомы, эндометриоз: удаление матки с придатками. Послеоперационная пупочная грыжа. В 1995 году повысилось артериальное давление до 210/130, небольшое нарушение мозгового кровообращения, полгода лечение, инвалидность III группы. Гипертоническая болезнь 1-2 степени, ИБС, повышение в/черепного давления, склероз сосудов мозга и сердца, недостаточность митрального клапана, пониженная функция щитовидной железы - гипотериоз.

С 3 апреля 1997 года пью гормон щитовидной железы. Ко всему прочему лекарственная аллергия (много принимала антибиотиков). (Все это последствия жизни самотеком, той, которая сформирована нашим обществом. Будите плыть по течению - превратитесь в никому не нужные, даже себе, развалины. Ад для Вас начнется при жизни.)

Прочитала ваши книги и приступила к очищению кишечника и печени.

В последние клизмы сильно болела поясница, крестец, ноги, геморрой, но я перетерпела. Делала питательные клизмы: молоко и масло. Одновременно втирала урину в область шеи, рук, груди, головы, промывала носоглотку, глаза, умываюсь уриной, втираю в стопы ног. Печень почистить не удалось - ничего. Пробовала два раза - ничего (лимонный сок и оливковое масло). Может что не так делала.

Но результаты все же есть: прошли запоры, живот мягкий. Я чувствую, что он не переполнен, могу мыться с любым мылом, раньше же доходило до трещин. Прошла бессонница, давление почти не повышается. Стала более легкой, бодрой, правда иногда мрачное настроение. Выглядела и выгляжу моложе своих лет. Хочу начать пить урину.

И вопросы: что делать с печенью? (Как почистить печень с помощью других средств описано во 2 томе «Основ здоровья».) Совместимо ли питье урины с гормонами, которые я пью? (Нет.) Мне нужно похудеть по состоянию здоровья, если я буду пить урину, произойдет ли это?(Нет. Надо менять образ жизни - питание, движение.) Сейчас у меня высокий холестирин в крови, что нужно для снижения? (Поголодайте, придерживайтесь растительной пищи в которой его мало.)

Мой сын, ему 29 лет, страдает фурункулезом лица и шеи, можно ли ему помочь»? (Для этого надо поголодать, изменить питание, очистить свое сознание от психологических зажимов.)

Вопросы о голоде. «Мне 51 год, в бывшем военный, сейчас на пенсии. Несколько вопросов. После первого и второго голода 20-дневного и 22-дневного, примерно, через неделю, отекали ноги примерно, до колен, а немного выше покалывание к вечеру. Выход из сложившейся ситуации три дня подряд держал ноги в хорошо нагретой урине, а лодыжки массажировал уриной, что это было и как не допустить или ничего страшного? (Возможно Вы скушали не те продукты, или перели.)

Еще один вопрос: ногти на руках и ногах были синие, особенно на руках. В данный момент розовые, как подобает, а как-то раз обнаружил, что язык был черный, это когда я еще не занимался лечением, а вот в данным момент во время второго 22-дневного голода обнаружил тоже самое, не я, а жена подсказала, потом исчезло все. (Это указывает на выход специфических шлаков.)

Во время второго голода в районе ребер поджелудочной и печени выступили пятна немного темновато-коричневые, густо держались около месяца, сейчас постепенно исчезают, размер вправо и влево см по 10 и ширина где-то по 5 см. (Это указание на патологию в этих местах.)

Последний вопрос. Это бывает каждый раз, но иногда что-то приходится делать на протянутых руках, например, мыть посуду или чистить овощи, или что-то строгать ножом, появляется жжение по ребрам и слева и справа в районе печени, чуть ниже и под поджелудочной, что это

за хвороба и как с ней бороться»? (Это указание на слабину организма в этом месте. Голод поможет Вам избавиться от этого.)

35. Практический опыт излечения вирусного гепатита «В». «Зовут меня Светлана, мне 27 лет, Весы. С детства росла слабой, худенькой и какой-то больной девочкой. Переболела всеми детскими болезнями, плюс ко всему меня периодически тошнило и была рвота и слизь, вместе с желчью, постоянное отсутствие аппетита. (Когда с Вами такое состояние, то голод и урине - лучшее средство.)

В декабре 1986 года переболела вирусным гепатитом «В» в тяжелой форме, была на таблетированном преднизолоне, общая дозировка составила 998 мг. Выписали весом 65 кг, при росте 157 см (поступила в больницу 45 кг). Постепенно все вроде бы нормализовалось, как мне тогда казалось. В 1989 году пережила сильное потрясение - тяжелая и мучительная смерть мамы (рак желудка в возрасте 54 года). После всего этого отлежала в больнице с диагнозом: эррозивный гастродуоденит, приняла кучу лекарств. Последующие годы периодически были недомогание, слабость, тошнота, рвота (особенно по утрам). (Увы, мы сами себя разрушаем своим неадекватным поведением и эмоциями.)

С 1991 года начался сплошной кошмар. Постоянная тошнота и рвота, упорное отсутствие аппетита. Параллельно с тошнотой присоединялся обязательно и понос, который становился все чаще и чаще. Масса тела на тот момент была 55-58 кг. Постоянно проводились курсы медикаментозной терапии (ферменты, витамины, адсорбенты и т. д.). А с января 1995 года случилась со мной еще одна вещь - поносы профузные со слизью и прожилками крови. Я резко стала худеть. Постоянно тошнило, полное отвращение к пищи. Я очень испугалась, в голове была одна мысль, что в желудочно-кишечном тракте что-то «растет», хотя верить в это самой и не хотелось. (Так жизнь самотеком в «цивилизованном» обществе делает человека больным.)

Целый год меня гоняли по больницам и не могли поставить диагноз, куча лекарств, а эффекта никакого. Я подсознательно понимала, что ответ нужно искать где-то в нетрадиционной медицине, только там я могу найти что-то полезное. К тому времени мне поставили диагноз: язвенный колит, левостороннее поражение. И вот в марте 1996 года я купила ваши 4 тома и начала лечиться. Провела курс уриновых клизм по Уокеру, затем с мочегоном. Мочегон держать и до сих пор очень трудно, сильнейшие боли в кишечнике, холодный пот.

После уриновых клизм начали отходить белые длинные жгуты слизи, а после мочегона - сплошные слизи, порой кал был полностью ими опутан. После 3 клизмы с мочегоном произошло нечто: ночью с болями в животе меня слабило несколько часов, из меня лилось что-то черное, жирное, как деготь. И после всего этого никакой боли я не ощущала. Это сейчас я поняла, что это, скорее всего, очистилась самопроизвольно печень. (Вот она патология, которая растет внутри нас от самотечной жизни. Вот тот крайний случай, когда человек погибает от собственного невежества, от бессилия общества ему помочь. Ибо оно привило ему такую установку на жизнь, взгляды на здоровье.)

Несмотря ни на что я продолжала очищаться. Начала пить среднюю порцию утренней мочи. Почистила печень, но эффект был очень слабый, только на следующий день под вечер был стул, выходили камешки билирубиновые, но очень мало. Провела 4 чистки печени, последняя совсем не получилась. Проводила их в нужное время, как вы пишите, только масло наверное ушло на смягчение организма. (Даю дельный совет. Когда чистка с маслом и лимонным соком не получается, то очищайтесь с помощью бани и питья яблочно-свекольной смеси. Хорошо очищает печень голод на урине. Примерно через неделю голода начинает самопроизвольно выходить черная, вонючая желчь. Она напоминает собой мазут.)

Сейчас мой вес 49-50. Я считаю, что я «Ветер». На сегодняшний день у меня такие перемены: прошли боли и вздутия кишечника, нет болей в желудке, меньше слизи в кале (но кровь иногда бывает), количество раз стула уменьшилось до 1-2 раз. Сейчас питаюсь раздельно, исключила все дрожжевое. По утрам ем пшеницу 1-2 ст. ложки. Вместо хлеба ем лепешки (минеральная вода + мука). Иногда проводила голодания в дни Экадаши.

Геннадий Петрович, посоветуйте, как мне

быть дальше, как вылечить язвенный колит? (Голодом на урине, в теплое время года. Если нужно, то сделайте серию голоданий с апреля по сентябрь. Срок голода по 14 - 21 день.) Как часто делать клизмы и какие все же лучше? (То, что могли клизмы с уриной, они уже сделали. В качестве профилактики делайте их раз в неделю.) Как правильно чередовать мочегон с молочно-масляными клизмами? (Молочно-масляные клизмы надо делать тогда, когда кал по форме напоминает орешки, боли в пояснице. Как только все нормализовалось их перестают делать. Клизмы с мочегоном применяют на первом этапе оздоровления для быстрого очищения толстого кишечника, налаживания в нем нормальной работы. После применять раз в неделю, для профилактики.)

Еще у меня было 3 выкидыша. От первого мужа был выкидыш и от второго уже два. По анализам у меня гормональная недостаточность. Мы с мужем очень хотим ребенка, но никак не происходит нормальное вынашивание. (После того, как Вы пройдете фракционный голод на урине, у Вас нормализуется и гормональная функция. Зима, одно из лучших времен года для зачатия. У Вас все получиться. Дополнительно почистите полевую форму жизни, и не в коем случае не волнуйтесь - научитесь владеть своими чувствами.)

По специальности я медсестра, но в медицине на сегодняшний день я полностью разочаровалась. (Увы, медицина не работает с жизненной силой человека, с первопричинами болезней. В этом ее слабость. Изучайте давно забытую медицину, основы которой даны в книгах «Основы здоровья».) Зато, беря в руки вашу очередную книгу, я чувствую бодрость, подъем сил и энергии. Все, что вы пишите - это действительно настоящая правда. С уважением Светлана, Екатеринбург».

Как видите, Светлану перестал беспокоить вирусный гепатит «В». Голод на урине поможет ей достичь желаемых высот в здоровье.

Вопрос. «Занимаюсь уринотерапией, но зашла в тупик, нужен ваш совет. С хронической пневмонией помог справиться П. К. Иванов, читала о нем в журналах. До этого я бегала и делала зарядку, но это не помогало. Обливание холодной водой и хождение кратковременное по снегу босиком дали результаты.

Сейчас замучил геморрой, начала его ощущать еще с 1968 года после родов, но были периоды обострения и угасания. Начала пить урину по утрам, каждую неделю голодала по 20-36 часов или 48 часов. Голод переносила нормально. Обострение геморроя после бега усиливается, но я продолжала бегать. Голодала по три дня на урине. Сначала геморрой после таких голоданий проходил. Но весной этого года опять сильнейшее обострение. Я сделала чистку печени используя ваши рекомендации. Но поноса не было и большого выходя дряни тоже. Продолжала делать клизмы, после дефекаций было хорошо, но через 2 часа уже на работе начиналось жжение и я не знала что мне делать. Сначала помогали тампоны с уриной, а потом перестали помогать.

В 1995 году вставляли трубку во время воспаления - адская боль. Смогли вставить только на 10 см, а дальше не дал кал. Сказали, что трещина и узлы. Я недавно голодала 4 дня на урине, но геморрой не проходил. Я сильно похудела и уже начала бояться и бега и уриновых клизм и больших сроков голодания.

Геннадий Петрович, очень вас прошу мне помочь. Я просто не знаю, что у же делать, может я неправильно начала лечение»?

Ответ. Все, что Вы делаете в оздоровительном плане влияет на перевозбуждение «Ветра». Один из симптомов его перевозбуждения - это геморрой. Что я Вам посоветую. Во-первых, очистить полевую форму жизни. Во-вторых, походить в баню и попариться, либо прогреваться в ванной. После этого смазывать тело оливковым маслом. Отставить на время все закаливающие процедуры, холодную и грубую пищу. Кушать теплые и мягкие продукты. На ночь не есть.

После указанного, приступить к голоду не менее 10-14 суток. Правильно восстановиться и повторить раза 2-3 с интервалами в 2-3 месяца. Голодать лучше на урине.

36. Практика лечения ревматоидного артрита. «Два года назад ваши книги появились у нас дома и стали дороже всех сокровищ. Примите большую благодарность за ваш труд.

Зовут меня Татьяна Щербина, мне 39 лет. Замужем, трое детей. С 1986 года девять лет моей

жизни ушли на болезнь - ревматоидный артрит. Три года назад, после рождения моего маленького сына, стало плохо совсем.

Вся наша семья и семья моего брата читают ваши книги и применяют прекрасные знания. Я прошла много кризисов: выделение слизи, покраснение рук, усиленное мочеотделение, высыпания на коже живота. Но самый трудный кризис длился четыре месяца: болели все суставы, особенно левый коленный. Понемногу голодала, делала компрессы и ждала. Улучшение произошло заметно, особенно после Великого Поста и затем после трех дней голодания на Петров Пост. Считаю, что вернулась к жизни. После недели клизм с уриной, ушли боли из позвоночника, через месяц - рассосалась шишка на коленном суставе, сейчас есть подвижность в суставах. Хожу, немного бегаю, приседаю. Для меня - это, все равно, что заново родиться. (Надо браться за свое здоровье самому. И не важно, что у Вас болит. Первым делом, очистите организм. А далее, голодом, движениями, правильным питанием стимулируйте жизненную силу на восстановление и укрепление. У Вас все получиться, ведь Вы работаете с самой Жизнью.)

Решила вам написать, чтобы поделиться, что в небольшом украинском селе живут люди, благодарные вам. С уважением Щербины».

37. Вопрос. «Уважаемый Г. П. Малахов. Мне ваши рекомендации помогли избавиться не только от застарелой аденомы но и других внутренних заболеваний, причем не прибегая ни к хирургическому, ни к лекарственному лечению. (Видите, как прекрасно работает методика естественного оздоровления организма.)

Однако меня интересует один очень важный вопрос. В вашей книге написано, что катаракту можно вылечить уриной, закапывая ее в нос по 5-20 капель. В брошюре, выпущенной МНТК «Микрохирургия глаза» говорится: «не верьте, что лекарства, специальные очки, диета или упражнения помогут вам избавиться от катаракты». Как это можно опровергнуть?

Малой спринцовкой я заливал мочу три раза в день и два раза ночью, кроме того по 2 капли я закапывал еще и в глаза, а на ночь накладывал ватный компресс, меняя ее дважды за ночь. В результате произошли ожоги век и глазной кожи. Зрение не улучшалось, а ухудшалось и наконец я ослеп на один глаз, видимость в другом 10 %. (Ошибка заключается в том, что не надо было так долго держать ватные компрессы на глазах.) Мне не хотелось хирургического вмешательства, но увы на одном глазу пришлось хрусталик заменить. Хотелось бы избежать операции на другом глазу, но как его вылечить уриной? (Надо применять голодание от 14 до 21 дня и более, фракционным методом. Именно оно создаст условия рассасывания всего чужеродного, в том числе и катаракты. Урину закапывать по 2 капли три-четыре раза в день.) Какой именно мочой, поскольку и когда закапывать в нос и глаза? (Урина должна быть свежей, желательно новорожденного или грудного ребенка.) Нужен ли во время лечения какой-либо отдых, перерыв и на сколько? (Интенсификация лечения катаракты происходит в дни голода и одну-две недели после него. В это время надо закапывать урину в глаза. Далее, до следующего голода можно сделать перерыв, но придерживаться правильного питания.) В зависимости от возраста и запущенности болезни через какое время наступит выздоровление? (Некоторое улучшение, указывающее, что зрение восстанавливается должно наступить после первого голода в 14-21 день не зависимо от возраста. Еще 3-4 таких голода должны существенно, если не полностью вернуть зрение.) Возможно ли лечение в комплексе с другими препаратами? (Дополнительно советую очистить полевую форму жизни и область головы от слизи. Методика дана во 2 томе «Основ здоровья». Соблюдать правильное питание, которое бы доставляло бы глазам все необходимое.) Возможна ли во время лечения 9-дневная голодовка на урине? (Что касается голода, то о нем уже сказано, сколько надо голодать.) Если у вас есть брошюра или книга, где есть ответы на эти вопросы».

38. Вопрос. «Меня постигла беда. Я инвалид второй группы с января 1996 года, мне 47 лет. Терял сознание - лечил эпилепсию. Также развился порок сердца, мерцание предсердий - лечился у ревматолога. Ходил в очках - миопия, небольшая катаракта. С октября 1996 года я бросил курить, употреблять соль и сахар (по Брэггу), голодал 1 раз в неделю и по 3 дня несколько раз.

И вот 22 июня 1997 года левый глаз перестал видеть - катаракта созрела. Я принял решение начать лечебное голодание под наблюдением врача -гастроэнтеролога Зайцева О. В. - амбулаторно. У меня получилось 12 дней на дистиллированной воде. Стало болеть за грудиной, я испугался и вышел из голодания на соках. Теперь глазом различаю очень смутно предметы. (Боль за грудиной указывает на целебное воздействие голода на очаг болезни в области сердца. Скорее всего началось выправление энергетики, которая ранее была искажена и вызвала порок сердца и т. п. Надо было перетерпеть это, - голод только начал свою целительную работу. Но все же этого голода оказалось достаточно, чтобы катаракта начала рассасываться. Теперь надо по фракционному методу повторить голод, как описано в предыдущем вопросе.)

Восстановится ли у меня зрение? (Катаракта - чужеродная ткань, которая обязательно рассосется если сроки голода будут большие. Все зависит от ваше воли и настойчивости.) В вашем авторском учебнике «Голодание» от 1996 года об этом сказано как-то вскользь, очень мало. Может быть у вас есть какая-то новая, подробная информация по катаракте? Врач-окулист предлагает хрусталик оперативно удалить. Я не знаю, что мне делать. Близорукостью я страдал с детства, делали операцию по уменьшению близорукости (кератотомия). (У этого человека катаракты не было бы вообще, если бы не постаралась медицина со своей операцией по устранению близорукости. Целостность глазной склеры была нарушена, что и явилось причиной для роста катаракты. Поймите такую вещь, не вмешивайтесь в организм. Ведь за сиюминутную выгоду придется расплачиваться гораздо большим в дальнейшем. Устранили близорукость, получили катаракту с еще большими проблемами.) До свидания. Жду ответа».

Вопрос. «Уважаемый Геннадий Петрович. Я давно практикую голодание, но не более пяти дней. Причина - при выходе даже из однодневного голодания начинаются сильные судороги рук и ног, в основном стопы и ладони. У меня удален желчный пузырь. Ни в одной книге по голоданию об этом ничего не сказано. Помогите мне, что мне делать?

И еще обо мне. По книге серии «Физкультура и спорт» я определила, что у меня, матери, и моей дочки (кажется зачатки) целлюлит. Очень хочу пробовать голодать, но меня останавливает вот какой момент, как голод влияет на женскую грудь, на ее упругость?».

Ответ. Судороги - поделайте медово-вакуумный массаж. В тканях слишком много шлаков от которых мыщцы после сокращения не могут расслабиться и возникает судорога (*спазм*).

Голод обновляет ткани организма. Кожа делается чище, подтянутей, сухожилия более гибкими, эластичными, фигура более четкой, молодой. С грудью все будет в порядке.

Грудь обвисает тогда, когда теряется тонус в организме, возникает чрезмерная сухость.

Вопрос. «Я нахожусь в затруднительном положении, поэтому решила написать вам и посоветоваться. Мне 22 года, врожденный порок сердца, межжелудочковой перегородки с высокой легочной гипертензией, переболела желтухой в детстве.

По поводу порока сказали, что не операбельна, а ведь время идет и здоровье ухудшается. В 1996 году я познакомилась с человеком, который обещал меня вылечить и рассказал о лечении голодом, я в это поверила и решила попробовать. Тогда у меня не было ваших книг и я про них ничего не знала и начала голодать по указанию этого целителя, как он себя назвал.

До встречи с этим человеком у меня на работе случился приступ, все началось с того, что я почувствовала слабость в ногах, потом постепенно стала слабеть и появилась нервная дрожь, сердце забилось вхолостую, думала, что выпрыгнет или того хуже - остановится. Стало накатывать предобморочное состояние, но в обморок я не упала. Стала задыхаться, тяжесть в солнечном сплетении не проходила. Напилась лекарств, но они мне мало помогли. Все это само прошло, но через несколько минут началось снова. Врачи ничего не сказали, так как сами не поняли почему так случилось, предложили лечь в больницу, но я отказалась.

После этого приступа появилось нервное возбужденное состояние, очень сильное напряжение, дышать полной грудью не могла. Приступ повторялся четыре раза в течение года. Ночью не могла спать, не давало нервное напряжение, вздрагивала от любого звука. В ушах

был невыносимый шум.

В Великий Пост в 1996 году начала голодать. Голодала 25 дней, делала клизмы из урины. Каждый день массаж, три раза в день. Компрессы на ступни ног и на грудь. Пила только воду и утреннюю мочу. Выходило много слизи, черноты и вообще много грязи. Первые шесть дней было очень тяжело, сильная слабость и упадок сил, потом вроде бы получше, но сил все равно не было. Сердце не болело совсем и лекарства пить не приходилось. (Это благодаря тому, что применялась урина) Но нервное состояние не проходило. На 25 день резко ухудшилось самочувствие, стала бледная и еле говорила, встать была не в состоянии. (Вы дошли до «корня» болезни, который через такой кризис стал выходить. Надо было бы потерпеть еще 1-2 дня. Если не наступило бы улучшение, то надо было бы выходить. Это ошибка большинства людей - пасуют перед заключительной трудностью.) Сказал - выходите из голодовки и я вышла. После голодовки сердце не болело, я чувствовала себя лучше. Но нервное, напряженное состояние не прошло. И снова стало болеть сердце. Из-за этого состояния я очень много стала принимать корвалола. Спала плохо. (Надо было применить фракционный голод. Поголодать еще несколько раз.)

В 1997 году я купила все ваши книги и начала голодать. Но смогла проголодать всего 10 дней, потому что все время болело сердце. Даже приходилось пить лекарства. Вышла из голодания, стала питаться раздельно. Рыбу, мясо, масло, хлеб, молочные продукты, кондитерские изделия не ела совсем. Появился страх, не могла оставаться одна. Сейчас я полностью завишу от своих родных. Было три нервных срыва. Стала плаксивая. (Произошло перевозбуждение жизненного принципа «Ветра». Надо использовать все средства, которые его угнетают - питание в теплом виде, теплые ванны, втирание в кожу оливкового масла.)

Мне очень нужно знать ваше мнение».

Вопрос. «Я погибаю и это после целого года жизни по вашей методике. (Вы должны жить не по моей, а по своей индивидуальной системе самооздоровления организма, которая основана на общечеловеческих рекомендациях, описанных мной. А Вы этого еще не сделали.) Я понимаю, что это единственный выход избавиться от моей болячки. Но каждый раз, когда выхожу из голода, где-то я делаю ошибку и болячки через время возвращаются.

Коротко о себе. Мне 47 лет, родилась 18 мая 1950 года, рост 175, вес 55, а был 85. Заболела в 1993 году гнойным бронхитом, с астматическими компонентами, лечили традиционно. Но результат - инвалид второй группы, аллергическая астма с обильным выделением мокроты, до одного литра в сутки. Вот пишу вам письмо и все время идет слизь уже майонезная банка. Занимаюсь по Бутейко. Задержка дыхания до 1 минуты. Я постоянно теряю вес и у меня дистрофия, а поправится я не могу, так как голодаю по одному дню каждую неделю, только это мне приносит облегчение и пью урину, но слизь продолжает идти и так уже четыре года. (В данном случае, для Вас подходит более длительный голод - 14 -21 день. Однодневные голодовки мало эффективны и ничего не могут поделать с вашей болезнью. Надо дать жизненной силе поработать над организмом, а вы этого не делаете. Когда ведете нормальный образ жизни потребляйте поменьше слизеобразующих продуктов, давайте физическую нагрузку до пота.)

Купила ваш пятитомник, все время перечитываю. Первый раз голодала в Петров Пост, в 1996 году, затем за год проголодала три раза по 10 дней, два раза по 7 дней и два раза по три дня. А теперь согласно лунному календарю три-четыре раза в месяц по одному дню. Чистила кишечник и пять раз печень, выходило много грязи. Голод переносила нормально. Но теперь больше трех дней не могу, болит сердце. Голодаю в тепле, теплые ванны. На грудь все время на два часа укутывание из мочегона, массаж из мочегона, втирание оливкового масла, клизмы с перцем, чтобы убить слизь, все нормально, слизь прекращается. Но как только выхожу из голода, слизь с каждым днем увеличивается. Выходила по разному: на соках, на сыворотке, на тушеных овощах и сухофруктах, ела хлеб из проросшей пшеницы, но все гонит слизь. Пыталась ее уменьшить применением полыни - наступает удушье. У меня конституция Ветра, с перевозбуждением принципа Слизи. Уже год каждый день по 100 грамм три раза принимаю урину, иногда мочегон, делаю укутывания из мочегона на шерсти - сразу выходит море сли-

зи, думаю все. А через несколько часов опять накапливается слизь.

Измучилась ходить с носовыми платками и баночками и так уже четвертый год, я уже не говорю об эстетике. Как можно меньше общаюсь с людьми, так как не каждый может перенести постоянно отхаркивающего человека. Осталась одна с дочерью и сыном, муж не смог это перенести - ушел. Я умоляю помогите, одной мне не справиться. Моей девочке только 14 лет, я ради нее сделаю все. Я стараюсь меньше пить жидкости. Пью только протиевую воду, на ней и готовлю и упаренные каши. Пробовала проросшую пшеницу, пивные дрожжи, рыбий жир, чай на травах - все гонит слизь. Что делать? Силы меня покидают. И так жалко. Столько трудов. Помогите, умоляю». (Увы, указанных сроков голода не достаточно для «выкорчевывания» корня болезни. Нужен фракционный метод. Сроки голода за 14 дней. Обязателен двигательный режим. Если это задействовать, то толк будет.)

Вопрос. «Я живу на крайнем Севере. На новый год ездила к друзьям в Томск и купила вашу книгу - «Учебник по голоданию». Прочитав решила голодать. Давно болею псориазом. Знаете как - вроде и ничего не болит, но пройтись летом в сарафане мне никогда не удавалось.

Мне 28 лет, но я не могу иметь ребенка из-за этой болезни. Не хочу чтобы мои дети болели и мучались этой проказой, так хочется вылечиться. За свою жизнь перепробовала все, вот и голодать попробовала. Голодала 26 дней. Было очень трудно. Почти все время был постельный режим, не было сил ходить, все время задыхалась, шумело в ушах, темнело в глазах. Но по вашей книге одного раза мало. Я бы хотела больше узнать о голоде. Самое интересное, что это единственный способ, которому я верю. Правда я не могу пить урину, глотаю, а она с меня рвотой выходит. Посоветуйте, что мне с этим делать»?

Ответ. Почистите полевую форму жизни и поголодайте столько же еще раза два и псориаза больше не будет. А урину можно и не пить. Делайте компрессы, втирания в кожу.

Вопрос. «Вот уже год, как мы изучаем ваш пятитомный труд о оздоровлении и совершенствовании человеческого организма. В процессе ознакомления у нас возникли вопросы, поэтому мы и решили написать.

Так, например, у одного из нас, Виктора, 22 года, была имплантирована отрицательная линза в один глаз. А в учебнике по голоданию вы пишите, что инородные тела в процессе голодания разрушаются. Вопрос - можно ли Виктору длительно голодать»?

Ответ. Нет. Организм на голоде стремиться избавиться от всего инородного. По этой причине нельзя голодать

39. Опыт голодания и вопросы. «Буквально на днях купила Вашу книгу «Учебник по голоданию» и с нетерпением прочитала ее от корочки до корочки. Как давно необходима была эта книга! В ней обобщен опыт лечения голоданием, даны практические рекомендации и приведены наиболее типичные ошибки в его проведении и еще, самое важное, показана роль голодания при излечении различных заболеваний. Прочитала Вашу книгу и захотелось мне самой рассказать, как я начала практиковать на себе голодание.

Мне 47 лет, а впервые я узнала о голодании, только купив книгу П. Брэгга «Чудо голодания» в 1991 г. Затем через год мне попалась книга Г. Шелтона. В журнале «Твое здоровье» я познакомилась со статьей Ю. Николаева, посвященной этому же вопросу. И вот, наконец-то, вышел настоящий учебник Малахова, который для меня станет постоянной настольной книгой. Спасибо Вам большое за нее!

Итак, мне 47 лет, рост 150 см, вес 67 кг. С 1989 г. страдаю мастопатией обеих грудных желез и миомой, остеохондрозом позвоночника, в 14 лет перенесла туберкулез. В 1994 г. встал вопрос об операции на правой молочной железе по поводу кистозной мастопатии. Я очень испугалась и отказалась от операции.

Основательно проштудировав книгу П. Брэгга и статью Ю. Николаева, я решила попробовать голодание. Без всякой предварительной подготовки села на 10-дневное голодание. Пила всю дневную мочу, втирала в кожу головы и в тело отстоянную урину, каждый день делала клизмы - и при этом работала. Я работаю музыкальным руководителем в детском саду.

Выходила из голодовки 10 дней точно по меню Ю. Николаева. Затем неделю ела, как

обычно, затем снова провела 10-дневное голодание. Это было в феврале, затем в августе и в декабре этого же года я провела такие же курсы голоданий с такой же методикой, только выпивала не всю мочу, а только утреннюю по 100-250 г.

В январе 1995 г. пошла на проверку к онкологу, очень надеялась, что у меня все же рассосалась мастопатия, но - ничуть не бывало! Врач решительно настаивал на операции и я согласилась. Меня через неделю оперировали по поводу кистозной мастопатии правой молочной железы. Вопрос: почему мне не помогло голодание? Может быть, я что-то делала неправильно? (Длительность голода была не достаточной.)

Несмотря на то, что я не добилась желаемого, я продолжала курсы голодания, причем всегда 10-дневные: 1995, 1996 гг. (по 3 раза за год). Чаще совмещала голодание с приемом утренней урины, потому что переношу так легче. И только всего 1 раз попробовала провести 15-дневное голодание, еле-еле выдержала, потому что у меня почему-то сильно болел желудок. (Вы только добрались до «корней» патологии. Это было кризисное обострение.)

После голодовок всегда чувствую себя обновленной, полной энергии, редко болею простудными заболеваниями, мне никогда не дают моих лет, всегда на 5-7 лет моложе.

Какие были рецидивы при проведении голодания? 1. После некоторых голодовок у меня прерывался менструальный цикл (на месяца три, потом восстанавливался). (Скорее всего эти голодания приходились на холодное время года и у Вас происходило перевозбуждение жизненного принципа «Ветер».) 2. Сильно болели суставы ног, мне хотелось свои ноги отстегнуть и выбросить, в последнее время ноги не болят. 3. Сильно болел желудок при проведении 15-дневной голодовки, а вообще-то я никогда на нее не жалуюсь.

За 3 года я настолько привыкла к голодовкам, что мой организм иногда, кажется, сам просит проведения очередной голодовки и даже радуется при этом. Страха я никакого ни разу не испытывала.

Прочитав Вашу книгу, я сама проанализировала допущенные мною ошибки. Вхожу в голодовку сразу без предварительной подготовки; при выходе из голодовки первые 3 дня пила концентрированные соки, потому что для изготовления свежих соков из фруктов либо не было самих фруктов в продаже, либо не было достаточных средств для их покупки. А о том, что можно соки заменять настоями из трав или шиповника, я не знала. (Очень хорошее качество - проанализировать свой оздоровительный путь и найти в нем погрешности. Так надо поступать всегда.)

После выхода из голодовки переходила на обычную пищу, т. е. смешанную с малым количеством растительной пищи. Теперь же, когда передо мной Ваш учебник, я буду полностью следовать ему. Прошло 3 года, в течение которых я регулярно провожу голодовки, но миома и мастопатия также со мной.

Нахожусь под наблюдением у онколога и гинеколога, раз в квартал хожу к ним проверяться. Когда однажды я им сказала, что провожу голодовки, то они оба хором возмутились и начале мне доказывать, что это огромный стресс для организма и к ничему хорошему это не приведет, а только может, наоборот, доброкачественные опухоли переродить в злокачественные при этих стрессах и вот в последнее время я стала вдруг испытывать страх, а вдруг это действительно может произойти? (Вот так невежественное общественное мнение может перечеркнуть положительную работу. Вам надо утвердиться в самой себе, в добытых практическим путем знаниях. Вы посмотрите, насколько я продвинулся этой книгой от своих прежних книг, утвердился в самом себе.)

Вопрос: 1. Могут ли при голодовке доброкачественые опухоли переродиться в злокачественные? (Нет, ибо голодание создает условия для их ликвидации.) 2. 30 лет тому назад я перенесла туберкулез, голодовка не может спровоцировать возвращение туберкулеза? (Нет, правильный и регулярный голод, наоборот, полностью освободят организм от него.)

40. Пример. «Испытав на себе возможные медицинские средства, а также травы, дойдя до морального и физического предела, пропало желание бороться за жизнь, да и вообще жить. Читала Брэгга «Чудо голодания», Шелтона - о раздельном питании, пробовала по методике Качука сосать масло. Результат - 0 (ноль). Сходила к экстрасенсам и пришло понимание, что

их помощь хорошо замаскированная, возможно, и от них самих, отрицательная энергетика, имеющая конечной целью поймать наши души. (Чтобы стать здоровым и не зависимым, человек должен научиться работать с собственной жизненной силой. В противном случае болезни и зависимость.)

Стала читать молитвы. Увидела сон: семь пустых тарелок, на 8-й горка мандаринов. В это же утро решила голодать, пила по желанию теплую кипяченую воду, среднюю часть утренней мочи, по вечерам делала клизмы и принимала теплую ванну. Голодание далось безболезненно. (Нам помогают за нашу искренность. Главное - понять эту помощь и последовать ей. Большое внимание обращайте на свои сны.)

На 4 день пропали все признаки бронхита, очистился нос, очень сильно болела левая грудь, в которой было уплотнение, физически было тяжело двигаться, на работу добираюсь на 3 автобусах, но решила продолжить до 7 дней, так как морально чувствовала подъем. Опять стала писать стихи, появилось желание помочь другим, улучшилось настроение, есть не хотелось. На 7 день полностью пропало уплотнение в груди. На 8 поела мандарины и вечером 2 картофелины, сваренные в мундире. Несколько дней вообще не хотелось мясного». (Очень важно выполнить то. что увидено во сне.)

41. Голод и уринотерапия против простуд и гриппа. «После первого курса уринотерапии в 1995 году (клизмы) у нас было улучшение. Часто болела ангиной, грипповала тоже часто. Все время на лекарствах. Общее состояние всегда слабое, перепады настроения. Обострение пиелонефрита за все эти годы не наблюдалось.

Пройденный курс лечения: в августе 1996 года начали обливаться водой по Иванову. С этого момента гриппповала она всего два раза. Лекарства не пили, только уриновое голодание и обливание каждые три часа. Быстро поправилась (за три дня). Раньше обязательно 7-10 дней болела, после долго не восстанавливалась и снова заболевала или ангиной или гриппом. Как стали обливаться - ангина появляется редко и быстро проходит сама». (голодание позволяет резко повышать защитные силы организма. Уринотерапия действует как гомеопатическое средство лечения нозодами. Холодные обливания стимулируют энергетику организма. Сочетание этих трех оздоровительных средств дает мощный целительный эффект.)

42. Опыт голодания. «Мне 39 лет, конституция Слизь-Желчь. Я прочитала ваши книги, стала голодать по 10 дней, обтиралась и делала массаж с уриной, но от этого улучшается физическое состояние, меньше беспокоит гастрит, пропал колит, снялись приступы астмы и аллергии.

Но меня больше беспокоит психика, у меня «невроз навязчивых состояний», беспокоят навязчивые мысли, страх. Я не могу расслабиться. Слушаю по два раза в день настрои Сытина, один раз в день провожу аутотренинг. Но увы, дело не продвигается. Может быть вы сможете посоветовать что-либо? (Попробуйте методику очищения полевой формы жизни. Если это полевой паразит, то применяйте регулярно молитвы. И наконец, сделайте анализ своим страхам, навязчивым мыслям. Откуда они приходят, где их источник, что служит причиной их возникновения? Как только Вы узнаете о них, то они перестанут иметь власть над Вами.)

Была куча различных болезней, от болезней желудочно-кишечного тракта до сердечно-сосудистых, плюс астма. Я согласилась бы, пусть останутся все эти болезни, но пройдет невроз. У психотерапевтов лечилась не раз, но толку нет».

(Голод прекрасно помог в восстановлении физиологии организма. Психику может восстановить более длительный голод - до 20-30 суток. Страхи отпадут сами собой, ибо человек голодающий такой срок, должен сильно измениться психически, избавиться от «умственного мусора». При необходимости голод повторить по фракционному методу.)

43. Урина и голод в борьбе с дифтерией. «Чувство благодарности меня заставило написать вам это письмо. Трудны не чистки и голодания, трудно сбалансировать эти процедуры со своим ритмом жизни. Здоровье важно, но кроме него есть вещи, которые требуют реализации, несмотря на самочувствие. Поэтому прочитав «Целительные силы» чувствовал, что чего-то не хватает, потом появилась книга о полевой форме - это было уже кое-что.

Полтора года или уже два живу по вашим книгам. Чистил толстый кишечник несколько раз. Лопнула геморроидальная шишка на третьей недели чистки уриной. Была небольшая воронка, из которой сочилась кровь, прикладывал облепиховое масло или урину. Потом в Москве была эпидемия дифтерии и мы заболели всей семьей. Мой ребенок от кого-то ее принес. Хорошо, что он был привитый. А мы с женой нет. Мы упарили урину до 1/4 и неустанно поласкали ею горло, а во внутрь принимали обычную. Супруга выздоровела через четыре дня, у меня было сложнее. На вторые сутки обложило все горло белизной, я засомневался (Знайте, сомнения - враг здоровья, враг любого дела. Когда человек к чему-то стремиться, то создается умственный настрой, который так действует на глубинные слои пространства), поэтому на 5 или 4 день я пришел к врачу. Меня положили на кровать, умершего передо мной почти ровесника. (Знаете в чем заключается порочность лечения в больницах? В них стоят одни и те же кровати, на которых лежат больные люди. Согласно информационно-энергетическому обмену, эти кровати «напитываются» патологической энергией болезни. В результате этого сама кровать является небольшой биопатогенной зоной, которая отрицательно воздействует на человека. А сама больница, огромным вместилищем патогенных энергий. Это сразу же чувствуется, в виде угнетения. Но самое страшное в том, что когда умирает человек на кровати, то она становиться своеобразным каналом через который идет отсос жизненной энергии в те пространственные сферы, куда попадают души умерших людей. В черной магии существует специальный прием, по которому на человека наводят порчу связывая его с умершим человеком.) На окнах решетки, везде кафель и постоянно хлорка. Короче, все «благоприятствовало» лечению этой болезни. По тому, как меня лечили, я понял, что это приближается конец. Я взбунтовался и после обеда на вторые сутки, как лег в больницу расписался и уехал на Волгу. Начал пить урину. Ел овощи, уху. Слабость и боли в почках увеличивались (Это был оздоровительный кризис, которого многие не выдерживали и бросали оздоровление. А этот человек молодец - он прошел через него.), но вот как раз именно в этот момент, когда я отлеживался часами, где-то внутри была радость от уверенности, что это к выздоровлению. Так оно и случилось. На лице, вокруг рта была сыпь воспаленной кожи - уриной все разгладилось и залечилось. К тому же свежий воздух на Волге сыграл свою роль. (Возле рек существует совершенно иная энергетика, которая благоприятствует оздоровлению человека. Очень важно выбрать энергетически насыщенное место для восстановления после болезни. Это один из секретов магии здоровья.)

Два раза чистил печень. Совсем перестал уставать. После нескольких голоданий появилась упругость в суставах. К тому же похудел, пропал живот. (После тяжелой болезни организм расслаблен - потрачено много жизненной силы. Для ее восстановления лучше всего подходит голод не более недели.)

Вы великий человек и делаете великое дело. Не понимать этого, значит быть слепым. Доброго здоровья вам».

Важное разъяснение. Я упоминал в своих книгах о полевых паразитах, криттерах (тварях), нечистой силе и т. п. Все эти термины говорят об одном - особых энергетических сущностях, которые живут за счет жизненной энергетики человеческого организма. Об этом рассказывалось и в «Библии», когда Иисус Христос изгонял бесов из человека, а они вселились в стадо свиней.

Полевой паразит, как и материальный (глисты и прочие), незаметно попадает в организм человека и живет за счет его жизненных ресурсов. Человек этого может и не замечать до тех пор, пока какими-то действиями его не потревожит. Вот тогда полевой паразит, а некоторые из них высоко разумные существа, проявляет себя во всей «красе». И избавиться от него самостоятельно возможно голодом и молитвой. Имеются и другие народные, колдовские и прочие средства.

Итак, разберем ниже следующие примеры.

Пример. «В прошлом году купила все пять томов «Целительных сил». 12 дней ела салаты из свежей капусты, моркови, свеклы, утром и вечером делала клизмы со свежей уриной. Начала кружиться голова. Клизмы делала практически с чистой мочой без воды. Дальше все пошло по нарастающей, в сторону ухудшения

самочувствия. Начались сердечные перебои, которые у меня уже давно, но не сравнить с тем, что было. Шла какая-то волна от сердца в голову или наоборот и начинало в горле душить, какие-то спазмы. Поднимался комок к горлу и душил до пены, итак без конца. Еле ходила, стала холодной, как лягушка. Потом почувствовала, что кровь в голове вообще не движется, наверное, из-за сердца, раз оно не работает нормально. Впала в какое-то коматозное состояние. Не знаю, как я это пережила. Растиралась свежей уриной, но силы таяли. Где-то на 12-15 день все прекратила. Пошла в поликлинику, они не знают, что со мной, прописали «белатоминал». Постепенно все прекратилось. (Резкий переход на свеже растительное питание, клизмы привели к перевозбуждению «Ветра». Все описанное, относиться к перевозбуждению этого жизненного принципа. Оздоровление было начато неправильно.)

Через неделю после этого чистила печень с 300 граммами оливкового масла и лимонного сока, с горячей грелкой. Правый бок болел невыносимо, до четырех часов утра меня просто мутило, но не рвало, когда закрывала глаза, то как будто летала вместе с диваном. В 4 утра вырвало меня маслом и соком. С пяти до семи утра меня несло, потом вышла зеленая бархатистая пленка, как в лужах, после этого стало полегче.

С июля того года промыла кишечник 3 раза, делала 2 раза клизмы с упаренной уриной, пила свежую мочу. Похудела я резко на 13 кг, была 73, стала 60 кг. Потом на три килограмма поправилась. Стараюсь поддерживать раздельное питание, воду пью за 1-2 часа до еды или после. Всю зиму занималась на улице зарядкой, пробовала бегать, но мне нехорошо после бега.

Прошло месяца два и вдруг однажды мне приснился ужасный сон. В том сне какая-то сущность, без лица, мне сказала: «Я тебя, сука, все равно уничтожу, но не сам, а выпущу на тебя сама знаешь кого». И я не вижу, но понимаю, что это соседка по лестничной клетке. Этот же голос мне говорил: «Ты сейчас умрешь от разрыва сердца, немедленно, сейчас». Проснулась в ужасе, волосы на голове встали дыбом, сердце билось бешено. И после этой ночи нашла на меня депрессия, тоска в сердце. Села на таблетки реланиума, пью конечно, когда нет сил с тоской бороться. У меня итак сердце больное (недостаточность митрального клапана, ревмокардиосклероз) и еще появилась брадикардия, 56 ударов в минуту, никогда такого не было. Стала какая-то замедленная, какое-то коматозное состояние. И вот врачи мне говорят, что мне нужен невропатолог. (Здоровый образ жизни разбудит полевого паразита, обозначил привязку, через которую уходит жизненная энергия. Встречаются и такие проблемы. Бороться с ними можно самостоятельно голодом и молитвами. По это причине и самооздоровление идет весьма слабо.)

О себе. Меня зовут Роза, мне 41 год. Мучилась запорами, сейчас стало лучше, но живот все же очень болезненен, синдром раздраженной толстой кишки, сильные боли на уровне пупка слева и с правой стороны, сильные боли в заднем проходе, отдающие в мягкие ткани. Гипертоник II степени, хронический гастрит, панкреатит, миома, фиброма, киста, в ушах при повороте головы или наклоне шум, в глазах уже много лет сетка из мелких воздушных точек, голова кружится, болят сосуды головы, зрение падает, ноги крутит, все мышцы болят и еще много болячек всяких. (Когда идет забор энергии, то организм из-за ее нехватки быстро сдает и полностью разлаживается. Что и наблюдается в данном случае.)

Геннадий Петрович, помогите, что мне делать, как выйти из этого состояния. Знакомые говорят, что возможно ко мне подключены какие-то силы зла. Но я не занимаюсь ничем таким. Жду вашего совета».

Опыт автора в изгнании полевых паразитов с помощью голода и уринотерапии. Сейчас много составителей, которые пишут книги по оздоровлению организма, сами ничего не опробовав на себе. От этого они не могут прочувствовать «изнутри» некоторые особенности оздоровительных процедур, они их просто не знают. В свою очередь, я как автор, стараюсь не только дать теоретическое описание, но и передать Вам особенности своего опыта, секреты, особенности и многое другое, что открывается регулярной практикой. Например, в 1998 году я уже поголодал 21 сутки, 10 и 5. Вот ниже следующее описание моих двух голоданий. Я надеюсь, что Вы возьмете из него много полезного для себя.

Настал Великий пост 1994 года. И во мне зазвучал голос, тихий, тихий голос: ”Повтори всё сначала. Воплоти только всё то, что знаешь. Повтори всё сначала“. И я повторил, во всем правилам голод: клизмы, питьё , смягчение и ЕЖЕДНЕВНЫЙ ТРЕХ РАЗОВЫЙ МАССАЖ С УПАРЕННОЙ УРИНОЙ ВСЕГО ТЕЛА. Голод длился всего восемь суток. Я таял на глазах, мое тело сжималось день от дня, хотя я полностью выпивал дневную урину и по опыту предыдущих простых и уриновых голоданий знаю, что так не должно быть. После каждого массажа (просто 5 - 7 минутного растирания) всего тела я чувствовал приток сил. (Надо было втирать мочегон в кожу по 15-30 минут.) Но было тяжело, очень тяжело и я решил дотянуть до новолуния, с тем, чтобы войти в лунный цикл. На пятые и последующие сутки самопроизвольно стала отходить мазутообразная патология, даже температура тела немного поднялась, чувство голода почти постоянно присутствовало. Патология боролась вовсю. Особенно плохо было во второй половине дня и ночью. Бессонница угнетала больше всего. Я не мог найти внутри себя отдых, постоянное напряжение.

Массаж с мочегоном, особенно области сердца, способствовал резкому приливу сил и я держался. Тело стало липким от упаренной урины, - я ее не смывал. Ночью ладони покрывались сильным выпотом, то же происходило и с мошонкой. Обычно эти места во время голода сухие. Кожа, конечно была в прекрасном состоянии, гладкая, бархатистая на загляденье. Эрекция члена наблюдалась каждую ночь голода, - сила была и она боролась и с патологией - глубинной патологией.

Первый и наиболее важный эффект после голода я почувствовал тогда, когда сходил в туалет - кал был мягок и колбасообразен, он теперь не раздражал ануса и указывал на то, что тело из обезвоженного состояния пришло в норму - СТАЛО ДЕРЖАТЬ ВОДУ! (У многих на выходе из голода из-за сухости, каловые массы ранят анус и вызывают неприятное, долго не заживающее раздражение в этом месте. Оказывается, против этого можно успешно бороться втираниями в кожу упаренной урины. Идет минеральная подкормка организма за счет чего он лучше держит воду и не сохнет на голоде. Массажи надо делать в течении 1-2 недель и после голода.) Этого не было не в одно из предыдущих голоданий и прочих оздоровительных процедур. Мои коллоиды стали другими, я начал входить в юность! С каждым днем восстановления сила прибывала ведрами, вагонами! Так подтвердилась на практике теоретическое положение, что урина через кожу действует лучше, чем через рот. Сколько я ее перепил! А толку мало. Теперь я стараюсь регулярно делать одно - двух разовый массаж всего тела с упаренной уриной и после высыхания смываю теплой водой, втирая за раз 50-100 грамм.

Из собственного опыта я понял как и когда мне лучше проводить голодание. Опыт подсказал правоту древних рекомендаций и я стал ей следовать. Например, одна из рекомендаций такова - человеческий организм наиболее силен зимой, а следовательно и голод в это время переноситься лучше.

И вот я начинаю очередное голодание на Рождественский пост в 1994 году, сразу после полнолунья 3 ноября.

Для того, чтобы избежать промахов предыдущих голоданий, я нанял массажиста. который мне ежедневно делал полутора - двухчасовой массаж (втирание) с мочегоном. Вот дневник этого голода.

1 день. Приступил к голоду. Сделал клизму с 100 граммами мочегона. Массаж.

2 день. Самочувствие нормальное, то же делал, что и вчера.

3 день. Делал клизму, ходил в баню. Вечером бегал 30 минут с ускорениями. Самочувствие нормальное, хотя голод (желание есть) прочувствовал.

Вечером самопроизвольно отошла желтая жижа.

Учитывая прошлый опыт побольше пью горячей, омагниченной, протиевой воды.

Выполняю по 15 минут дважды в день методику очищения полевой формы жизни.

(Это дыхание весьма способствует энергитизации организма, что улучшает оздоровительный эффект.)

4 день. Сегодня я нормально выполнил программу. Самочувствие нормальное.

Ощущения. Во второй половине дня я почувствовал неприятную сухость с провой стороны гортани, немного в правом легком, а затем, как будто “волоски” в небе (неприятные)

уходящие в голову с правой стороны и еще отдачу в правое плечо. (Так ощущается патология в организме. Где она расположена и через что проходит.)

Заснул нормально. Снился Порфирий Иванов мумифицированный в склепе, а затем он в норме, но со свиными ушами торчком. Далее, уши стали еще больше и лицо несколько изменилось в неприятную сторону. (Во сне показана привязка и ее источник. Это не обязательно сам Иванов. Скорее всего это моя кармическая привязка идущая из пространств где обитают умершие души. Именно туда идет отток жизненной энергии. Знайте, что именно головой человек погружен в самые глубинные слои пространства. Во снах на голоде нам показывают наши ущербности. Советую внимательно, аналитически относиться к своим снам, особенно на голоде.)

5 день. Тружусь. Стал чувствовать "нечто" в правом легком и справа от гортани. Такое ощущение, как сухой стержень вставлен. Патология имеется.

6 день. Сегодня после уриновой клизмы (клизма с мочегоном) отошли полипы довольно-таки длинные. Продолжаю все делать.

Сегодня массажист ставил спину на место - трещала вовсю. Потихоньку ставиться на свое место. (Выправление спины, если имеются смещения позвонков, затруднено из-за сильной блокировки этих мест. Там возникает спазм мускулатуры, который держит позвонки в ненормальном состоянии, лишь бы не возникало болей. Когда человек голодает, то происходит самопроизвольное расслабление мускулов, связки становятся более эластичными, что и способствует лучшей постановке позвонков на свои места.)

Практикую дыхание "Счастья".

7 день. Сегодня массажист, вроде бы, выправил мне спину, но золотник еще не там.

Тружусь над IV томом - интересно и жизненно важно. (Важно во время голода занять себя чем-то интересным. Это отвлекает от самого голода, скрашивает и сокращает его.)

После 500 граммовой клизмы с упаренной уриной, вышло 200-250 грамм старой, серой желчи. После этого я почувствовал себя значительно лучше.

Выполнил дыхание "Счастья", получается лучше Ребефинга.

Ощущаю в правом легком и справа в гортани, отдающую в правое ухо патологию. Это возможно метастаза. Но ничего, поборемся с ней. Самочувствие нормальное.

8 день. Самочувствие нормальное, держусь. Работаю над IV томом.

9 день. Добрался и до этого дня.

Ходил сдавать экзамены на автолюбительские права - все нормально. Самочувствие поднялось. Работаю с "Дианетикой".

Вечером позанимался с тяжестями. Чувствую, что-то в правом подреберье отходит - побаливает. (Самые разнообразные ощущения на голоде указывают на то, что в этом месте сейчас идет целительная работа. Терпите, помогайте жизненной силе выкорчевывать болезнь. О сомнениях и их вредных последствиях, я уже писал.)

10 день. Просмотрел сонник Миллера, чтобы разобраться в своих предыдущих снах. (Важный совет о снах. Сны - это конкретная информация для Вас. Если Вы рассказываете кому-то свои сны, то они теряют свою силу.)

11 день. Массажист трет меня мочегоном. Два раза в день делаю ванны, клизмы с мочегоном по 200-300 грамм.

Самочувствие нормальное, но сил маловато. Сильно обложен язык. Из кишечника стало отходить много грязи в виде мути, "штыба" и каловых камней. (Так и должно быть, когда организм интенсивно очищается и оздоравливается. Вся энергия тратиться на это, а не на обслуживание других функций организма.)

Перед сном регулярно делаю дыхание "Счастья".

Работаю с Дианетикой - это по-настоящему умная книга, хоть и по-детски написана.

12 день. Сегодня приходила бабушка теща и рассказывала сны и видения обо мне.

1. Вначале я приснился ей больным, серым и надо мной кружили две фигуры в черном.

2. Во втором сне, она видела меня гораздо чистым, но все равно, вокруг меня вились серые точки.

3. Я был очень чистый, в чистейших одеждах: белые брюки, желтая рубашка. Но лица моего она не видела.

Видела всю мою семью, но между мной и всеми остальными членами семьи пролегала раз-

деляющая дорога.

Дочь Катя виделась ей также чистенькой. Я поманил дочь - переходи на мою сторону, я куплю тебе красивый бант. Но она не пошла. А я с другой стороны говорю: ”Все равно ты ко мне придешь и я одарю тебя”. (Некоторые люди настолько сильно связаны с Вами, что могут видеть Вас и ваше состояние во снах и видениях.)

13 день. Меньше стал чувствовать неприятных ощущений в области справа в гортани, а в правом легком ничего. (Так и должно быть - эти места оздоравливаются на голоде и перестают болеть.)

Во время массажа болело вокруг пупка и стало болеть, ломить под правой лопаткой. В центре языка вчера днем было жжение. (Это говорит о том, что целительная работа перешла на другие органы, началось их оздоровление. Знайте, жизненная сила «латает» в первую очередь наиболее больные места, а потом - менее больные и важные для организма.)

Сон. Приснился я сам себе сильный, красивый телом, ловкий с большими мускулами на руках. Что означает:

- увидеть во сне красивого, хорошо сложенного, ловкого мужчину - означает, что вы в полной мере будите наслаждаться жизнью и заработаете состояние;

- увидеть во сне, что ваши мускулы хорошо развиты, означает, что у вас будут необыкновенные схватки с врагами, в которых вы одержите победу, разрушив их злые замыслы, и добьетесь удачи; (Сны могут сбываться через несколько лет, а предупреждения об этом получаете сейчас. В настоящее время, 3 октября 1998 года, у меня будет суд с «Комплектом». Они обманывают меня и желают забрать мои книги.)

- если размеры ваших рук больше естественных - вас ждет скорое продвижение к своей самой светлой цели.

14 день. Массажист трет меня мочегоном исправно. Усиленно пью очень горячую, омагниченную воду, чтобы не сохнуть и два раза в день принимаю горячие ванны. Перед сном дополнительно выполняю дыхание “Счастья” около 20 минут.

Сегодня я стал оригинально делать клизмы: вместо душа, подсоединил шланг с наконечником от груши, и отрегулировав струю стал “закачивать” воду в толстый кишечник. Как только становилось больно от переполнения его теплой водой, вынимал наконечник и выпускал воду.

Результат. Вначале выходила вода с несколькими каловыми камушками, потом что-то стало выливаться в виде плесени и отходить желчь и мазутообразная масса.

Иногда бывало больно в некоторых местах толстого кишечника - там видно патология. Вышло немного крови (перед этим было очень больно), потом пошла маркая жижа из желчи. (Только началась качественно очищаться печень.)

Самочувствие нормальное.

Сон. Приснилась мне вся моя семья пошли на речку купаться. Все плаваем голыми, а мы с женой отплываем для ... Она плывет впереди, а я сзади. Ныряю в воду - она мутноватая, плыву под водой и ощущаю сопротивление в воде из-за того, что к моему животу прикреплен ребенок - девочка. Отталкиваюсь от дна ногой - нащупал в качестве опоры камень. Вышли на берег. Она идет впереди, я сзади и несу младенца. Проходят какие-то люди мимо. Жена поворачивается и осматривает младенца, который на глазах подрос и на груди имеет немного длинных черных волос и щипает за них. Девочка зашевелилась, прогнулась, открыла черненькие глазки, подняла головку с черными волосами. Жена говорит - “Какие у нее будут красивые волосы”. Я у нее спрашиваю - “Наверное она может сама идти”, и опускаю на землю. Девочка стоит, а затем делает несколько шагов и падает. Мы заботливо поддерживаем ее.

Затем, прибежал с ябедой на сестру сын, я его прогнал. Он вернулся и еще что-то сказал.

Семья - видеть во сне семью, дружную и счастливую, сулит вам здоровье и обеспеченность.

Плавать - если вы плаваете во сне и получаете удовольствие - значит вас скоро ожидает успех.

Младенец - увидеть новорожденного младенца - вас ждет в ближайшее время приятный сюрприз.

Видеть красивых детей - предвещает необычайное благо, счастье и процветание.

(В настоящее время, этот сон я склонен рассматривать как еще одну кармическую привязку, не отрицая и то, что изложено в соннике.

Увы, не все так просто и однозначно.)

15 день. Применил новый способ клизмения - промывку от душа. Вышло множество лохмотьев и пленок, в воде спекшаяся желчи мазутного цвета. (Когда желчь застаивается, она стареет, портиться и становиться похожей на мазут.) Вчера сделал одну такую процедуру, а сегодня две.

Потихоньку дело идет на лад: меньше стало мути выходить - в основном лохмотья; лучше самочувствие, оформились и порозовели ногти; цвет лица стал лучше, кожа чище. (Только после того, как организм в значительной мере разгрузиться от шлаков, улучшается внешний вид человека.)

16 день. Продолжаю трудиться над Дианетикой, а заодно прохожу ее практически. Кое что удается. Я понял на собственной практике, что действительно можно вспомнить всю свою жизнь.

Наконец-то, я закончил Дианетику и немного разочаровался в самом ее методе. Оказывается, для этого нужен человек-гид, который бы проводил тебя через "бессознательность". Сам человек этого сделать не в состоянии. Но я многое другое почерпнул из нее и перерабатываю свой четвертый том с учетом полученного материала.

Промыл толстый кишечник, отошло достаточное количество грязи - в основном спекшаяся желчь величиной с фасолину. Затем, стала отходить желчь. Много все-таки ее скапливается. Других шлаков почти не было, за исключением шмоточков отмершей ткани кишечника.

Самочувствие нормальное, завтра приступаю к пересмотру ранее написанных глав с учетом Дианетики, а сегодня проверю на ошибки, что написал.

17 день. Самочувствие для голода вполне нормальное. Массажист трет уриной, пью, но не всю за день, делаю большие промывания толстого кишечника. Выходит желчь и шмотки от разлагающейся ткани, кусочки застарелой желчи. Принимаю два раза в день ванны.

Продолжаю работать над IV томом.

Сон. Вижу старика и он мне показывает рыболовные снасти. Вижу играющих счастливых детей. Затем приходит жена и снимает свои драгоценности. Старик мне говорит - "спрячь их подальше".

Старики - предвещают хлопоты и заботы, лишат душевного равновесия;

рыболовная снасть - если вы берете рыболовные снасти, значит у вас есть все основания для того, чтобы сделать самому свою Судьбу;

видеть жену - означает незавершенные дела;

драгоценности - означает удовольствие и богатство;

серьги - знак того, что вас ожидают хорошие новости;

кольцо - рост вашего благосостояния и новые знакомства;

дети, играющие и красивые - предвещают необыкновенное благо, счастье и процветание;

держать в руках золото - необычайно преуспевать во всем;

видеть себя владельцем бриллиантов - очень благоприятный сон, предвещающий почести и признание ваших заслуг.

18 день. Почувствовал в правом легком тяжесть, тупую, ноющую боль. Зацепил-таки я патологию в легких. В гортани никаких неприятных ощущений нет. (Всему своя очередь. Кроме того, в организме должны создаться условия, которые способствуют искоренению той или иной болезни. А на это требуется время.)

При клизмении вышло множество размытых шмотков и желчи. Самочувствие нормальное, но расслаблен. Гулял по улице. При клизмами живот болит меньше, чем раньше. Спать лег поздно из-за того, что возникли неполадки при печати на принтер.

Сон 1. Гоняю у себя во дворе черного, матерого кота. Кидаю в него камнями, а он припал к земле и не уходит. Один из камней (магнит) угодил ему прямо в нос. Затем я его поймал, схватил за хвост и начал бить о землю и забор. Он слегка брыкался задними ногами. Затем я его выбросил.

Видеть во сне кошку - предвещает неудачу, если только вы не сможите убить ее или прогнать с глаз долой.

Если вам приснился магнит, - это означает, что дурное влияние собьет вас с пути истинного. А так как я его выбросил, - это означает, что я от него избавился. Вот таким образом я разделался с одной из своих старых проблем.

Сон 2. Вижу я следующее - текст для гадания и гадает молодая женщина. Вижу ее, далее на следующей картинке у нее начинают вылазить

глаза наружу, далее они потекли из глазниц; затем обезображиваются щеки - тоже потекли вниз, и так все лицо потекло. На следующей картинке лицо потихоньку переходит в какой-то иероглиф или санскритские буквы. Эти буквы золотом блестят на черном фоне. Затем они постепенно превращаются в злую рожу. На черном фоне возникает золотистая страшная рожа. Постепенно она вновь превращается в иероглифы и видение пропадает.

(Множество болезней, недомоганий вызывают у человека полевые паразиты. Когда их изгоняют, то во снах мы их видим в самых различных формах.)

19 день. Сон. Снились мне собаки. Затем, у меня появилось ружье и я захотел стрелять по ним. Но тут появилась милиция - два человека с большими собаками и отоб-рали у меня ружье. А их собаки стали подступать ко мне. Одна наступила мне лапой на пах, стало больно - я охнул, но схватил ее за горло. На этом все и кончилось.

Собаки - тощие и грязные собаки, грядущие болезни и неудачи. Но я понял, что они уходят от меня.

Собаки - злая собака, ждите неудач и коварных поступков ваших противников. Но я их прогнал и взял за горло.

Началось разложение и отход болезни в правом легком. Возникли неприятные ощущения и боли. Утром воздух в комнате был наполнен неприятным запахом. Идет очищение и через глаза. (Как видите, нежно время не только для того. чтобы в организме создались условия для ликвидации опухоли, но и время для того, чтобы ее вывести. Если этого не сделать, то лечение будет не полноценным и через некоторое время возвожен рецидив. В связи с этим важно следовать двум положениям: продолжать голод до выведения продуктов распада опухоли; повторить голод через некоторое время для профилактики и выведения остатков болезни.)

Утром кисти рук были влажными, было половое желание, - это хороший знак. Вообще самочувствие значительно лучше. (Как только какая-то патология исчезает это дает дополнительную жизненную силу организму. Ранее, эта сила тратилась на подавление болезни, а теперь дает эффект избытка.)

Получил внутренний импульс продолжать IV том.

При клизмении стала выходить отмершая ткань от полипа или опухоли в районе аппендицита. (После ацидотического пика в организме создались такое условия, которые начали разрушать все инородное в организме.)

Утром и днем, я чувствовал себя лучше, чем вчера. Спать стал гораздо меньше, сны сняться постоянно. Язык порозовел, стал чище. (Это указывает на то, что организм во многом разгрузился от шлаков.)

Мысль одна - продолжать голод. Я просто обязан выковырнуть глубинную патологию.

20 день. Сон. Приснилось мне, что я на реке, на месте моей бывшей работы Спасательной станции. Окружают знакомые мотористы и водолазы. Спасательная станция пустая и я на ней сам плаваю по широкой реке. Потом ее у меня забрали какие-то люди. Но моторист подтвердил, что она моя и меня вместе с ней отпустили. Плавал я по реке. Купался.

Водолаз С. попросил у меня 1300 руб. на ковер. Я сказал, что дам ему, но за это он мне сделает новую жестяную крышу. На этом и сошлись.

Далее мне снилось, что я иду вдоль ручья, по грязи, темноте, опасности, но упорно вперед. Приставали собаки - отбился, проваливался по щиколотку в грязь, но шел.

Река - гладкая, спокойная поверхность реки - вы вскоре насладитесь самыми утешительными радостями, а ваше благосостояние будет тешить вас заманчивыми возможностями.

Знакомые - нормальная беседа с ними, предвещает успешное течение дел.

Корабль - может открыть в вашей жизни периоды энергичной деятельности.

Плавать - по спокойной воде обещает вам безмятежную радость и защиту от опасности и всего того, что может к ней привести.

Просьба - обоснована, сон предвещает вам удачное продвижение вперед в избранной вами профессии.

Ковры - покупать ковры, означает огромную прибыль.

Крыша - чинить или строить крышу - знак бурного успеха.

21 день. При клизмении утром из меня вышло множество лохмотьев от разлагающейся опухоли. Две их них уже отошли. И что инте-

ресно, на спине (чуть ниже поясницы, на кресте) образовались ранки, примерно в местах их расположения. Вот так выход патологии изнутри отражается снаружи на коже. (Это лишний раз говорит о том, что в организме все взаимосвязано.)

Вода при клизмении заливается с гораздо меньшими болями. Боли остались в нисходящем отделе толстого кишечника. массажист разминая мой живот ощущает меньшее уплотнение, чем раньше - оно сгладилось. (Это может быть каловый камень прикипевший к стенке кишечника.) Я боли ощущаю лишь в районе аппендикса, и то не такие острые как раньше.

Немного лучше стало с ощущениями во рту, хотя все сохнет очень быстро.

В носоглотке неприятные ощущения справа в виде встрявшей сухой колючки и в бронхах сухость (больше справа) ощущается. Утром чувствуется вонь - происходит дальнейшее разложение чужеродного и его отторжение.

Продолжаю трудиться над IV томом - дело продвигается побыстрее, но при этом материал частично перерабатывается, что улучшает его качество.

Самочувствие нормальное, хотя очень расслаблен. Язык потихоньку очищается.

При вечернем клизмении вышел еще один шматок опухоли. Всего их вышло три. Столько же отметин и на крестце. Боли в животе гораздо меньше, но имеются. При клизмении боли мало ощущаю.

22 день. Первый сон. Приснилась драка. Ко мне пристало несколько парней, я одного двинул и отскочил. Откуда-то достал деревяшку в форме полушара, побежал вперед, а они за мной. Я остановился и начал ею их лупить. Со мной была моя жена.

Второй сон. Видел грандиозное сражение с танками и т. д. Далее. я нахожусь в комнате. Она полупустая. Приходят два офицера пожилых, а потом два молодых и те и другие зовут меня к себе. А я нашел какие-то леденцы и сосу их. Вкус у леденцов своеобразный. Потом вспомнил, что я на голоде и выбросил их.

Во время утреннего клизмения отошли шмотки разрушаемой ткани, а также множество мути. Видно спрессованные желчные шлаки размываются.

После массажа с уриной я почувствовал в теле особую силу. Поборолись со здоровяком массажистом на руках и я его запросто завалил. Затем взял 24 кг гирю и пять раз поднял ее на бицепс. Массажист едва два раза. (Во время голода иногда возникают удивительные приливы силы. Это что-то необыкновенное и длиться оно около часа.)

Целый день тружусь над книгой, хотя с утра прогулялся. Во рту сохнет, а так самочувствие нормальное.

Чувствую запах плохой идет от моего тела. В горле с правой стороны неприятные ощущения и в правом легком что-то имеется.

23 день. Сон. Во сне пересчитывал большую пачку денег.

В 11 часов неожиданно возник “дикий” приступ голода из живота. Какая-то патология “закричала” о своей смерти.

Утром при клизмении вышло не так уж много лохмотьев и желчи. Самочувствие терпимое.

Во второй половине дня начались небольшие боли в животе - где патология. Чувствую, началось отторжение. Боль была и в правом легком.

16 часов 45 минут, в животе сосет и бурчит.

Вечером сон сбылся за фундамент дома в качестве аванса я заплатил 2 миллиона рублей.

Вспомнился 1991 год - Таллинн, симпозиум Вегетарианцев. Тысячу раз прав Островский (он голодал неоднократно по 40 суток) говоря - “Человек состоит из дерьма, а не из воды”. Два раза в день делаю промывания толстого кишечника, а дерьмо в виде желчных камушков, тканевых лоскутов, “штыба” неизвестного происхождения и желчи продолжает обильно отходить.

Слава Всевышнему! Разгрузился еще от порции дерьма. (Очень важно психологически поддерживать самого себя на голоде. Вбивая в голову одну мысль - жизненная сила с каждой секундой голода делает Ваш организм чище, сильнее, здоровее.) Язык становиться чище - розовеет. По утрам отплевываю гной - видно из зубных лунок выделяется.

24 день. Сегодня ночью спал плохо. Одно, просто не мог заснуть, другое, - были довольно-таки сильные боли в правом легком, за грудиной, в печени, сердце, животе возле пупка. Только на этих днях начинается отторжение глубинной патологии, которая активизируясь, сигналит о себе болями уходя из моего орга-

низма.

Во рту скапливается гной с кровью, но язык потихоньку очищается.

При утреннем клизмении выходят маленькие шматки, кусочки спрессованной желчи, а также размытая желчь в виде желтой и коричневой жижи.

Возможно надо было сделать ванну, кожа сейчас очень сухая. Сильная расслабленность, но голова более-менее ясная. Каждый день делает меня все более и более здоровым. Надо держаться - пока боли - глубинные болезни живота и легких не пройдут.

Весь день самочувствие было неважное, лишь чуть улучшилось после массажа. Погулял вечером по улице - хорошее дело.

Да, многое передумается, переживется во время такого голода. Такие враки напишут, что чувство голода прошло и все идет гладко - ацидотический кризис и т. д. Идут обострения, переживания, муторность, человек мало спит. Ох как это тяжело переносить: неприятные ощущения, сухость, холод, бесконечно тянущееся время и т. д. (Подобное переживается тогда, когда Вы делаете первые длительные голодания и избавляетесь от патологии. Последующие длительные голодания переносятся значительно легче.)

Днем болело за грудиной и в легких.

(Это чистился грудной лимфатический проток и протоки в легких.)

25 день. Снилось мне прекрасное место. Я видел его с высоты - морская лагуна с чистейшей водой, залитая солнечным светом. Я в ней купался вместе со своей Мамой. Она мне сказала - пойдем поплаваем в другом месте и вошли в какой-то мутный поток. Я говорю, но там мы рыбакам рыбу распугаем, а она - ничего, мы осторожно. Я нырнул и поплыл стараясь избежать рыболовных крючков. Вынырнул в каких-то водорослях. выворотив их целый сноп.

Пришла теща и рассказала сон. Приснился я ей сверкающий, особенно лицо, а тело небольшое и колеблется, но тоже сверкающее. Затем, я возник очень могучий и обдал ее жаром или вошел в нее. Ее аж припекло. У нее болел радикулит, но после моего "прогревания" она встала здоровой! Далее она видела меня светлым с сыном - укладывали с ним книги в корзину. Книг было очень много. (Голод - это верное средство для достижения оккультных способностей, которые вот так самопроизвольно могут проявиться.)

Приятные устремления, занятия, почет, уважение и богатство - вот что значит видеть во сне, что вы рассматриваете или читаете книги.

26 день. Утро. Язык понемногу розовеет, а вот при клизмении продолжает идти желтая муть. Во время массажа в животе остались боли в районе аппендикса.

Сон. Приснилось, что я с дочкой ходим по хлебопекарне. Она выбрала из всего многообразия два красивых батона, взяла их и жует. Женщина нам сказала заплатить за них и мы пошли наверх по лестнице для оплаты. Пока дошли до верха, лестница стала опускаться, затем подниматься, как бы выдвигаться. Дочь испугалась, мы еле удерживали на ней равновесие. Затем, лестница окончательно поднялась, дочь упала и ушибла сильно левую ногу (крови не было) - возник здоровенный кровоподтек. Я распереживался и стал осторожно вправлять ногу. После первого же вправления ей стало хорошо и она сказала: "Пойдем".

Хлеб - видеть во сне, что вы делаете с другими хлеб, говорит о вашей твердой обеспеченности на всю жизнь.

Увидеть лестницу - ваша энергия и способности помогут вам занять выдающееся положение в деловых кругах.

Видеть дочь - какие-то неприятные события откроют вам путь к удовольствию и гармонии.

Успокаивать боль - у вас будет повод поздравить себя с большой удачей.

Язык стал гораздо чище, самочувствие сильно возросло. Днем наблюдались приступы голода - патология бунтовала. К вечеру все прошло. При клизмении грязи идет предостаточно - желчного содержания со "штыбом". Вышла маленькая опухоль.

27 день. Ночью спал очень плохо. Вдруг проснулся от сильной боли за грудиной, как будто изнутри что-то разорвали - чакра открылась или оторвали привязку. Потом в полузабытьи я попал в какое-то темное пространство и полез по нему наверх. Вдруг я почувствовал, что превращаюсь в какого-то монстра. Ноги и руки выдвинулись, на них появились когти и я упираясь ими в стены полез наверх. (Все это я видел со стороны и склонен думать, что так из меня

вышел полевой паразит. Так голод и урина отторгают их из организма.)

Следующее видение было такое. Я стою на краю пропасти и решил по ней спуститься к морю, а потом подняться обратно. Когда поднимался после спуска обратно, посмотрел вниз и увидел внизу гранитные глыбы, о которые разбивались морские волны. Возникла мысль, если сорвусь, то неприметно разобьюсь, но страха не было. Когда поднялся почти до самого верха, то в скале увидел множество веревок, цепочек, которые попадали в углубления на краю. В одном из углубления я нашел мешочек, с которым еле вскарабкался назад.

Видение себя на краю пропасти означает, что организм исчерпал себя на данном этапе голода. Если раньше это была черта, то теперь - пропасть. Теперь нужен нормальный выход.

Итак, закончился 27-ми суточный голод (с 3 по 29 ноября 1994 года). Такой длинный голод был необходим мне для избавления, от предсказанной мне, раковой опухоли второй степени гортани и правого легкого. Он длился почти весь лунный месяц. Ежедневно делался двухчасовой массаж с мочегоном и принимал дважды в день горячие ванны. Если в течении первых двух недель я выпивал вся урину, что выделял, то в остальные две недели пил раза 3 по 50 - 100 грамм ввиду того, что урина стала резкой от обилия растворенных шлаков. (Эту урину надо обязательно принимать в небольшом количестве внутрь. Она будет прекрасно растворять шлаки и убивать патологию, чужеродные микроорганизмы, вирусы.) В первые две недели клизмы делал с мочегоном по 100 - 200 грамм, а затем стал применять большие с подогретой водой. Во время такой большой клизмы у меня уходило времени до 30 минут, а воды литров до 20 - 30. Например, впускаю около 3 литров, вышли, затем еще раза два. Смотрю - муть идет, я еще раз, обратно идет, я еще раз, и еще и т. д., пока не посветлеет.

Результаты. Вышло четыре опухоли из толстого кишечника. Дважды был выброс старой желчи со стакан. Последний раз сегодня, после приема отвара из трав с медом. Восстановилась гибкость. На клеточном уровне очистился организм - чистый язык и чувство голода. Избавился от лишнего жира и ткани. Выправлен позвоночник. Опухоль из легких отошла через месяц - полтора после окончания голода и применения методики очищения полевой формы жизни.

Я доволен этим голодом - сделал все что мог на сегодняшнем этапе.

Выход из голода. Начал с отвара трав (очень много трав - 30 - 50 наименований) с медом. Продолжал его пить и в первые дни восстановления. Когда захотелось сильно кушать, в 14 часов 30 минут съел пять маленьких яблок и 100 грамм рисовой каши с дробленной морской капустой. Вечером выпил 300 грамм морковного сока, скушал 200 грамм отварной свеклы и три вареные картошки. Затем съел еще три маленьких яблока перед сном.

Вот так потихоньку я кушал и в следующие дни, перейдя от каш к хлебу из проросшей пшеницы и т. д.

После этого голода многократно усилилась полевая форма жизни моего организма, особенно ее волевой компонент, в руках появился жар.

Сейчас уже заканчивается апрель и я ощущаю отдаленные результаты прошедшего голодания. Моя урина, особенно мочегон здорово помогает всем. Например, детям снимает температуру и вылечивает кашель, мужчинам усиливает потенцию. Их собственная урина и мочегон - вонючи и не обладают таким эффектом. Ну, а для меня, открылись другие горизонты знания и области практического применения. Удалось создать интересную методику полевой формы жизни, благодаря которой мне удалось разбить и вывести из грудной клетки и гортани опухоль. Она вышла после 1-1,5 месяцев после голода и с начала практики этого очищения. Возник кашель, который продолжался около трех недель и из легких отходила спрессованная слизь комками. Эту слизь держал психический зажим, как только он был выведен, слизь отошла сама собой. Я быстро поправился и округлился, стал гораздо спокойнее, уравновешеннее и конечно энергетически мощнее, это заметили и окружающие. Все, что было со мной во снах, потихоньку сбывается. Я очень полюбил жизнь, и перестал бояться смерти. (Очень важно отметить такой факт, что после голода возникает ощущение, что ты получаешь новое гибкое, стройное, энергичное, высокочувствительное тело. К сожалению, через некоторое

время эти ощущения начинают пропадать, но очередное голодание возвращает их вновь. Это очень удивительное, высоко эмоциональное переживание обновленной жизни.)

Часть 2. УРИНОТЕРАПИЯ

Из предыдущего изложения данной книги мы знаем, что человеческий организм во время своего внутриутробного развития окружает себя «амниотическим водоемом», который в основном состоит из мочи и в нем наиболее быстро и благотворно развивается. Амниотическая жидкость не только снаружи окружает развивающийся человеческий организм, но попадает и внутрь через формирующийся желудочно-кишечный тракт и является самой первой пищей, которую принимает и усваивает пищеварительная система человека. Ведь у только, что родившегося человека, уже имеется первый кал - меконий. Следующее питание идущее за уриной из амниотической жидкости, это материнские продукты - молозиво, а затем молоко.

Таким образом, в самом начале формирования и развития человеческого организма, урина окружает человека как снаружи, так попадает и внутрь организма. Это наиболее благоприятная среда для роста организма. И нам, естественно, важно в случае утраты здоровья использовать эти условия для восстановления и лечения организма. Чтобы правильно задействовать целебные свойства урины надо их знать. Например, что собой представляет урина, откуда и из чего образуется, ее свойства, компоненты урины и их свойства, виды урины и их особенности и наконец, способы применения урины?

Что такое урина? Урина - это жидкость выделяющаяся из организма человека через мочевые пути. «Урина» латинское слово, которое в переводе означает «моча». Лечение с помощью мочи называется «уринотерапия» («терапия» - греческое слово означающее «забота, уход, лечение».

Как образуется урина? В образовании урины принимает участие весь организм человека. Образуется урина из крови с помощью почек. Почки с помощью процессов фильтрации крови, обратного поглощения нужных веществ, активного выведения не нужных веществ и осмотического концентрирования вырабатывают урину - жидкость, которая выходит через мочевыводящие пути наружу.

В виду того, что урина вырабатывается из крови, она не может быть ядовитой жидкостью, хотя может содержать ряд не нужных и умеренно вредных веществ. Важно помнить, что вредные и ядовитые вещества введенные в организм из него выводятся в виде таких парных соединений, которые ослабляют их первоначальную вредность. И если даже эти вещества с уриной будут введены внутрь или нанесены на кожу, то слизистая оболочка желудочно-кишечного тракта и кожа обладают такой особенностью, что не всасывают вредное, в выводят его наружу в виде послабления, которое и принимается за отравление.

За сутки образуется 800-1800 миллилитров урины, составляя в среднем 50-80% объема принятой жидкости. В норме днем выделяется урины больше, чем ночью.

Свойства урины.

ЦВЕТ. Урина здорового человека представляет собой различные оттенки желтого цвета - от бледно-желтоватого до насыщенного красновато-желтого; чаще всего урина бывает янтарно-желтой. Цвет урины отражает какие энергетические процессы в настоящее время наиболее выражены. Если в организме сильно выражена тепловая энергия (жизненный принцип «Желчи»), то в печени «пережигаются» составляющие крови, разрушается гемоглобин и образуется много желчи. В результате этого урина получается насыщенного желтого цвета обычно концентрированная, имеет высокую плотность и выделяется в относительно небольшом количестве. Бледная (соломенного цвета) урина чаще имеет низкую относительную плотность и выделяется в большом количестве. Это указывает на то, что в организме преобладает “жизненный принцип Ветра” (в организме мало тепла и сильно выражено движение, циркуляция). Вообще, чем больше в организм вводится жидкости, тем бледнее урина; чем меньше вводится жидкости, тем, наоборот, она более концентрированная. На цвет урины могут влиять переходящие в нее различные растительные пигменты, например свеклы, тогда она может

окрашивается в свекольный цвет.

Когда человек начинает усиленно практиковать уринотерапию, то из-за обильного растворения солей, шлаков его урина надолго может стать мутной. Это надо рассматривать как нормальное явление - вывод шлаков из организма.

При некоторых заболеваниях в урину могут переходить различные вещества, и тогда она приобретает не свойственные ей цвета и оттенки.

По цвету урины вы сможете очень точно судить, какие продукты и лекарственные вещества хорошо усваиваются, не содержат шлаков, консервантов и т. д., а какие наоборот - перенасыщены ими и образуют шлаки.

ПРОЗРАЧНОСТЬ. Свежевыпущенная урина здорового человека прозрачна и слегка флюоресцирует (светиться). Флюоресценция говорит о наличие в урине жизненной энергии. При отстаивании из нее выделяется полупрозрачное облачко, что указывает на рассеивание жизненной энергии. При отстаивании более длительное время она мутнеет и выпадает в осадок вследствие рассеивания жизненной энергии.

ЗАПАХ. Свежевыпущенная урина обладает характерным ароматическим запахом. Этот запах является суммарным выражением всех энергий составляющих человеческое существо. Когда эти энергии очищены и уравновешены, урина обладает замечательным запахом, похожим на запах ладана, сандала. Присутствие посторонних, патогенных энергий ухудшают ее запах. И чем сильнее поражен организм, тем хуже запах урины.

Различные вещества, вводимые с пищей в организм, могут придавать урине свойственный им запах: чеснок, лук, поливитамины. Присутствие в урине ацетона (во время голода) придает ей запах плодов. При щелочном брожении (когда она долго стоит) урина имеет резкий аммиачный запах.

Нормальная урина слегка ПЕНИТЬСЯ. Пена в урине отражает очень важную энергетическую характеристику, - наличие вращательно-колебательной энергии в организме. Чем ее больше, тем сильнее пениться урина, и наоборот, - чем меньше, тем мало пены. Это верное указание на перевозбуждение жизненного принципа «Ветра». Подобная урина наблюдается во время голода и это нормально, ибо идут процессы расщепления тканей организма. Если подобное наблюдается после голода, то горячими ваннами, втиранием в кожу оливкового масла надо этот процесс остановить.

ВКУС. Нормальная урина имеет горьковатый вкус; при употреблении смешанной пищи - мяса с хлебом - вкус и цвет помоев; при употреблении соли - соленый. При добавлении в пищу витаминов искусственного происхождения - вкус этих витаминов. Наиболее приятный вкус урина приобретает от приема натуральной пищи: каш, овощей, фруктов, хлеба из проросшего зерна, орехов, отваров из трав с медом, тушеных овощей и сухофруктов, сырые яйца, сухой морской капусты для подсолки и т. п.

РЕАКЦИЯ. Свежевыпущенная урина имеет кислую реакцию, ее pH колеблется в пределах 5 - 7. Кислотность урины выше всего утром натощак. Она уменьшается после приема пищи. Уменьшение кислотности урины отмечается при обильном потении. Усиленное потребление свежевыжатых соков может ощелачивать урину, а потребление круп и овощных салатов (тушеных овощей) повышает ее кислотность. Урина, в которой появляется аммиачный запах, приобретает щелочную реакцию.

ПЛОТНЫЕ ВЕЩЕСТВА, образующиеся при выпаривании суточного количества урины, составляют 50 - 65 граммов. Из них на долю неорганических компонентов приходится 15 - 25 граммов. Чем больше человек потребляет белковых, мучных продуктов, прошедших сильную термическую обработку, тем больше образуется плотных веществ. Фрукты, овощи, каши дают наименьшее количество плотных веществ. Это особенно важно знать тем, у кого имеется мочекаменная болезнь.

УДЕЛЬНАЯ ЭЛЕКТРОПРОВОДНОСТЬ нормальной урины зависит в основном от концентрации в ней минеральных солей и колеблется в пределах 0,013-0,033 ом-1см-1.

ПОВЕРХНОСТНОЕ НАТЯЖЕНИЕ урины 64 - 69 дин/см, что составляет 85 - 95% такового у воды; оно понижается в присутствии белковых веществ, желчных кислот. Это очень важная характеристика, указывающая на то, что урина намного лучше способствует растворению веществ чем вода.

Компоненты урины и их свойства.

Рассмотрим компоненты урины и их свойства с учетом воздействия на организм человека.

1. Главным компонентом урины является ВОДА. Вода в организме человека и свежевыпущенная урина находятся в особом жидкокристаллическом состоянии. Природная вода не имеет этой жидкокристаллической структуры, ее молекулы расположены беспорядочно. Для того чтобы вода, принятая в организм, начала “работать”, ей необходимо придать выше указанную структуру. Считается, что наш организм затрачивает на структуризацию одного литра воды 25 килокалорий собственной энергии. Таким образом, если мы принимаем урину внутрь, то тем самым экономим собственную энергию, ранее тратившуюся на придание структуры. При регулярном приеме в течение нескольких лет подобная экономия может существенно сказывается на увеличении общей продолжительности жизни человека.

Вода, прошедшая через организм человека, хранит полную информацию о нем. Это происходит в результате взаимодействия жизненной силы человека с жидкостью. Вспомните Библию - человек родится от Духа и воды. В результате этого взаимодействия жидкокристаллическая структура воды преобразуется.

Любая болезнь есть своего рода информационно-энергетическое образование, которое записывается на жидкости организма. Если такую “записанную” жидкость ввести внутрь человеческого организма, то информационно-энергетическая основа “записанной” болезни сама находит очаг, ее породивший, и за счет эффекта наложения - интерференции - подавляет его. Именно этот эффект лежит в основе гомеопатического принципа лечения - “подобное излечивается подобным”. В этом отношении собственная урина, - незаменимая жидкость, естественно заряженная всеми энергиями и всей информацией об организме, - способная “вышибать” разнообразные очаги патологии за счет выше указанного и этим очищать организм от болезней которые проявились и тех, что только зреют.

В связи с этим отмечу, что многочисленные осложнения возникающие у человека лечащегося от чего-то одного - следствие вышивания «семян» будущих болезней. Знайте этот феномен и не пугайтесь обострений - все пройдет за 2-3 дня, максимум неделю. Все зависит от особенности «зреющей болезни».

2. Свежевыпущенная урина имеет кислую реакцию. Кислая среда сама по себе является сильнейшим оздоровительным фактором.

В природе существуют два вида клеток - РАСТИТЕЛЬНЫЕ И ЖИВОТНЫЕ. Растительные клетки могут существовать в щелочной среде и своей жизнедеятельностью ее продуцируют (гниение опавших листьев под деревом). Животные клетки, наоборот, существуют в кислой среде и при своей жизнедеятельности ее продуцируют (кожа имеет кислую pH, моча и кал тоже). Отсюда получается, что животные, в том числе и человек, могут болеть от того, что их нормальная закисленная внутренняя среда сдвигается в щелочную - гнилостную. В свою очередь, гнилостная среда благоприятна для размножения растительных клеток, которые при своей жизнедеятельности еще более усиливают гнилостные процессы. Таким образом получается, что в основе подавляющего разнообразия болезней человеческого организма лежит один и тот же процесс - ощелачивание с последующим загниванием. Чтобы избежать любых гнилостных процессов в организме, его надо надежно закислять веществами, содержащими безопасные кислоты. Лучше всего это можно сделать с помощью собственной урины - ведь это жидкость, произведенная самим организмом из собственной крови! В результате такого закисления мы лишаем любой патологический процесс его первоосновы - ощелачивания, загнивания - и добиваемся быстрого и прочного исцеления.

Помните такую особенность, закисление организма с помощью веществ, уничтожающих брожение и гниль, - является благом для организма. Закисление с помощью веществ, образующих кислые шлаки - белков, углеводов, которые затем начинают ГНИТЬ в организме и приводят к всеобщему ОЩЕЛАЧИВАНИЮ, - беда для организма.

Наибольшая кислотность урины утром, а наименьшая - после приема пищи. Поэтому утренняя моча наиболее полезна.

3. В урине растворено множество солей, поэтому она ЭЛЕКТРОПРОВОДНА. Если каким-

то образом увеличить концентрацию солей, например, часть воды в урине выпарить, то ее электропроводящие свойства значительно возрастут. Если такой уриной смазать тело, то тем самым мы добьемся значительного увеличения притока энергии в виде свободных электронов через кожные покровы. В результате этого в организме значительно активизируются все ферментационные процессы. Ведь человек здоров настолько, насколько активны его ферменты. Как правило, у больного или у старого человека эти процессы замедленны. Массаж тела человека с уриной, особенно с упаренной, позволяет буквально "накачивать" организм человека энергией, активизировать ферментационные процессы, что в итоге приводит к общему оздоровлению.

4. Поверхностное натяжение урины составляет 85 - 95% поверхностного натяжения воды. Малое поверхностное натяжение увеличивает поверхностную активность жидкости, что выражается в том, что в поверхностном слое, на границе разделения сред (жидкость - воздух, жидкость - масло и т. д.) образуется слой, обладающий повышенной энергетикой, в котором более активно протекают химические реакции. Таким образом, за счет малого поверхностного натяжения урина гораздо лучше способна растворять вещества, чем вода, а за счет повышенной поверхностной активности она может окислять и разрушать вещества химическим путем. Например, воскоподобные камушки в печени и желчном пузыре, почечные камни и камни мочевого пузыря за счет окисляющего воздействия урины могут рассасываться.

5. Ввиду того, что удельный вес крови составляет 1,052 - 1,061 единицы, а урины 1,016 - 1,024, она менее вязкая жидкость, чем кровь. Из этого факта вытекает другое свойство урины: при приеме внутрь или наружно в виде компрессов она делает более текучими сгустившиеся жидкости: кровь, желчь. Разжижает тромбы и различные скопления слизи в самых разнообразных местах организма.

Органический состав урины и их свойства. Общий состав органических веществ урины можно разделить на две большие группы: нормальные составные части и патологические.

НОРМАЛЬНЫЕ СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ урины присутствуют в моче здорового человека. Их, в свою очередь, можно подразделить на три группы: органические, неорганические и биологические составные части урины.

ОРГАНИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА урины делятся на азотистые и безазотистые. С уриной в основном удаляются конечные продукты белкового обмена. Суточное количество азота, выводимого с уриной, колеблется от 3,6 до 17,0 граммов и выше в зависимости от количества белка в пище.

Главные азотистые компоненты урины следующие: мочевина, мочевая кислота, пуриновые основания, аминокислоты, аммиак, креатиновые тела.

Основная часть азота выделяется из организма с мочевиной - 80 - 90%. В среднем за сутки с уриной выделяется около 30 граммов мочевины. Мочевина является естественным ДИУРЕТИКОМ, т. е. выводит излишки воды из организма, поэтому ее можно применять как МОЧЕГОННОЕ СРЕДСТВО. Она усиливает активность ферментов, которые выделяются в желудочно-кишечный тракт и способствуют перевариванию пищи. Поэтому, небольшой прием урины внутрь (30-50 гр.) способствует улучшению пищеварительных способностей организма.

44. Пример. «Дорогой Геннадий Петрович, я обращаюсь к вам за помощью, так как нахожусь в тяжелом состоянии. Заболела я тиреотоксикозом в 28 лет. Операция через три года была с клиническим тяжелым исходом. Сейчас у меня рецидив заболевания и два года я живу с трахеостомической трубкой, рецидив уже четыре года. Мне 39 лет, по конституции я «Желчь». По опроснику получилось: «Ветер» - 13, «Желчь» - 39, «Слизь» - 8.

Что я изменила в своей жизни: прочистила кишечник и раз десять чистила печень (за этот год), но камни светло-зеленые, желтые и черно-зеленые не перестают выходить. (Если у Вас, во время чисток печени продолжают сыпаться камни, это верное указание на наличие в этом месте психологического зажима - особого энергетического поля в области печени и желчного пузыря. Его можно вывести с помощью очищения полевой формы жизни. Если этого не сделать, то камни будут образовываться вновь и вновь.) Изменила питание и прием жидко-

стей. Питание раздельное и больше ем сырых овощей. Пила мочу по 50-100 грамм - три раза в день, сейчас перестала, так как самочувствие совсем плохое. Голодала по три дня на воде и принимала всю урину во время голода. Употребляю только мед и протиевую воду.

Когда я голодала на протиевой воде и принимала всю урину - было так хорошо с сердцем, оно сразу стало сильным, не ощущала сердцебиения, да и голода сильно не ощущала, но после голода сдвигов никаких. (Надо вновь и вновь голодать, закрепляя эффект от голода правильным питанием.)

Помогите мне поверить в свои силы. Я очень жду ваших рекомендаций и советов».

Мочевина оказывает великолепный ПРОТИВООПУХОЛЕВЫЙ эффект. Впервые мочевину для лечения опухолей предложил А. Т. Качугин. В лаборатории биологических испытаний АМН СССР кандидат медицинских наук Г. П. Беликов успешно подтвердил ПРОТИВООПУХОЛЕВОЕ, ПРОТИВОВИРУСНОЕ и ПРОТИВОМИКРОБНОЕ действие препарата на основе мочевины - семикарбазида.

Английский уринотерапевт начала нашего столетия Джон Армстронг рекомендовал во время голода употреблять всю дневную урину и массировать тело с ней же. В результате применения подобной методики было излечено множество раковых больных.

45. Пример. «Мне 54 года, по вашим книгам я занимаюсь год. У меня в 1994 году была операция - полип на шейке матки. А от второй операции я отказалась.

Сама занимаюсь по книгам. 11 месяцев я пила мочу и делала компрессы, принимала ванну с мочой, было все хорошо. Один раз только с головой было плохо, но я растерла мочой и все прошло. Я так расхрабрилась, все шло как по маслу и я перешла на упаренную мочу. Два месяца пила, натиралась, делала компрессы на коленки, на почки и случился приступ. 9 марта упала в обморок. Муж с работы пришел, а я лежу - вся желтая и мокрая. Увезла скорая и я два месяца в реанимации лежала, не приходила в себя. Пролежала в больнице я 35 дней, но ушла не долечившись. Поставили на ноги и спасибо, а дальше я сама.

Болячек у меня куча и все 15-20-летней давности: давление, артрит, нефрит почки, хронический гастрит, аллергия, ишемия, в горле с детства болит, после операции 13 зубов выпало. (Когда болезни застарелые, а уринотерапия применяется мощно, то возможны такие случаи. Надо было бы более постепенно это делать, голодая в квартал по 7 - 10 дней.)

Почистила печень 7 раз, почки один раз, кишечник три раза. Ем каши, салат, сухофрукты, орехи, лепешки из проросшей пшеницы и еще хлеб зерновой, не могу от него отказаться. Посоветуйте.

За год, пока пила мочу - не разу не болела ангиной. Прошла анализы в больнице, у меня на левой почке была киста - 7 мм - исчезла, поженски гинеколог сказал, что все хорошо - где фиброма была (7-8 недель). Еще осенью нашли злокачественную опухоль в кишечнике - за два месяца мочой ее вывела. Да еще стала ходить в церковь, мне она помогает. Ставлю компрессы с глиной на ноги, два раза по пол литра ванну принимала с мочегоном, натираю все тело два раза в день». (Прекрасные результаты, так держать.)

Из группы без азотистых органических веществ, выделяющихся с уриной, рассмотрим только эфиросерные кислоты. Подобно эфирным маслам, эфиросерные кислоты, обладают выраженными растворяющими свойствами. Если человек в основном питается свежей растительной пищей, которая содержит много серных соединений, то моча такого человека будет растворять разнообразные камни лучше, нежели моча мясоеда.

НЕОРГАНИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА (15 - 25 гр.) урины в основном представлены солями натрия, кальция, калия, магния, железа, хлора, фосфора и множества других элементов. Даже такое беглое перечисление химических элементов, входящих в состав урины, говорит о том, что это весьма важные элементы для нормальной жизни организма. Как оказалось, соли урины обладают сильными лекарственными свойствами. Комбинация микроэлементов в урине “повторяет” формулу хорошего тонизирующего средства для организма. Но на самом деле это “тонизирующее средство” много хуже естественных солей урины.

Упаренная до одной четвертой части первоначального объема урина является концентратом микроэлементов естественного происхож-

дения и в этом отношении далеко превосходит все искусственные препараты. Если количество выделяемой за сутки мочи колеблется от 1 до 2 литров, то при упаривании в 500 граммах может сконцентрироваться (без выпадения в осадок) 15 - 25 граммов минералов! Такая урина - прекрасная полиминеральная подкормка для организма через кожу.

БИОЛОГИЧЕСКИЕ СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ урины представлены абсолютно всеми веществами, которые производятся в организме: это гормоны, ферменты, витамины и т. п. Из гормонов в урине обнаружены все, но концентрация некоторых очень и очень мала. Наиболее насыщена "правильным" соотношением гормонов урина молодых здоровых людей.

Если сравнивать урину людей различного возраста, то получается такая картина: урина детей до половой зрелости (12 - 14 лет) содержит мало половых гормонов, но огромное количество иммунных тел и сильный энергетический потенциал; урина людей среднего возраста - от половой зрелости до 35 лет - сбалансирована по двум параметрам: иммунные тела и половые гормоны, средний энергетический потенциал; урина людей после 35 лет обеднена иммунными телами, но насыщена половыми гормонами; после климакса состав урины меняется - она становится наиболее слабой: мало иммунных тел, половых гормонов и слабый энергетический потенциал.

Из других веществ, обнаруженных учеными в урине, отметим следующие: ЭРИТРОПОЭТИН - стимулирует костномозговое кроветворение, вырабатывается почками; ФЕРМЕНТ УРОКИНАЗА - способствует притоку крови к сердцу, напоминает действие нитроглицерина и растворяет сгустки (тромбы) крови; КОРТИЗОН - сильное противовоспалительное, антиаллергическое и антитоксическое средство. Витамины же, имеющиеся в организме, представлены в урине в виде "осколков" или в небольшой концентрации.

ВЕЩЕСТВА, ВОЗНИКАЮЩИЕ В ОРГАНИЗМЕ ВО ВРЕМЯ БОЛЕЗНИ. При любом отклонении от нормы, в период болезни и т. д. организм начинает сам корректировать свое состояние с целью возвращения его в норму. В эти периоды в организме появляются вещества и энергии, способствующие оздоровлению, которых нет в здоровом организме. Если в нашем организме находятся "семена" еще не проявленных болезней, то урина создает такие условия, что эти "семена" быстро проявляются и выходят из организма. Ввиду этого в организме наблюдается особый процесс, подобный иммунизации, но только от болезней, находящихся в данное время в организме. Этот процесс в зависимости от "семян болезни" выражается поразному: от легкого недомогания, поноса, до тяжелейших кризисных состояний, длящихся до 2 - 3 месяцев. Это наиболее ценное свойство урины, когда на подобную иммунизацию используются собственные силы организма, а не посторонний материал засоряюще действующий на организм. Таким образом, каждый организм сам вырабатывает те или иные вещества, необходимые ему для выздоровления. Естественно, эти вещества выводятся вместе с уриной.

При любом патологическом процессе, происходящем в организме, вместе с мочой выделяются продукты этой болезни: энергетика болезни, вещества, выработанные самим организмом в борьбе с болезнью, отмершие клетки, гной, и многое другое. В гомеопатии существует специальный раздел лечения "НОЗОДАМИ". Для этого вводят в организм в сильно разведенном виде непосредственных возбудителей болезней: токсины, патологически измененную ткань и другие выделения организма. Исходя из закона подобия, эти вещества можно использовать при лечении болезней, им соответствующих. Лекарства такого типа называются "нозодами".

Терапия "нозодами" имеет свои преимущества и свои недостатки. Недостатки в том, что по уровню воздействия они на одну ступень ниже гомеопатических. Преимущества заключаются в том, что выбор нужного лекарства достаточно прост по сравнению с выбором гомеопатического средства. Если у больного аденома простаты, то используется нозод аденомы простаты. Человеческая урина насыщена всеми нозодами, которые производятся болезнями, и поэтому является великолепным лечебным материалом, данным нам Природой для исцеления. В этом свете уринотерапия оправдана при большинстве болезней и представляет собой наисовременнейший способ лечения.

Во время тяжелой болезни в организме человека происходит усиленный распад тканей с

последующим их выведением. Академик Л. С. Штерн считает, что эти метаболиты (распавшиеся вещества) представляют собой "осколки" белковых молекул, гормонов, ферментов и т. д., могут стать строительным материалом, а также ВОЗБУДИТЕЛЕМ И РЕГУЛЯТОРОМ ЖИЗНЕННОГО ПРОЦЕССА! Академик В. П. Филатов пошел еще дальше, утверждая, что, когда организм ТЯЖЕЛО ЗАБОЛЕВАЕТ, он защищается всеми доступными ему средствами, мобилизуя на борьбу с недугами все защитные силы. И в первую очередь энергетические. В результате этой крайней мобилизации в организме образуются НЕБЕЛКОВЫЕ ВЕЩЕСТВА, воздействующие не на отдельную ткань, а на весь организм в целом, на все его функции одновременно. Они были названы БИОГЕННЫМИ СТИМУЛЯТОРАМИ. Это положение В. П. Филатов в дальнейшем подтвердил на практике. Лечение нозодами, биогенными стимуляторами, метаболитами (все это идеально скомпоновано в нашей урине) дает потрясающие результаты. В заключение подведем итоги и сделаем выводы - за счет чего урина воздействует на организм и каковы ее лечебные эффекты.

ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЙ ЭФФЕКТ ОТ ПРИМЕНЕНИЯ УРИНЫ возникает за счет того, что урина это:

а/ насыщенная энергиями, структурированная жидкость;

б/ жидкость, состоящая из определенных изомеров воды;

в/ люминисцирующая жидкость;

г/ жидкость, содержащая метаболиты (распавшиеся вещества);

д/ жидкость, насыщенная самыми разнообразными солями.

ЛЕЧЕБНЫЕ ЭФФЕКТЫ ОТ ПРИМЕНЕНИЯ УРИНЫ возникают за счет того, что:

а/ урина имеет кислую реакцию;

б/ иммунные и антибактериальные свойства;

в/ содержит мочевину;

г/ биогенные стимуляторы;

д/ оказывает полигормональное действие;

е/ содержит энергию и информацию о конкретных болезнях организма;

ж/ является универсальным нозодным лекарством;

з/ метаболиты урины - возбудители и регуляторы жизненных процессов.

За счет выше перечисленного урина эффективно воздействует на организм больного и здорового человека.

ВИДЫ УРИНЫ И ИХ ОСОБЕННОСТИ.

Важная особенность в применении уринотерапии заключается в том, что существуют всевозможные разновидности урины и каждая обладает, помимо общих, свойствами, присущими только ей, а следовательно, и соответствующим влияние на организм. Итак, какие виды урины бывают:

1. Первая часть струи урины, средняя и последняя.

2. Четное и нечетное количество глотков урины.

3. Утренняя, дневная, вечерняя и ночная урина.

4. Свежевыпущенная, остывшая, старая, очень старая, упаренная, охлажден-ная, насыщенная различными веществами и активированная урина.

5. Первородная, детская, мужская и женская, беременных женщин, людей зрелого возраста, старческая урина.

6. На качество и состав урины влияют: питание, эмоциональное состояние.

1. Первая часть струи урины, средняя и последняя.

Вы никогда не задавали себе вопроса, почему желток в яйце расположен в центре? Существует определенный вид энергии, который постоянно "подпитывает" программу развития человеческого организма и поддерживает ее в стабильном состоянии. А. И. Вейник назвал ее "энергией времени" (хрональной энергией). Попросту говоря, это индивидуальный потенциал жизненной силы человека. У каждого человека ее имеется строго определенное количество. С утратой ее наступает дряхлость, старость и т. д.

В мочевом пузыре жизненная энергия отражаясь от стенок, концентрируется в центре. Отсюда центральная часть урины, находящейся в мочевом пузыре, наиболее насыщена жизненной энергией, которая отвечает за то, сколько человеческий организм может существовать в стабильном состоянии, а проще говоря сколько сможет прожить. Теряя эту энергию, мы тем самым теряем жизнь; если мы будет возвращать

ее назад (в виде питья или массажа), то тем самым продлим собственную жизнь. Прием средней части урины древние называли «техникой приносящей успех».

Первая и последняя части струи жизненной энергии содержат мало. Более того, могут содержать вредные энергии, которые вытеснены из центра наружу.

46. Пример. «Мне 34 года, замужем, двое детей. При росте 158 см вешу 58 кг, а до очищения - 70 кг. Конституция - Слизь-Желчь, но, видимо, больше - Слизь. Вот уже 1,5 года ежедневно пью среднюю часть утренней урины. На ночь умываюсь и промываю носоглотку ею, полощу рот. Два раза прошла курс очищения толстого кишечника. В 1996 году 8 раз чистила печень - пока не перестали выходить камушки (в детстве переболела гепатитом), 1 раз чистила селезенку. Чувствую себя гораздо лучше».

2. Четное и нечетное количество глотков урины.

Урину надо пить залпом, либо делать нечетное количество глотков. Это необходимо для того, чтобы соблюдать интерференцию (волновой эффект). Суть интерференции заключается в том, что две равные волны, накладываясь друг на друга, могут себя нейтрализовать либо взаимоусилить. В первом случае эффект от употребления урины будет нулевым, а во втором - усиленным. Если человек пьет урину и прерывается, то последующие глотки за счет интерференции могут взаимоподавить друг друга; если пьет залпом - никакого подавления не будет.

Эффект интерференции и рекомендацию соблюдать нечетное количество глотков использует врачи-новаторы Сарчук, Зубова при заряжении воды (в особом аппарате облучают воду определенными излучениями).

3. Утренняя, дневная, вечерняя и ночная урина.

В зависимости от времени суток, струя урины имеет различные качества.

1. С 3 до 15 часов в нашем организме преобладает кислая фаза, а с 15 до 3 (время местное) - щелочная. Если использовать первую мочу, то она лучше способствует заживлению ран, рассасыванию опухолей, нормализует сдвинутую в гнилостную сторону внутреннюю среду организма. Поэтому при выше указанных расстройствах лучше использовать этот вид урины.

2. Утренняя моча оказывается наиболее полезной тем, что она насыщена гормонами. Так, вначале, за два часа до пробуждения активизируется гипоталамус, далее гипофиз, а затем все остальные железы. Например, пики секреции надпочечниками глюкокортикоидов, активность щитовидной и поджелудочной желез приходятся на ранние утренние часы. Вот почему утренняя моча наиболее полезна. Никогда не упускайте случая употребить этот “гормональный коктейль”. Особенно хороша эта урина для использования при женских заболеваниях (пить, тампоны) - она обезболивает и лучше заживляет поврежденные слизистые оболочки половых органов.

Противопоказана утренняя урина при некоторых видах онкологии вызванных избыточной выработкой гормонов.

47. Пример. «Прочитал Ваши очень умные и полезные книги: «Целительные силы» 4 тома, «Из сосуда своего», «Учебник по голоданию» и «Полное очищение организма». Мне очень понравились книги.

Я пью утреннюю мочу с 3-х до 6 часов. Себя чувствую хорошо. Мясо мы вообще не едим уже 3 года, а мочой занялись недавно. Голодаем мы по одному дню в неделю, но скоро начнем прибавлять понемногу. Обтираюсь я ежедневно и втираю в тело старую мочу и в результате исчезла перхоть из головы, а также тело стало очень молодое и свежее. Клизмы делаю 2-3 раза старой мочой и это очень хорошо и легко себя чувствуешь. После клизм выходит много шлаков».

3. Во второй половине дня и вечером моча насыщена пищевыми веществами, продуктами дневного метаболизма. Ее можно использовать как “пищевой продукт”. А вот ночью идет «моча болезни», и ее необходимо использовать рано утром, нечетное количество глотков, для собственного исцеления.

4. Активность почек меняется в течение суток по-разному. Так, в утренние и дневные часы почки выделяют воду, электролиты, продукты азотистого обмена; ночью - титруемые кислоты, аммиак, водородные ионы. Этот факт еще раз указывает, что для закисления организма больше подходит ночная урина, которая в ос-

новном сбрасывается сразу после сна. Еще раз повторяю, НОЧНАЯ урина, сбрасываемая сразу же после пробуждения, самая полезная во всех отношениях, поэтому используйте ее во всех случаях: при болезни, как общеукрепляющее и т. п.

5. Ввиду того что в нашем организме происходит последовательное чередование активности органов, это отражается на количественном и качественном содержании веществ в урине. Например, если активна печень (с 23 до 1 часа), то в это время в урине будет больше веществ, вырабатываемых печенью, - ее метаболитов; если поджелудочная железа (с 9 до 11 часов) - то ее продуктов и метаболитов. Поэтому для нормализации функции какого-либо органа важно знать время его функционирования, собрать урину в это время, активировать ее (например, подержав в темном и холодном месте или довести до кипения и резко остудить) и употреблять тогда, когда работает этот орган. Например, болит желудок. Время его активности с 7 до 9 часов. Собирают мочу, которая выделялась в это время, помещают ее в холодильник при температуре + 2 - 4 градуса С на 3 - 4 дня, а затем употребляют (подогретой до парного молока) с целью лечебного воздействия на желудок с 7 до 9 часов. Так можно поступать с любым другим органом, добиваясь исцеления.

4. Свежевыпущенная, остывшая, старая, очень старая, упаренная, охлажденная, насыщенная различными веществами и активированная урина.

В только что выпушенной из организма урине начинают происходить специфические процессы, которые со временем сильно меняют ее свойства.

СВЕЖЕВЫПУЩЕННАЯ УРИНА. Используют ее сразу же после выхода из организма. Она бывает двух видов - от здорового человека и больного. Здоровому человеку ее рекомендуется употреблять в целях профилактики заболеваний, поддержки гормонального баланса на стабильном уровне и в целях экономии энергетических и материальных ресурсов своего организма. Больному человеку ее надо употребляется как универсальное лекарство.

48. Пример. «Мои результаты: летом уриной свежей и упаренной вылечила сильнейшую ангину, меньше стал насморк; муж за небольшой промежуток времени вылечил ожог руки».

ОСТЫВШАЯ УРИНА. При остывании урина утрачивает ряд свойств, что приводит к потере: жизненной энергии, теплоты, жидкокристаллической структуры и т. д. В результате этого урина теряет ряд полезных свойств.

Остывшей считается урина постоявшая чуть больше часа после ее выхода их организма. Важная особенность этой урины заключается в том, что в ней постепенно рассеивается жизненная сила. В первую очередь теряется - свечение (флюоресценция), внутренняя структура. И если ее использовать (пить, применять для массажа и т. д.), то она первым делом будет “тянуть” на себя энергию организма с целью первоначального восстановления своего, свечения и структуры.

Остывшую урину можно и нужно накапливать для упаривания.

ОЧЕНЬ СТАРАЯ УРИНА. Как только в урине появляется аммиачный запах - это признак разложения в ней белковых веществ и изменение кислой pH на щелочную. Если к такой урине применить положение профессора В. П. Филатова о биогенных стимуляторах, то мы имеем дело с целебной жидкостью. Но я не рекомендую ее использовать для питья, ибо может быть ожог слизистой оболочки пищевода, желудка.

В. П. Филатов исходил из того положения, что не все ткани и органы смерть настигает одновременно. В тех из них, что еще продолжают жить, хотя организм в целом умер, под влиянием крайне неблагоприятных условий вырабатываются некие высокоактивные “вещества сопротивления”, названные впоследствии биогенными стимуляторами. Помните - биогенные стимуляторы действуют не на один орган или функцию, а сразу и мощно на весь организм в целом.

В разлагающейся урине создаются крайне неблагоприятные условия, при которых вырабатываются биогенные стимуляторы. Возможно, максимум появления этих биогенных стимуляторов в урине будет между 3 - 7 днями при температуре 20 градусов С. Эту особенность очень старой урины практически подметил и использовал Армстронг, указав в своей книге «Живая вода», что “для растирания больше всего подходит старая моча (с запахом - приме-

чание, автора) либо старая в смеси со свежей".

Очень старую урину можно применять наружно в качестве укрепляющего и стимулирующего организм средства, за счет изменения ее pH со слабокислой на щелочную, для растворения разнообразных отложений кислого происхождения. Едкий аммиачный запах способствует раскрытию пор кожи и лучшему проникновению урины в организм человека. Дополнительно, как показали результаты исследований ученых, аммиачный запах может стимулировать работоспособность человека. Если вспомнить рекомендации древних целителей, то подобную урину (с аммиачным запахом) хорошо использовать для детоксикации - за счет расширения пор кожи токсины лучше выводятся из организма, а сам запах аммиака (нашатыря) служит вытесняющим токсины средством. Ее применяют от глистов - жгучие и едкие свойства аммиака уничтожают их. Она очищает сосуды, удаляет закупорки - за счет большой подвижности аммиачных паров все приходит в движение, и в итоге оказывает очищающее действие; отторгает омертвелое - гниющую ткань (щелочную), она растворяется и отторгается лучше всего еще более сильной щелочной средой, какой и является аммиак. Дойдя до здоровой - кислой ткани процесс останавливается.

Несколько методик применения очень старой урины:

а) для очищения толстого кишечника от грязи и паразитов - применять клизмы с 1 литром старой урины, от которой идет небольшой аммиачный запах. "Выдержка" не более 2 - 3 дней при температуре 20 градусов С. Урина с сильным запахом не подходит - она может вызвать щелочной ожог слизистой толстого кишечника. ЗАПАХ ДОЛЖЕН БЫТЬ, но слабый;

б) для очищения сосудов и удаления закупорок - накладывать компрессы из подобной мочи; ее же можно использовать для очищения ран и поверхностей тела от омертвевшего и ороговевшего - путем накладывания на пораженные места компрессов. Вначале лучше применять урину с небольшим запахом, а по мере привыкания со все большим;

в) для растворения отложений солей также накладываете компрессы. Чем старее отложения солей, тем с большим запахом используйте урину, но так, чтобы не было ожога. Для этого кожу предварительно слегка смажьте оливковым или растительным маслом.

МОЧЕГОН - УПАРЕННАЯ ДО ОДНОЙ ЧЕТВЕРТОЙ ПЕРВОНАЧАЛЬНОГО ОБЪЕМА УРИНА. В древнем индийском тексте "Шивамбукальпа" рекомендуется использовать "упаренную мочу". Я назвал ее "мочегоном" на правах повторного открытия через несколько тысяч лет. Получается мочегон следующим образом: в эмалированную, стеклянную, но не металлическую, посуду помещаете 400 граммов ЛЮБОЙ УРИНЫ (свежей, старой, детской, смешанной и т. д.), ставите ее на огонь и кипятите до тех пор, пока не останется 100 граммов. Это и будет мочегон (упаренная до одной четвертой урина). Можете брать 1 литр, 2 литра и т. д., но при упаривании должна остаться одна четвертая часть первоначального объема. Замечу, что лучший по качеству мочегон получается из урины собранной в течении суток. Еще лучший, если это урина ребенка до 5 лет.

Вопрос. «В силу разного толкования «спецами» способа приготовления упаренной урины, прошу Вас дать ответ телеграммой. Или путем обычного кипячения, или на водяной бане.»

Ответ. Путем обычного кипячения на открытом огне, или электрической плитке.

Вопрос. «Вы пишите, что для упаривания годится любая моча, даже 5-летней давности, но не пишите, сколько можно хранить мочу после упаривания при комнатной температуре, чтобы потом ею можно было пользоваться»?

Ответ. Пока не появиться легкий аммиачный запах.

Теперь посмотрим, что происходит с уриной во время выкипания:

а) согласно теории В. П. Филатова, биогенные стимуляторы образуются в органическом веществе под воздействием крайне неблагоприятных условий. КИПЯЧЕНИЕ урины как раз и является тем условием, в результате которого в урине образуются биогенные стимуляторы, причем в больших количествах, чем в очень старой. Упаривать урину более одной четвертой части первоначального объема нельзя, ибо ее внутренняя структура приобретает свойства мыла. Рекомендация Армстронга - "кипятить мочу нельзя" - неверна. Упаренная урина остается кислой жидкостью.

б) Мочегон представляет собой очень кон-

центрированный, но естественный солевой раствор. Поэтому она действует в несколько раз сильнее обычной урины в отношении послабления и очищения. "Тянущая сила" его такова, что при клизмении очищает не только слизистую толстого кишечника, но и воздействует аналогичным образом на всю брюшную полость.

Мочегон за счет осмоса насасывает и удерживает в себе шлаки, воду, слизь, паразитов, но при этом ничего не раздражает, а наоборот, помогает восстановиться. Разгружается вся выделительная система. Эффекты от приема мочегона как внутрь, так и наружно поражают с первого раза.

Мочегон меняет свои вкусовые качества и цвет. У обычно живущего человека он очень горького вкуса. А горький вкус обладает особыми «отрывающими» свойствами. «Отрывающие» свойства выражаются в том, что при контакте мочегона, например, с полипами толстого кишечника, желудка, опухолями и т. д. клетки этих паразитарных перерождений отмирают и отторгаются, паразиты «выскакивают». У многих людей после первых процедур клизмения с мочегоном выходят глисты, полипы и пр., которых НИЧУТЬ НЕ ЗАТРАГИВАЮТ КЛИЗМЫ ПО УОКЕРУ, с чистотелом и другими ингредиентами.

Мочегон можно пить, но при этом надо тщательно контролировать свое питание. Если человек сознательно изменит его и будет потреблять каши, фрукты (сухофрукты зимой), овощи (тушеные зимой), мед, травяной чай, орехи, бобовые, то у него образуется урина, содержащая мало солей. При упаривании такая урина не обладает выраженным горьким вкусом и содержит мало солей. Вкус мочегона слегка напоминает жженый, цвет медовый, а запах становится свежим, приятным, бальзамическим (как ладан). Он стимулирует работу сердца, а за счет золотистого цвета воздействует на «темную» патологическую энергию изгоняя ее вон из организма. Мочегон поражает своей целебностью, это проверено неоднократно.

Вопрос. «Продолжаю пить и делать все процедуры, но тем не менее решил написать Вам. Помогите мне, пожалуйста! Дайте совет! Уринотерапией занимаюсь с ноября 1996 г. по настоящее время. За это время появились вопросы:

1. Когда я упариваю урину, у нее появляется какой-то белый осадок, что с ним делать? (Можете сливать, а можете использовать.)

2. Какая Ваша методика по лечению колита? (Фракционный голод и клизьмы с различными видами урины. Обязательно правильное питание.)

3. Сколько времени нужно держать клизмы и когда их лучше делать? (Уриновые клизмы держаться ровно столько, сколько нужно организму. Делать их после опорожнения кишечника.)

4. Как делают протиеву воду? (Берут кастрюльку с водой. Ставят ее в морозильник. Как только замерзнет 2/3 воды ее вынимают и не замерзшую воду сливают. Оставшийся лед постепенно тает. Это и есть «протиева вода». Хранить ее лучше в холодильнике.)

5. Как насыщать упаренную урину травами»? (Во время ее упаривания положить необходимые травы. После того, как урина упарилась до 1/4 первоначального объема, осторожно слить жидкость. Это и будет насыщенная травами упаренная урина.)

ОХЛАЖДЕННАЯ УРИНА. Если свежевыпущенную урину выдержать в холодном (-(-3, -4° С) и темном месте, то в ней под влиянием неблагоприятных условий также образуются биологически активные вещества. Таким образом, это третий вариант получения из урины биологически активных веществ, но самый лучший — это упаривание.

НАСЫЩЕННАЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ УРИНА. Из древних источников — «Шивамбукальпа», «Аюрведа», «Чжуд-ши» — к нам дошли сведения, что «параметры» урины можно значительно менять, добавляя в нее различные вещества. В результате этого можно усиливать те или иные свойства урины и эффективно влиять на ту или иную функцию организма. Например, кипячение урины с кусочком благородного металла дополнительно насыщает ее атомами золота, серебра и т д., что усиливает специфические свойства. Например: «золотой песок лечит болезни почек и задержку мочи». Методика применения облагороженной золотом урины такова: при упаривании урины положить в нее золотой предмет Далее такую урину используйте в виде компрессов при почечных заболеваниях.

49. Пример. «4 июля 1998 года. Пришел домой вечером мой старший 26 летний сын. Левая рука была опухшая, красная. Мне он сказал, что его укусила кошка во дворе. Кошки дрались и он полез их разнимать. Я хотела приложить ему компресс из мочегона, но он отказался. Сказал, что будет вонять.

Приходит он домой 7 июля вечером с перебинтованной рукой. Рука распухшая, болит. Сказал, что 6 июля вечером он от боли вынужден был бежать в травпункт вечером, где ему сделали два укола в живот. Опухоль хотели надрезать, но он не дал. Перебинтовали руку с какой-то мазью. Придя ко мне он жаловался на боль в руке и боль в животе, так как ему в больнице сделали еще два укола в живот и сказали, что будут делать 42 укола в живот. Дали больничный.

Я убедилась его начать лечиться Вашим методом. Попросила у Бога помощи, прощение за самоуправство и наложили на руку компресс с мочегоном, приготовленным с золотом, серебром и медью.

Утром покраснение спало, боль стала меньше, пальцы начали слегка сгибаться и сын пошел на работу. Вечером рука была уже нормальная. Днем он ходил на работу с компрессом. В обед мы ему компресс поменяли. Вечером рука была уже нормальная. На ночь он уснул и не сделал компресс. Утром я для подстраховки убедила его сходить на работу с компрессом. Вечером рука была уже полностью нормальная и он ушел к себе в общежитие, где живет».

Добавление различных трав и их смесей позволяет дополнительно повышать микроэлементный состав мочегона, что подходит для насыщения организма микроэлементами. Например, при упаривании в урину положите две чайные ложки сухой морской капусты. Далее такую урину используйте в виде компрессов для «минеральной подкормки» организма. Ее можно добавлять в воду при приеме ванн для общего омоложения организма.

Смешивая урину с медом, сахаром, мы меняем ее вкусовые характеристики, и несведущий человек, употребляя такую урину, думает, что пьет «оригинальный», приятный на вкус отвар из трав. Мочегонный «отвар» можно использовать для стимулирования физической и умственной работоспособности, а также для приучивания к урине на первых этапах, для лечения детей и т. д.

АКТИВИРОВАННАЯ УРИНА. Пропуская урину через магнитотрои, мы тем самым подзаряжаем ее. В результате этого она становится более активной во всех отношениях. Если урину довести до кипения (любую), то она перестраивает свою внутреннюю структуру так, чтобы пропускать через себя большой поток тепловой энергии. Чтобы эту структуру зафиксировать, а затем использовать ее повышенную энергетику для укрепления организма, надо урину после доведения до кипящего состояния резко охладить (например, в проточной воде). В результате такого охлаждения приобретенная ранее суперструктура «вмораживается», и вы можете ее использовать. Применять ее необходимо сразу после охлаждения (до температуры парного молока), иначе структура быстро распадется. Целебность такой урины (любой) в несколько раз сильнее, и ее, в отличие от омагниченной, можно применять постоянно.

ОМАГНИЧЕННУЮ урину лучше использовать для наружного применения, Для ванн, с целью повышения общей энергетики тела. Это особенно хорошо подходит для случаев с обездвиживанием человека, обезвоживанием — она производит выравнивание общего заряда организма.

РЕЗКО ОХЛАЖДЕННУЮ свежую урину используют для постоянного приема при различного рода болезнях и расстройствах. Внутрь, в виде питья и наружно, в виде компрессов.

Возможно сочетание, что еще более увеличит воздействие такой урины на организм. Например, упарили урину до одной четвертой части первоначального объема, резко охладили и сразу же пропустили через магнитотрон, смочили хлопчатобумажную ткать и сделали компресс. Можете такую урину налить в термос, который держит суперструктуру более длительное время, и использовать в виде компрессов по мере необходимости.

5. Первородная, детская, мужская и женская, беременных женщин, людей зрелого возраста, старческая урина.

ПЕРВОРОДНАЯ УРИНА. Реакция урины детей первых дней жизни — РЕЗКОКИСЛАЯ. Большая часть азота, выводимого с уриной, вы-

деляется в виде МОЧЕВИНЫ. Помимо этого, моча новорожденных насыщена информацией быстро разворачивающихся жизненных процессов. Эти особенности мочи новорожденных хорошо использовать для подавления гнилостных и бродильных процессов, когда внутренняя среда организма сдвинута в щелочную сторону и он «заживо гниет». Старческий запах — внешнее выражение этого гниения. Лицам, имеющим такой запах от тела, рекомендуется се пить, имеющим дисбактериоз в толстом кишечнике и прочие нарушения — ставить клизму.

Великолепно урина новорожденных помогает при гниющих, долго незаживающих ранах, гангрене и других подобных заболеваниях. Благодаря тому, что она содержит много мочевины, ее можно использовать как естественное мочегонное средство для удаления излишка жидкости из организма, для снижения давления цереброспинальной жидкости, внутричерепного и внутриглазного давления; оздоравливать почки (особенно при наличии в них различных инфекций); усиливать пищеварительные процессы; подавлять различного рода инфекционные заболевания; растворять фибрин (тромбы) в крови; понижать ее свертываемость и применять при онкологии (питье внутрь, компрессы наружно).

ДЕТСКАЯ УРИНА. Основное достоинство детской урины (от 1 месяца до 12—13 лет) это ее насыщенность иммунными телами и программой развития.

50. Пример. «2 года тому назад я понятия не имела, что такое уринотерапия и не хотела иметь об этом. Как-то я пришла к своей сотруднице Валентине домой, а у нее на столе лежит Ваша книга по уринотерапии. Я мельком взглянула на обложку и, не проявив никакого интереса, отодвинула ее. Валентину это вроде как-то обидело. Поджав губы, она сказала: не хочешь почитать? Я вижу, ты с этим не знакома. Нет, такая чепуха меня не интересует, да и зачем мне это? Ну это ты зря, а вдруг пригодится? В жизни всякое бывает. Возьми дня на 3, почитай! А почему только на 3 дня? Да потому, что эта книга мне всегда нужна, каждый день (Ой, как она права! Да и спасибо ей, что она меня натолкнула на это!)

Я взяла книгу лишь затем, чтобы не обидеть Валентину, почитала вечером. Примерно, 1/2 книги прочла. Ну и не очень чтобы очень, но все-таки заинтересовалась, хотя еще до конца не дочитала и буквально на следующий день получила травму указательного пальца правой кисти: напрочь вырвало мясо на концевой фланге, а сама фаланга раздроблена в виде веера. Жуткая боль, кровь, плачь ребенка (я была дома с внучкой 1 год 3 месяца и она сидела на горшке, вот к счастью-то!). Я быстро сняла ребенка с горшка, сунула (осознанно!) окровавленный палец в теплую детскую мочу. Вскоре кровь унялась и минут через 20 боль заметно стихла. В травмпункт я попала 8 часов спустя (так как не с кем было оставить внучку). Там мне хотели «откусить» оголенный «веер», и ушить рану. В этот момент привезли с тяжелой травмой и сильным кровотечением девочку лет 11. Все сразу же переключились на нее, оставив пока меня. А я от страха сбежала (от страха за себя и за девочку). Дома я стала 3-4 раза в день делать ванночки пальцу в теплой детской моче. За 26 дней наросло мясо, затянув оголенный «веер» без какого-нибудь нагноения. Даже рисунок на коже восстановился. Никаких следов травмы!

Вот это чудо! Палец живой! Теперь я имею, уже можно сказать, большой опыт «занятия такой чепухой». Разбила локоть при падении с велосипеда - за короткий срок и без осложнений залечила мочой. «Свинцовый» ноготь большого пальца левой стопы «заменила» на абсолютно новый и красивый - тоже мочой. Ожог на предплечье залечила за короткий срок тем же. Ну и масса другой мелочевки, вплоть до лечения парши у собаки. Спасибо, спасибо и Спасибо Вам за те знания, которые мы получаем из Ваших книг. Здоровья Вам и большого личного счастья. С уважением, Нина Е. 60 лет».

Система иммунитета имеет центральные и периферические органы. К центральным органам относятся костный мозг и вилочковая железа; к периферическим — селезенка, лимфоузлы и лимфоидная ткань желудочно-кишечного тракта.

К старости масса вилочковой железы снижается на 90%, а селезенки на 50%, что указывает на переход организма от защиты веществ иммунной к защите полевой — энергетической. У взрослого человека функция иммунитета в костном мозге и лимфоузлах постепенно угне-

тается из-за зашлаковки организма. Для того, чтобы полевая защита была полноценной, необходимо вести активный образ жизни, контролировать обыденное сознание, не допускать стрессов. Редко кто это делает, а поэтому редко кто имеет организм, хорошо защищенный от разного рода инфекций и вирусов.

Человеку, желающему избавиться от инфекционных, вирусных и опухолевых заболеваний, наряду с приемом детской урины для поднятия иммунитета необходимо очистить собственный организм на клеточном уровне, используя голод на урине, владеть своими чувствами, умом, правильно питаться и вести активный образ жизни. В качестве дополнительного средства для повышения иммунитета можно использовать свежую детскую урину в качестве компрессов, растираний.

Пример. «Неделю назад заболела рука. Даже ручку не могла держать и до крика в локте дергала. Натерла внучкиной мочой и как не бывало, с одного раза, а думала, что без больницы не обойтись».

МУЖСКАЯ И ЖЕНСКАЯ УРИНА. Естественно, мужская и женская урина имеет свои отличительные особенности, которые в первую очередь зависят от гормонального набора, а также «намагниченности» ее мужским или женским началом. Поэтому и рекомендуется в качестве «уринового донора» использовать человека одного с вами пола. В редких исключениях и на короткое время можно использовать и урину человека противоположного пола. Детская урина (от 1 года до 10 лет) ввиду малого содержания в ней гормонов, ответственных за половое различие, может быть использована лицами противоположного пола, но не более 1—3 месяцев. Чем младше ребенок — тем длительнее прием урины, чем он старше — тем короче.

УРИНА БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН. Этот вид урины весьма полезен и своеобразен. На составе урины, на ее свойствах отражаются работа материнского организма, функционирование матки как детородного органа, плаценты и организма ребенка. Такого уникального подбора веществ и «записанных» функций больше нигде нет.

Русский врач А. А. Замков, в двадцатых годах нашего столетия, на основе мочи беременных женщин (беременность до 1,5 - 2 месяцев) создает уникальный препарат, который он называет гравиданом. В связи с этим был даже создан Государственный НИИ уро-гравиданотерапии, который возглавлял сам А. А. Замков.

Вот как сам Замков описывает получение гравидана (1929 год).

«... я воспользовался мочой здоровой беременной женщины. Для этой цели я предварительно проделал ей все доступные реакции на ТБК и сифилис, которые дали отрицательный результат. После некоторых манипуляций над мочой путем фильтрации, сгущения, осаждения и пр. получилась активная жидкость, которая на мышах давала определенную резкую реакцию на присутствие гормона передней доли гипофиза. Мы ее простерилизовали, запаяли в ампулы и назвали «gravidan'ом».

Подробно поясню описанное Замковым. Он взял мочу беременной женщины. Срок беременность до 2-х месяцев не более. Именно в это время идут сильнейшие информационно-энергетические процессы формирования человеческого организма. Жизненная сила наиболее выражена и активна в процессах построения человеческого организма. После двух месяцев человеческий организм в основном сформирован и набирает лишь массу. Уникальные жизненные процессы уже прошли и более не записываются на жидкостных средах женского организма.

Для производства гравидана берется утренняя урина беременной женщины. Эту урину проверяют на наличие в ней всевозможных заразных болезней. Естественно, больную отбраковывают. Далее, урину фильтруют. Сгущать и осаждать урину можно с помощью упаривания до 1/4 первоначального объема. Это позволяет получить меньший объем и осадить, а затем отделить желчный осадок. В результате мы имеем стерилизованную жидкость, которую можно разлить в ампулы (герметические пузырьки). Эти пузырьки выставляют на 5 суток в термостат при температуре 37 ° С. Если жидкость помутнела, то ее отбраковывают, а остальную используют. Вот так в домашних условиях Вы можете производить гравидан, т. е. тот же мочегон, но от беременных женщин и использовать его для оздоровления и лечения.

Вот список болезней и нездоровья, излечиваемых по данным А. А. Замкова и др. посредством применения гравидана:

— появление бодрого настроения, восстановление сна или его улучшение, повышение мышечной силы и трудоспособности, увеличение устойчивости против воздействия низких температур;

— повышение восстановительной способности организма: рост и восстановление цвета волос, устранение ломкости ногтей, повышение тургора кожи и восстановление ее эластичности, обострение слуха и зрения, нормализация давления при гипо- и гипертониях, упорядочение дистонии нервной системы;

— устранение полового бессилия у мужчин, фригидности у женщин, маточных кровотечений, многолетнего бесплодия;

— устранение или ослабление следующих проявлений старости: слабости, нарушений голоса, отеков нижних конечностей, тяжелых изменений в сердце, геморроя, ослабления памяти, острых или подострых полиартритов, упадка сил, психических расстройств, ухудшения качества кожи, половой слабости, склероза (в последнем случае положительные сдвиги по следующим симптомам: устранение или уменьшение изжоги, дисфункции кишечника, одышки, эмфиземы легких, нарушений зрения, а также улучшение работы сердца, памяти, настроения, нервного равновесия);

— успешное лечение аменореи, дисменореи, менорагии, расстройств менструального цикла, климактерических расстройств;

— ускорение заживления ран, резкое изменение в благоприятном направлении гноеродных и других инфекций, улучшение результатов гнойной хирургии, лечение сыпного тифа, острых мастоидитов;

— улучшение результатов лечения церебрального артериосклероза, шизофрении, ранней эпилепсии;

— устранение или ослабление неврозов с букетом последствий, обусловленных алкоголизмом и морфинизмом, устранение или снижение тяги к алкоголю или наркотикам;

— при старческих гипертрофиях предстательной железы удавалось избавить больных от необходимости операции;

— при раке пищевода улучшение общего самочувствия и прохождения пищи, уменьшение или прекращение болей без применения наркотиков;

— ухудшение перевиваемости злокачественных опухолей (не указано каких) в опытах на животных, снижение скорости роста опухолей и повышение продолжительности жизни животных с перевивными опухолями;

— у грудных детей, пораженных рахитом: повышение переносимости инфекций, ускорение закрытия швов, родничков, прорезания зубов, повышение тонуса и ускорение психического развития, устранение физической и психической отсталости детей в более позднем возрасте;

— небольшое количество случаев излечения при диабете, несахарном мочеизнурении с поражением гипофиза, бронзовой болезни с нарушением функции надпочечников и др.

УРИНА ЛЮДЕЙ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА, особенно с 18 до 30 лет, сбалансирована по энергетике и гормональному составу. Ее желательно использовать для корректировки функций организма человеку в возрасте от 40 лет и старше. Для лечения заболеваний применять необходимо только свою урину (вспомните лечение «нозодами»). Если вы решили использовать «уринового донора» для стимуляции собственного организма, то подбирайте молодого, здорового, однополого человека одинаковой конституции с Вами. Познакомьтесь с его образом жизни, привычками, питанием. Почувствуйте его расположение к вам - полное понимание с его стороны к вашим «странным» просьбам. Введите его в курс дела.

СТАРЧЕСКАЯ УРИНА. Ввиду того что человек в этом возрасте живет как бесполое существо, с пониженным иммунитетом, разбалансировкой гормональных функций и т. д. — это наиболее неподходящая урина, которую можно использовать только самому для лечения разнообразных болезней и расстройств. Другие людям ее могут применять тогда, когда надо срочно запустить мочеотделение и т. п.

6. Влияние на качество урины питания, эмоционального состояния.

ВЛИЯНИЕ НА УРИНУ ПИТАНИЯ. Питание при уринотерапии имеет большое значение. Автор многие тонкости питания узнал за счет того, что регулярно употреблял и употребляю собственную урину. Наша урина — прекрасный индикатор на съеденные продукты. Лучше все-

го она после приема натуральных продуктов: овощей, фруктов, каш, орехов, меда, травяных чаев. Можно употреблять в небольшом количестве, при условии правильного сочетания, мясо, яйца, молоко, картофель, творог Худшая получается от рафинированных, засоленных, неестественных продуктов и смешанного питания Если в пищу входят продукты, богатые белком, они разлагаются на мочевину и большое количество азотистых веществ, которые, в свою очередь, разлагаются до АММИАКА, придающего урине специфический запах. Отсюда диета является самым важным фактором, определяющим вкус и запах урины. По собственной урине вы сразу поймете, без всякой теории, какими продуктами надо питаться и как их правильно употреблять. Без этой обратной связи бесполезно толковать человеку о правильном питании.

Весьма хороша урина, когда человек 2—3 и более дней подряд питается хлебом из проросшего зерна без всякий приправ и овощами и фруктами (Данная рекомендация относиться к теплому времени года, но не зиме). Целительные возможности такой урины значительно возрастают, и ее можно использовать для лечения других людей. Если смешать такую урину с медом, то вряд ли кто разберет, что это урина, а не травяной настой.

Уникальная урина образуется во время голодания. Во время голодания организм переходит на внутреннее (эндогенное) питание, используя жировую ткань, белки тела, а по мере увеличения срока голодания — переходит на синтезирование аминокислот из кетоновых тел, азота и углекислого газа. Ввиду того, что начинается мощное отделение шлаков и урина насыщена ими, принятие внутрь такой урины, всей или частично (только дневной, частично дневной), способствует еще более мощному растворению залежей шлаков, лечению скрытых очагов инфекций согласно гомеопатическому принципу - ПОДОБНОЕ ДЕЙСТВУЕТ НА ПОДОБНОЕ. И чем больше сроки такого голодания, тем лучше организм освобождается от все более глубоких отложений шлаков, вплоть до костной ткани. Автор только благодаря этому эффекту в сорок лет приобрел гибкость, как у заправского йога. На вкус такая урина делается все более и более резкой, едкой и все лучше и лучше растворяет, оздоравливает, изгоняет разнообразную патологию. При этом она настолько становится насыщенной шлаками, солями и т. д., что сбрасывается через задний проход, заодно прочищая толстый кишечник естественным путем. Но когда глубинное очищение оканчивается (примерно на 20-е — 30-е сутки, при условии, что до этого вы прошли очищение толстого кишечника, печени), урина приобретает нормальные вкусовые качества. Поэтому по вкусовым качествам урины можно весьма точно ориентироваться во времени окончания голодания. Показатель этот строго индивидуален и не требует ничьих наблюдений со стороны.

ВЛИЯНИЕ НА УРИНУ ЭМОЦИЙ. На полевую форму жизни огромное влияние оказывают мысли, эмоции, настроение. На квантовом уровне от каждой мысли образуются квантовые флуктуации, которые в итоге создают физические вещества. Например, страх приводит к выделению адреналина, радость вызывает образование эндорфинов. Все эти вещества по-разному влияют на физиологию организма. Естественно, они (эти вещества) поступают в урину, которая от этого может становится ядовитой или целебной. Практика показывает, что от переживаний, гнева и других отрицательных эмоций образуются вредные вещества. Насыщенная такими веществами урина при обратном приеме может вызвать отравление. Радостное настроение насыщает урину благоприятными веществами, которые при повторном приеме являются бальзамом для тела.

Настроив свое сознание на выздоровление, Вы тем самым можете внутри себя вырабатывать собственные лекарства для исцеления и повторно использовать его с уриной. Разнообразные волевые установки, исцеляющий настрой Сытина (Сытин Г. Н. Животворящая сила. Помоги себе сам. М. 1990.) и т. п. весьма помогут вам в этом, а урина усилит благотворное воздействие. Отсюда вытекает и предупреждение: ПОСЛЕ НЕРВНЫХ ПОТРЯСЕНИЙ, ГОРЯ, НЕНАВИСТИ, ОБИДЫ и т. д. УРИНУ ПРИНИМАТЬ НЕЛЬЗЯ. Пусть пройдет 1-2 дня.

ПРАКТИКА УРИНОТЕРАПИИ

Мы с Вами разобрали за счет чего действует на организм урина и ее компоненты. Теперь желательно знать, как действует тот или иной метод ее применения с тем, чтобы целенаправленно воздействовать.

ПУТЬ УРИНЫ ПО ОРГАНИЗМУ ЧЕЛОВЕКА ПРИ ВВЕДЕНИИ ЕЕ ЧЕРЕЗ РОТ. Поступая в ротовую полость, урина обеззараживает (для этого она должна иметь кислую реакцию) ее, подавляет гнилостные процессы, лечит миндалины. Если ею долго полоскать рот и горло (около 5 минут), то она укрепляет слизистую оболочку рта, прекращает кариес зубов и дезинфицирует миндалины. Если полоскать минут 30, то урина будет укреплять эмаль зубов за счет перехода микроэлементов из урины в зубы. Лучше всего подобную процедуру проделывать вечером перед сном.

Многие люди, серьезно занимающиеся уринотерапией, используют урину вместо зубной пасты. Она не раздражает слизистой оболочки рта, укрепляет зубы и дезинфицирует ротовую полость. Зубная паста или порошок - наоборот, сушит, раздражает, жжет.

Полоскание уриной рта вызывает оздоровление корней зубов. За счет эффекта “отсасывания” из корней зубов выходят гной и прочая инфекция, обратно поступают минеральные вещества - подпита для корней, что в конечном счете приводит к укреплению зубов.

По пищеводу урина поступает в желудок, при этом она очищает и укрепляет слизистую оболочку пищевода. В желудке урина долго не задерживается. За счет растворяющих и отсасывающих свойств она очищает желудок от патологической слизи, этому же способствует и горький вкус, содержащийся в ней. За счет осмоса, она насасывает жидкость и тем самым промывает секреторные клетки желудка, в результате чего они лучше функционируют. Ввиду того что в ней содержатся ферменты, гормоны, противовоспалительные вещества, она способствует лечению, укреплению слизистой оболочки. Кислые свойства урины подавляют язвенные процессы в желудке, ибо язва желудка - это деструктивный (распадочный) процесс, вызванный гниением. Прием урины радикально решает все эти вопросы, чем и объясняются хорошие эффекты при лечении язвенной болезни, желудка и 12-перстной кишки. Урина должна быть малосоленой, поэтому исключите на период лечения поваренную соль, побольше кушайте овощей, свежевыжатых соков и каш.

51. Пример. «Муж, я и мама уже целый год пьем урину. Муж вылечился от болей в желудке, мой организма как будто воскрес, у мамы прошла головная боль».

Из желудка частично разбавленная урина поступает в двенадцатиперстную кишку и далее в тонкий кишечник. За счет силы осмоса она продолжает насасывать воду в полость кишечника, тем самым очищая стенки двенадцатиперстной кишки. Все это выражается в улучшении аппетита, нормализации веса тела. Урина способствует нормализации микрофлоры, а это, в свою очередь, избавляет от упорнейших дисбактериозов и всех болезней, связанных с ними.

Дальше тонкого кишечника урина не идет, за исключением тех случаев, когда она употребляется в больших количествах. Тогда она проходит через весь желудочно-кишечный тракт, вызывая послабление (как солевое слабительное) и очищение. Но и это может наблюдаться только в первые 1 - 3 недели, в дальнейшем урина всасывается и эффект послабления становится менее выраженным или полностью исчезает. Стул становиться естественным.

В тонком кишечнике происходит настолько сильное разбавление урины водой, что она сравнивается по своему осмотическому давлению с межтканевой жидкостью и начинает всасываться. При этом следует знать, что вредные для организма вещества и лекарства задерживаются кишечной стенкой (ведь тонкий кишечник выполняет и выделительную функцию) и выбрасываются через анус наружу. Этим объясняется эффект очищения урины при ее повторном введении, из мутной она превращается в прозрачную жидкость, которая повторно выбрасывается из организма уже не как насыщенная вредными веществами, а просто как лишняя вода. Вредные вещества выводятся через кишечник.

Всасываясь через стенку тонкого кишечника, она попадает в кровь. И здесь начинают проявляться положительные и лечебные свойства ве-

ществ, всосавшихся с ней. Отметим, что урина, принятая ранним утром, натощак, всасывается малоизмененной; принятая в течение дня, она под воздействием пищеварительных ферментов подвергается изменениям.

Попав в кровь, урина разжижает ее, делает более текучей, а так как вся кровь от желудочно-кишечного тракта поступает в печень, то первое благоприятное воздействие оказывается именно на нее. Печень очищается, нормализуются ее функции, желчь делается менее вязкой. Разжижение желчи способствует тому, что плотные конгломераты, сгустки, образовавшиеся в ней, постепенно растворяются и рассасываются. Если в желчном пузыре имеются камни, то они подвергаются воздействию собственными нозодами и также постепенно разрушаются и растворяются. Вот другая причина успешного лечения желтухи и желчно-каменной болезни собственной уриной.

Пройдя печень, составные части урины разносятся кровью по всему организму и оказывают все многообразие положительных влияний: интерференционный эффект на болезнетворные очаги; гормональную регуляцию за счет обратной связи с железами внутренней секреции; наличие растворяющих факторов (фермент урокиназа и др.) способствуют растворению тромбов в крови, атеросклеротических бляшек на стенках сосудов; мочевина как естественное мочегонное удаляет воду, вызвавшую отеки; являясь противораковым фактором, она вовремя подавляет микроочаги опухолей и способствует их профилактике; стимулируется деятельность сердца, почек, оказывается самое различное воздействие на организм для поддержания его в здоровом состоянии.

52. Пример. «Уринотерапией занимаюсь 2,5 года. Мне 58 лет. Результаты поражающие - восстановилось давление, улучшилось зрение, похудел (был вес - 114 кг, сейчас- 105 кг). Помолодел, стал энергичным и жизнерадостным. Самочувствие хорошее, бодр, работоспособен, но водянка левого яичника, слабо поддается». (Надо применить голод и методику очищения полевой формы жизни.)

53. Пример. «Уринотерапией занимаюсь почти месяц, стала чувствовать себя лучше, похудела почти на 3 кг, сердце почти не болит, автобусом и маршруткой не пользуюсь»!

Пройдя таким образом через все ткани нашего организма, оставив ненужное в полости кишечника, промыв, очистив, простимулировав, урина в виде чистейшей лишней жидкости образуется в почках - очищая и оздоравливая почечную ткань. Затем в виде структурированной воды, насыщенной информацией о нашем организме, урина выбрасывается.

Если в организме человека имеются разложение, воспаление, вызванное болезнью какого-либо органа, ткани, то закисляющими свойствами урина подавляет его, а наличием белковых тел способствует восстанавлению разрушенного. Именно на этот эффект указывал Армстронг, говоря, что ни одно лечение не способствует восстановлению разрушенных органов, кроме уринотерапии.

Вот основной перечень эффектов, возникающих при применении урины внутрь, посредством питья. Если вы будете пить урину детей, то к вышесказанному добавьте иммунные и омолаживающие эффекты.

ПУТЬ УРИНЫ ПО ОРГАНИЗМУ ЧЕЛОВЕКА ПРИ ВВЕДЕНИИ ЕЕ ПОСРЕДСТВОМ КЛИЗМЫ. Если при использовании урины через рот мы в основном воздействуем на верхние отделы желудочно-кишечного тракта, то применение клизм позволяет влиять на толстый кишечник, не затрагивая тонкий. Питье и клизмы дают возможность полностью прорабатывать весь желудочно-кишечный тракт.

Урина, а также ее различные виды (упаренная до 1/2 - 1/4 первоначального объема, детская, активированная холодом, насыщенная микроэлементами и т. д.), - самое лучшее средство для клизм. Во-первых, она отвечает главному критерию - безопасности, исключена возможность передозировки. Во-вторых, она дезинфицирует полость толстой кишки, не вызывая раздражающего эффекта на стенки. В-третьих, естественно нормализуется pH среда, подавляется патогенная микрофлора толстого кишечника, не задевая нормальную. В-четвертых, за счет осмоса она насасывает в полость кишки воду, что очищает стенки толстого кишечника. В-пятых, своими противовоспалительными свойствами урина прекрасно восстанавливает слизистую оболочку, разрушенную колитом, и т. д. В-шестых, изгоняет радикально, но мягко

всех паразитов, обитающих в толстой кишке. В-седьмых, разгрузив толстую кишку, нормализовав ее деятельность, вы поднимаете собственную энергетику, иммунную защиту, улучшаем качество жизни.

54. Пример. «Мне 59 лет. Сделал за 13 месяцев 76 чисток печени и порядка 85 клизм из мочегона. Из меня за это время вышло 1412 холестериновых камней, величиной начиная от грецкого ореха и меньше, и также 2 известковых, один величиной 12 - 6 мм, второй на 8-4 мм и еще 8 раз !!! Шел известковый песок. Кроме всего этого из толстого кишечника шли лохмотья дикого мяса, стручья и полипы в виде маленьких грибков и цветочков, а также очень много вязкой коричневой слизи. За 13 месяцев три раза чистилась поджелудочная железа. До начала чисток в моей комнате стоял тяжелый воздух. Сейчас воздух чистый.

Прекратилось чесание тела. Исчезли и пупырышки (гусиная кожа), исчезла сухость - кожа стала эластичной. Улучшился слух. Кушаю в основном 2 раза в сутки. Стал применять «Дыхание счастья» по 20-30 минут в день в горячей ванной. Бывают покалывания в руках до локтей и ног до колен. Пил отвар одуванчика - после двух недель приема начало выходить большое количество мокроты через нос и шло в течение 2 недель.

	Количество процедур	Количество камней
январь 1995 года	13	150
февраль	4	77
март	9	282
апрель	9	321
май	3	0
июнь	3	100
июль	7	166
август	7	77
сентябрь	4	50
октябрь	6	63
ноябрь	3	70
декабрь	4	61
январь 1996 года	4	15

В данной таблице написано, сколько раз в месяц я пил подсолнечное масло и лимонную кислоту и сколько камней вышло за месяц».

ПУТЬ УРИНЫ ПО ОРГАНИЗМУ ЧЕЛОВЕКА ПРИ ВВЕДЕНИИ ЕЕ ЧЕРЕЗ НОС. Промывание носоглотки путем втягивания урины носом и выплевывания через рот является очень сильным оздоравливающим лечебным средством для организма человека. Носовая полость обильно снабжена нервами, которые обеспечивают рефлекторную связь слизистой оболочки со всеми органами тела. Раздражение различных участков слизистой оболочки носа оказывает влияние как на функции отдельных органов и систем, так и на весь организм.

Совет читателя, как промывать носоглотку. «Сейчас я ей промываю носоглотку уриной (очень хорошо при насморке). Хочу поделиться советом, как маленьким детям промывать носоглотку. Берем детскую грушу (клизмочку), опускаем ребенка над ванной (лучше это делать вдвоем) и набираем в грушу урину. Промываем сначала одну ноздрю, а чтобы содержимое из носа ребенок не заглотил, сразу прижимаем язык и полощем грушей горло. Вся слизь выходит наружу (то же самое с другой ноздрей). А чтобы лучше промыть гайморовы пазухи, перед тем как заливать в нос урину, нагнуть голову ребенка вбок и промыть. Эффект Вы увидите сами. Мы так лечились при бронхите, все удивлялись, что мы за неделю вылечились. А чтобы вышла слизь из груди, перед тем, как заливать урину, нажать ложкой на корень языка, ребенок отрыгнет слизь, а моча вытащит. Моя свекровь спасла таким образом от бронхиальной астмы мужа моего. Он тоже с самого рождения болел бронхитами, а в два года у него отказало легкое. Свекровь говорит, что, когда она начинала впервые чистить, то выпадали черно-зеленые сгустки. Только тогда она это делала не уриной, а солено-содовым раствором. Тогда про уринотерапию еще известно не было. Это было 18 лет назад. А подсказала ей этот способ детская медсестра».

Обонятельные рецепторы расположенные в носовой полости тесно связаны с гипоталамусом, который вместе с гипофизом контролирует деятельность большинства желез внутренней секреции. Когда мы втягиваем урину с содержащимися в ней веществами в носовую полость, то эти вещества раздражают обонятельные клетки и слизистую оболочку. Это, в свою очередь, строго специфично воздействует на гипофиз. Помимо этого, вещества, содержащиеся в урине, способны проникать в мозг через

решетчатую кость и оказывать свое действие напрямую. Это воздействие распространяется на весь организм по цепочке: гипоталамус - гипофиз - эндокринные клетки - железы - клетки организма. Так осуществляется удвоенная обратная связь, которая через урину способствует выравниванию и координации функций организма, его внутренней среды, то есть излечению и оздоровлению организма.

55. Пример. «Я проводила очищение кишечника и печени - очень успешно. Сейчас чувствую себя настолько хорошо, что даже не верится. В результате приема урины внутрь я вылечила (или почти вылечила) язву 12-перстной кишки - уже год я не принимаю спазмолгон, а раньше всегда носила с собой, и вообще боялась есть что-либо. Сейчас я соблюдаю режим раздельного питания и посты - результаты очень хорошие. После уриновых клизм у меня стали безболезненно проходить месячные (раньше были боли такие, что я думала - легче было бы умереть, чем терпеть этот кошмар). И еще: происходит со мной очень интересная вещь, которую я бы очень хотела понять, а именно: от таза до пятки правой ноги проходят волны тепла, как будто кто-то держит очень близко нагревшуюся электрическую лампу. Что бы это могло быть?

После двух месяцев практики нетти из носа вышло фантастическое количество гноя! И продолжает отходить А иногда идут сопли с запахом, анальгина, глазолина или чего-нибудь еще. Я уже совсем было приготовилась помирать, но благодаря Вашим книгам воспаряла духом и решила, что если серьезно взяться за свое здоровье, то можно еще пожить».

56. Пример. «Занималась спринцеванием (утренняя урина) и ставила тампоны из свежей урины непродолжительное время, пошла на осмотр к гинекологу, врач сказала, что эрозия зарубцевалась, я очень обрадовалась.

Если простужаюсь, сразу прихватывает горло, и нос забивался недели на 3-4. В декабре 1995 года ангина, температура высокая, врач выписала гору антибиотиков. 2 или 3 дня я пролежала, пила чай с медом, мало ела, все время закапывала нос и горло полоскала уриной, быстро поправилась, без лекарств. Вот уже 1,5 года при простуде нос не закладывает. Раньше и сейчас я закапываю глаза, нос и рот полощу, у меня перестает скапливаться гной в горле».

ПУТЬ УРИНЫ ПО ОРГАНИЗМУ ЧЕЛОВЕКА ПРИ ВВЕДЕНИИ ЕЕ ЧЕРЕЗ КОЖУ.

При нанесении на кожу урина всасывается через нее и поступает внутрь организма без изменений. Это наиболее естественный путь (вспомните амниотическую жидкость окружающую формирующийся организм человека), который к тому же оказывает наилучшие результаты.

57. Пример. «Мне 47 лет. Мыла волосы уриной, прошла перхоть, волосы лучше стали расти. Протирала лицо и руки мочой, была сильная чесотка, прошло».

Русские врачи А. А. Замков и Ф. С. Ханеня рекомендовали вводить гравидан и стерилизованную урину, также, только под кожу. Зная большую всасывающую способность кожи, можно посредством простого растирания с уриной вводить «лошадиные дозы» урины в организм, которые во много раз превосходят то, что можно делать посредством шприца (обычно от 2 до 3 см3).

С КАКОГО ВОЗРАСТА МОЖНО ПРИМЕНЯТЬ УРИНОТЕРАПИЮ И КОМУ ОНА НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНО ПОМОГАЕТ? Каждый человек «усиленно практикует» уринотерапию в первые 9 месяцев своей жизни. Поэтому, возобновить эту практику можно в любом возрасте. Не делайте себе жесткой установки, что ее необходимо пить, применяйте ее накожно - делайте компрессы, ванны, смазывайте кожу, делайте втирания и массажи. Внутрь ее применять достаточно всего один раз утром по 50 - 100 граммов.

Наиболее эффективно уринотерапия (через кожу) помогает тем людям, у которых ослаблена энергетика, а внутренняя среда организма подвержена гнилостным процессам. Особенно часто это происходит в пожилом и старческом возрасте. Поэтому и прием урины в этих случаях дает наиболее поразительные результаты.

58. Пример. «Мне 74 года. Просто начала пить урину свою и растирать тело, мне трудно было поверить, что после 9 дней у меня выросли крылья, все тело и лицо стало сверкать белизной, свежестью. Мне никто не давал мои годы, самое большое давали 55-58 лет, а мне 72 года. Мои движения, походка все стало легким, а самочувствие было замечательным».

59. Пример. «Мне 58 лет, выгляжу моложе на 10 лет. Уриной занимаюсь с августа 95 года. Почистила кишечник упаренной уриной 1 раз, печень 2 раза, пью 150-200 гр. 1-2 раза в день, натираюсь упаренной уриной 1 раз в неделю, ванны уриновые 1 литр старой на ванну раз в неделю, промываю нос, глаза, умываюсь утром свежей шею и лицо, руки до локтей.

Результат: шум в ухе в голове прошел, слышу хорошо, читаю, пишу без очков, на ноге - большой палец - был «свинцовый» ноготь. Крошился, больно было носить обувь лет 15-20. Сейчас - исчез, нет. Делала после ванночки - компресс из упаренной урины 1-2 раза в неделю. Под грудями было много мелких бородавок - натирала упаренной уриной. «Растаяли» - нет, чуть- чуть пятнышки остались. Зубы и десна протираю на ночь упаренной уриной до 1/4, перестали болеть даже под коронкой, лицо гладкое».

Методики использования урины посредством клизм. Теперь, перейдем к рассмотрению методик применения урины. Как они осуществляются на практике.

ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА. Лучше всего начать клизменные процедуры с собственной уриной, подогревая ее перед употреблением, а старую - прокипятить и остудить до температуры парного молока. Ввиду эффективности подобных клизм дозировка небольшая; от 500 до 1000 граммов урины за одну процедуру. Далее, через 10 - 15 процедур, которые выполняются через день (после опорожнения), желательно сделать столько же клизм с упаренной уриной. В зависимости от переносимости упаренной урины, их можно делать с 1/2 или 1/4. Дозировку следует увеличивать постепенно, от 50 до 500 граммов, прибавляя с каждой последующей процедурой по 50 - 100 грамм. Дойдя до 500 грамм, начинайте постепенно уменьшать дозировку, как и набавляли. В дальнейшем подобные клизмы нужно делать в зависимости от самочувствия.

60. Пример. «Я начал с чистки толстого кишечника с сентября 1995 года. Неоднократно проводил серии чисток по 7-8 дней подряд с начала обычной уриной, а с февраля 1996 года частично с упаренной уриной. Хочу подтвердить, что пропали ежедневная отрыжка, слабость в теле. Появилась «легкость» самочувствия».

61. Пример. «Я чистила кишечник по Вашему методу сначала простой уриной, потом упаренной. В первый раз было все, как у Вас в книге - сильные обострения моих болезней: болели почки, моча была с белыми хлопьями, шли выделения из влагалища, шло много белой слизи, болел кишечник, очень болела голова. Все продолжалось где-то месяца полтора. Потом стало легче. Стала бодрее себя чувствовать, голова не кружилась, меньше тошноты. Стали регулярными и менее болезненными месячные, меньше стал болеть правый яичник. Лицо посвежело, был хороший, здоровый цвет. Намного легче стало с аллергией, хотя совсем она не прошла.

Начала пить утреннюю мочу, полоскала горло, закапывала нос. Эффект хороший. Стала есть мед, пшеницу, больше каш, хлеб только черный, пила соки до еды. Похудела очень (вес 46 кг при росте 161 см), чувствую себя лучше».

62. Пример. «Пишет Вам пенсионерка. Мне довелось пережить то, что в народе называют порчей. Дошло до того, что я хотела умереть, наложить на себя руки. Два года ходила лысая, плохо ходили ноги, иду иду и вдруг как подкошенная падаю. Врачи ничего не находили, все анализы и снимки хорошие. Потом встретились на моем жизненном пути две добрые души, которые мне и оказали помощь. Затем попалась книга Брэгга «Чудо голодания» и в декабре 1991 года я провела 1 голодовку 14 суток. Летом 92 года я уже начала ходить в лес, но через коряги еще не могла перелезать. 93 год ходила нормально, то есть как все в гору еле еле с горы довольно бодро. Но с тех пор, как я прочитала Ваши книги и провела чистку кишечника, ту которую считают жесткой, я начала возрождаться. Появилась легкость, об этом я могла только мечтать. Начало все меняться с 91 года, а сейчас я вообще на многое смотрю по другому».

В дополнение добавлю, что урину можно насыщать солями и микроэлементами, например, из морской капусты. Для этого при упаривании в урину кладут столовую ложку сухой морской капусты, либо добавляют травяной чай (чем разнообразнее состав трав, тем лучше). В итоге вы можете из 2 литров при упаривании до 1/4 получить 500 граммов упаренной урины, насыщенной микроэлементами и солями. Кстати, она лучше сохраняется и имеет другой запах.

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ПРОМЫВАНИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН. Урина весьма эффективно влияет на женскую половую сферу. Различного рода спринцевания и орошения влагалища уриной, тампоны из нее помогают восстановить слизистую оболочку, излечиться от многих женских болезней. Для этого надо регулярно промывать половые органы свежей и упаренной уриной посредством резиновой груши. В дальнейшем, профилактически выполнять эту процедуру.

63. Пример. «Гинеколог определил у меня эндометриоз. Я лечилась уколами, но не долечилась, бросила и стала спринцеваться уриной и на ночь делать тампоны из урины. Когда пошла к гинекологу, она сказала, что состояние улучшилось, что такого хорошего эффекта она не ожидала».

64. Пример. «Могу похвастаться что спрынциванием мочой (собранной за день) по вечерам я вылечила эрозию шейки матки и кальпит. Лечила 1 месяц».

Очень важная рекомендация. Никогда не хвастайтесь, что Вы что-то себе излечили. Просто сообщайте и не более. Хвастовство может вернуть болезнь, или накликать новую.

65. Пример. «Мне 30 лет. Мне врачи говорили, что у меня эрозия. И мне пришла на помощь Ваша книга.

Через две недели эрозия исчезла. Я спринцевалась две недели свежей уриной, пила. На ночь ставила тампоны и в феврале эрозию не обнаружили».

Методики использования урины через кожу. ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА ЧЕРЕЗ КОЖНЫЕ ПОКРОВЫ. Для этого подходит массаж или растирание тела с упаренной уриной до 1/4 части первоначального объема. Появление высыпаний на коже указывает на то, что очистительный процесс начался шлаки выходят через кожу. Продолжайте массировать или смазывать тело до полного очищения кожи. Если высыпаний будет слишком много, то подождите 1 - 2 дня (можно поголодать), а затем снова приступайте к массажу. Наряду с этим видом расшлаковки организма применяйте клизмение и парные процедуры, что облегчит и ускорит очистительный процесс.

66. Пример. «Мне 54 года. Год назад я перешла на раздельное питание. Похудела на 7 кг. Мой вес 57-58 кг. Давление нормализовалось до 120 - 80. Занимаюсь утром гимнастикой. Уриной протираю лицо, руки, десна. Пью 3 глотка утром. Чувствую себя очень хорошо».

ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ, ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ СТИМУЛЯЦИИ И МИКРОЭЛЕМЕНТНОЙ “ПОДКОРМКИ” ОРГАНИЗМА. Для этой цели хорошо подходят массаж, смазывание, а также ванны с добавлением урины. Продолжительность процедуры от 15 минут до 2 и более часов. Компрессы на ступни ног прекрасно стимулируют общую энергетику организма.

67. Пример. «Я уже почистила два раза кишечник и теперь буду чистить печень и почки. У меня раньше болели сильно ноги (пятки). Посидев, я не могла на них наступать, пока не расхожусь. Две недели я делал компрессы на ноги из упаренной урины. И произошло чудо. Сейчас у меня не болят пятки».

Для лечебных целей больше подходит активированная холодом детская и старая урина (но не более 2 - 3 дней выдержки).

68. Пример. «Мне 25 лет. Уринотерапией занимаюсь 9 месяцев, хотя, честно говоря, особых проблем со здоровьем раньше не было, пока не заработал простатит. По конституции я почти поровну Питта-Вата.

Неправильные водные процедуры в воде холодных ванн, причем с постепенным наполнением быстро сделали свое дело (тогда у меня еще не было Ваших авторских учебников).

Сделал все важнейшие чистки (печень почистил 4 раза), утром и вечером стакан урины, пил также очень старую (Не рекомендую пить очень старую урину.) и упаренную. Да и вообще голодание, промывание носа, чистка зубов - все на урине.

Постепенно отказался от дрожжевого хлеба, изредка оладьи), чая, кофе, водка в очень малом количестве не более 150 г в месяц, никогда не курил. Пеку лепешки из пророщенной пшеницы (толку в ступке), утром ее же 50 г с медом, изредка мясо в чистом виде. Продукты стараюсь не смешивать.

В результате такой практики исчезла угревая сыпь на лице, сильно усилилась перестальтика (раньше по двое суток не мог сходить). А после того, как купил Ваш авторский учебник о водолечении, начал делать контрастные обливания

под душем. Где-то три минуты теплая и горячая почти кипяток, затем холодная резко с головой. Так раза три сменяю. Заканчиваю горячим душем и выливаю на себя большой таз холодной воды. Боже мой, как та процедура колоссально стимулирует, знал бы, сразу бы делал в комплексе с уринотерапией».

Для рассасывания солей хорошо подходит очень старая урина, упаренная до 1/4 части первоначального объема. Ее едкость (за счет образования аммиака) расширяет поры кожи, а повышенное количество солей способствует за счет осмоса "вытаскиванию" отложений из организма. Если после применения такой урины, наоборот, появятся обострения, то попробуйте просто упаренную урину. Если и это будет вызывать осложнения, которые не походят на очистительные реакции, то прекратите процедуры, ибо происходит "перетаскивание" солей из урины в пораженное место по тому же закону осмоса. В этом случае используйте другие очистительные процедуры (сокотерапию, голодание и т. д.).

69. Пример. «Наросты на ногах я вывела путем компрессов, делала на ночь упаренной мочой. Большое Вам спасибо»!

Для энергетической стимуляции организма подойдет урина, активированная магнитным полем и упаренная до 1/4 части первоначального объема. Можете упаренную урину дополнительно активировать магнитным полем.

70. Пример. «В данный момент очистила уже 2 раза печень - дерьма вышло предостаточно. И ноги отпускает и просто хорошо, стала тело свое чувствовать и цвет поменялся на коже.

Занимаюсь уринотерапией и пью по утрам. Курсами обтираюсь, и ванны с упаренной провожу.

А вот провожу дыхание счастья да, получаю счастье. Очищение полевой формы провожу уже около часа. Сейчас только лучше начинает чувствоваться. А то сильно сводило судороги, сильно плачу. Когда останавливаю сеанс встаю как после глубокого сна. Отдохну становится легче. Начинаю работать по дому. Как мне хорошо не могу передать».

ДЛЯ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ПОРАЖЕННЫЕ ОРГАНЫ. Для этого используйте массаж по сегментам тела, а также компрессы из урины на них.

Методика целенаправленного воздействия на пораженные органы невероятно проста. Смачиваете шерстяную ткань в упаренной урине. Налаживаете ее на кожу, а сверху целлофановый лист и закрепляете эластичным бинтом.

Для того, чтобы кажа привыкла и не было сильных ответных реакций со стороны организма, такой компресс держите один час. Далее, время постепенно увеличиваете и оставляете на всю ночь. Утром ополаскиваете кожу теплой водой, и так до следующей ночи.

Дополнительная рекомендация: для целенаправленной стимуляции ослабленных и больных органов подходит смазывание кожи или компрессы с учетом времени работы органов в течении суток, лунного цикла и времени года.

Для компрессов опробуйте различные виды урины и остановитесь на наиболее подходящей для вас.

71. Пример. «Захотелось самой во всем разобраться, что касается собственного здоровья. Помогли Ваши книги. Начала внимательно изучать их и экспериментировать на себе. Очень осторожно. Делала уриновые ванны и компрессы, за 2 недели выдрались сухие мозоли, исчез грибок под ногтями, прошла боль в суставах, частично отошла мертвая кожа. А тут рука стала ныть - застарелый артрит, просит себе компресс. Среди ночи вставала, делала компресс и рука успокаивалась. Становилось тепло, кровь пульсировала. Потом рука покраснела, распухла, появились гнойнички. Я уже знала, что так и должно быть. А тут и нога запросила. Пришлось на нее ставить компрессы, на колено и голеностоп. Иногда жгло нетерпимо, но я терпела. Постепенно колено стало гибким, связки эластичные. Потом клизмы.

От остеохондроза - компрессы на спину, от атеросклероза сосудов мозга - компрессы на шею и затылок. Продолжала делать клизмы, но ничего страшного не выходило.

19 февраля 1997 г. чистила печень. Выходили сгустки темно-зеленой желчи. В феврале, с 25 по 27, прошла первое голодание. Сейчас, с 27 марта по 4 апреля - второе. Результаты обнадеживающие. Был тяжелый ацидотический криз. Проснулась среди ночи от состояния отравления (на 7 день). Рот обложен. Голова тяжелая. Все тело переполнено шлаками. Сделала клиз-

му, приняла ванну, прохладный душ, проветрила комнату. Снова уснула и проснулась бодрой. (Вот так надо бороться с кризисными явлениями во время голода. Если не заставить себя это сделать, на помочь своей жизненной силе в наведении порядка в организма, то человек пасует перед трудностью и прекращает голод. А болезнь, готовая покинуть организм, остается. Грубо говоря, все работа на голоде перечеркивается. Оздоровительный кризис надо обязательно пройти, а для этого разумно помогайте его преодолеть.) Если бы я не выводила предварительно шлаки компрессами и клизмами, наверное, отравилась бы. И в процессе голодания я делала компрессы на спину, шею, голову, принимала ванны, делала клизмы. Вот тут-то стала выходить слизь и мелкие черные частицы в виде зерен. Я хорошо представляю, как мои сосуды очищаются от отложений жира и других шлаков. В течение дня токсины выделяются со слюной, которая скверно пахнет. Надеюсь, следуя Вашим методикам, излечиться полностью от атеросклероза сосудов мозга».

Очень хороши ножные компрессы из различных видов урины. Для этого смачивают шерстяной или хлопчатобумажный носок в урине и надевают его на ногу. На носок одевают целлофановый пакет, а сверху еще один носок. Держат от часа до всей ночи.

В КОСМЕТИЧЕСКИХ ЦЕЛЯХ. Для этого лучше всего использовать свежую, активированную (холод, магнитное поле) или упаренную урину. Смажьте ею лицо, руки, шею. После высыхания повторите эту процедуру еще несколько раз и смойте теплой водой без мыла (конечное обмывание проведите прохладной водой). Можете массировать эти участки тела с уриной, а затем смыть ее. Полезно проследить, сколько урины впитывает ваша кожа. 20 - 30 грамов вполне достаточно. В результате ваша кожа лица, рук будет в прекрасной форме.

Для роста волос лучше всего подходит старая, детская и активированная урина. Эти виды урины можно втирать в область корней волос или делать компрессы.

72. Пример. «Мне 32 года. К уринотерапии я начала подходить постепенно. Сначала очищение кишечника, затем месяц - нетти (промывание носа) и умывание мочой, стала пить мочу и натираться мочегоном. Массаж с упаренной уриной мне очень нравится. И кожа резко улучшилась».

73. Пример. «Где-то 5-6 месяцев назад попал под пламя на работе, обгорели брови и ресницы. Я их мыл 2-3 раза теплой свежей мочой. Теперь выросли. Мне кажется бурный рост пошел с весной, ресницы такие длинные - здорово»!

74. Пример. «Хочу поделиться своими успехами и попросить совет у Вас. Жаль, что поздно услышала о Ваших книгах, а ведь могла бы сохранить здоровье, которое не блещет, хотя на внешний вид не скажешь, что я перенесла столько операций и на сегодняшний день имею столько болезней, а именно: в июне будет 42 года, при росте 154 см имею вес 49 кг, стройная, легкая, шустрая - выраженная конституция «Ветер», выгляжу моложе своих лет.

Мои болячки: бессонница, хронический тонзиллит - 10 лет, мастопатия - 15 лет; астма - 10 лет, шейный остеохондроз - 15 лет; страшные запоры в 1985 году - операция по разрыву левого яичника, в 1989 году - операция по удалению мениска, в 1990 году - надвлагалищная ампутация матки с придатками, разъединение спаек и до сих пор мучаюсь с изнурительными «приливами» после этой операции, в феврале этого года прибавилось: боль в правом подреберье, отдающая вниз живота и увеличение над аппендицитом, хорошо прощупывается особенно в положении лежа.

Книги Ваши купила сразу все 5 томов, как только узнала о Вас в 1996 году летом. Сразу же очистила толстый кишечник, проголодала 24 часа, затем сразу села на арбузы - 7 дней.

Результаты потрясающие: прошли запоры, легкость, гибкость в теле, моча стала прозрачной без осадка, приятная на вкус, похудела очень, но чувствовала себя прекрасно.

Мочу пить не могла, только умывалась, втирала в кожу, закапывала в глаза, протирала любую царапинку и сразу все заживает, хватает 2 раз втягивать носом мочу, как проходит насморк, если простудилась, лицо стало очень нежное, разгладились морщинки, все говорят, что я стала лучше выглядеть.

В этом году решила почистить печень весной. В январе очистила опять кишечник упаренной до 1/4 уриной, в основном вышли и первый и второй раз камни, слизь, и при каждой

процедуре твердые, как камень в 5 см в виде буквы «Е», как у гармони. Сейчас я научилась управлять своим кишечником ежедневно, все нормализовалось, сразу делала компрессы из упаренной до 1/4 урины на грудь, в это время всегда начинались боли. Потребовалось 10 дней и мастопатии - нет. Ежедневно поласкаю рот свежей мочой, воспаления быстро проходят, не так беспокоят.

И вот уже с 17 февраля как произошли приступы в правом подреберье, пью по утрам натощак по 100 г свежей мочи. Боли исчезли на 3 день, но я теперь пью все равно по 100 г утром и по 100 г перед обедом. 23 марта очистила печень - удачно. Вышли большие и маленькие камни ярко зеленого цвета. Собираюсь еще сделать 2 чистки, пока весна. Сейчас обострилась астма, но не так сильно, как это было раньше, лекарство я никогда не принимала, обхожусь горячим питьем и свежим воздухом. Хочу и астму «доконать», пока она меня не «доконала».

Очень мучаюсь с приливами, не знаю, что и делать? Хочу полностью провести очищение всего организма. Я верю в свои силы и только благодаря уринотерапии можно поправить свое здоровье. Спасибо Вм за такой огромный труд. Дай Бог Вам здоровья на долгие годы.

Уринотерапия - это просто чудо! За 42 года у меня впервые появился румянец, я рада, так я теперь в течение дня несколько раз умываюсь свежей уриной, я теперь не раздираю шею и подбородок от сухости кожи и красноты, хватило двух раз втереть упаренную урину, я теперь не покупаю никакие импортные кремы. (Кстати, все импортные кремы сейчас делают с минеральными солями. Например, израильские на основе минералов «Мертвого» моря.) Глаза стали яснее видеть, а лицо стало бархатистым. С румянцем на щеках, язык - розовым без налета. Это чудо! Дочка просто поражается, глядя на меня.

Геннадий Петрович! Очень прошу Вашего совета: можно ли мне, «Ветру», голодать летом более 3 дней подряд? (Можно.) Вы пишите в томе № 2, что более 3 дней подряд не рекомендуется и только при соблюдении водного режима (ванны), а я так мучаюсь от приливов, но хочу покончить с астмой, жду Петров пост, а соки и отвары - это не то голодание? (Нет.) Прочитала все книги, где много примеров по поводу как поправиться, но пока только худею, может, из-за того, что я все сразу делаю, большая нагрузка на организм, но отступать не хочу, решила настойчиво идти вперед. Изменила питание постепенно. Сейчас стараюсь (вот уже 4 месяца) питаться правильно, жидкости и пищу, как Вы советуете, с учетом своей конституции, Чувствую себя намного лучше, но хотелось бы еще немного поправиться».

75. Пример. «Мой муж подполковник в запасе, был очень болен: полипы прямой кишки, дискенезия толстого к-ка, бульбит. Стул был 1 раз в 3-4 дня и только со слабительными. Не мог поднимать даже ведро воды. Врачи отказались его лечить, сказали, что ему жить осталось полгода. (Главное, самому не отказаться от себя.)

После того, как по Вашим рекомендациям мы перешли на раздельное питание, после чистки кишечника, у моего мужа нормализовался стул, исчезли боли. Занимается зарядкой по 1 тому, выполняет всю физическую работу по дому, огороде и т. д. Вместе со мной пьет мочу по утрам, протирает лицо, от чего серый цвет лица сменился на розовый. Обтирает колени, голень, стопу обеих ног в результате чего уменьшились боли в коленях, уменьшились вены на голени, уменьшилось онемение большого пальца левой ноги. К врачам больше не обращался, так как поверил в Ваши рекомендации».

КАК СМАЗЫВАТЬ ТЕЛО УРИНОЙ. При смазывании применяйте легкие поглаживающие движения руками. Далее можно усилить воздействие до появления легкой боли, а затем перейти на поглаживание. Если во время голодания на воде и моче не применять смазываний уриной, то положительные эффекты голодания не всегда удается реализовать из-за большой нагрузки на сердце. Но если смазывать тело уриной, то нагрузка в значительной степени снимается и голодание проходит значительно легче. Это испытал Армстронг, подтверждает и автор. Армстронг вспоминает, что когда тело смазывается мочой, кровообращение улучшается и пульс нормализуется, силы значительно сохраняются и можно плодотворно трудиться.

76. Пример. «В 1995 году приобрела 1, 2, 3 тома и сразу же осенью вылечила за 3 приема (делала горячие ножные ванночки из урины) свои полопавшиеся до крови пятки. Хожу 2

года и пятки целы»

77. Пример. «Меня зовут Евгения, мне 16 лет. Прочитала Вашу книгу «Из сосуда своего». Стала закапывать мочой в глаза (у меня близорукость -5). Протираю лицо. Оно стало чище. Втираю перед баней в голову - волосы намного мягче и пышнее».

ОСОБЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ, которых необходимо придерживаться при введении урины через кожные покровы. В первой и третьей фазах лунного цикла лучше всего вводить вещества, находящиеся в урине, внутрь организма. Во второй и четвертой фазах лунного цикла организм работает на выброс, и поэтому используйте урину для кожного очищения.

После массажа и других накожных процедур урину смывают как только высохнет кожа, через 2 - 5 минут, теплой водой, а затем прохладной, после чего нужно вытереться полотенцем.

При тяжелых заболеваниях надо делать массаж или самомассаж по 2 - 6 раз в день, от 15 минут до 2 часов. Тогда целительный эффект будет ярко выраженным.

78. Пример истории излечения. «У моего мужа инфаркт миокарда, остеохондроз, паропроктит, бронхит, постоянные приступы, вообще целый букет, даже не перечислишь. Ему 50 лет. Он один у матери единственный сын, а у нас с ним три сына и одна дочь. Плюс ко всем этим болезням он попал в онкологию. У него был диагноз: межребрная невралгия. С этим неправильным диагнозом лечились и довели нас до онкологии. Правая сторона над лопаткой все время болела. И вдруг когда были на рентгене, по снимку нас положили в онкологию. И так с 16 ноября по сегодняшний день (у него больные лимфоузлы, омертвление ткани, центральный район правого легкого) инфаркт. Два раза лежал в онкологии в Черкесске. Ничего не помогло. Делали циклофосфан, химиотерапию. Последний раз, то есть второй раз, когда нас выписали и дали вторую группу. Он болел и отхаркивал кровью. Я дала викасол. (Все это последствия жизни самотеком в угоду общественному мнению. В начале веселись, наслаждайся, потом лечись, а потом, ты никому не нужен.)

И вот услышала про вашу книгу. Взяла четыре тома и начала заниматься уринотерапией. Но мы не знаем правильно делаем или нет. Пожалуйста помогите нам.

Сделали сперва от простой мочи клизму 2 раза. Потом начали с 1/4 упаренной не через день, а сто грамм сегодня и завтра, а потом 200 грамм и на второй день опять 200 грамм и так дошли до 500 грамм + 500 и вернулись до 100 грамм. Одновременно растирали с пальцев ног до головы и делали компресс из шерстяной ткани на всю ночь. Пил утреннюю мочу 200 грамм. Перед растиранием он купался, а потом растирали и после без мыла опять смывали все тело. (Что касается уринотерапии, то все делали верно.)

Когда делали клизмы, выходили на теле какаие-то болячки , как угри по всему телу, даже не могу описать, выразить словами. Когда они отходила, то на их месте оставались пятна темные. Температура была 37,4, а потом 36,6. Это все происходило в первый месяц. Под лопаткой с правой стороны, где у него болит, размером как горлышко банки вышли на теле водяные пузыри и полопались сами и зажили на следующие сутки. (Вот так патология выходит из организма. И это есть указание на хороший эффект уринотерапии. Здесь важно потерпеть, дать возможность жизненной силе выгнать болезни из организма. Очень хорошо помогать этому процессу голодом - дело пойдет быстрее.)

Когда делали клизму, у него выходили какие-то сгустки, как вата, и еще, как белок от яйца падали в ведро, и еще, как машинное масло черная жидкость. А еще мы вылечили паропроктит. За четыре дня он нарывал, а на четвертый день пошел гной и черная кровь размером с ладонь упала в ведро. Это все было в течение двух месяцев. (Это есть не что иное, как выход патологии, которой был поражен организм этого мужчины. Порой удивляешься современной медицине, как можно что-то лечить не воздействуя на первопричины заболеваний и не работая с жизненной силой?)

А на третий месяц все что выходило на теле - перестало, вообще нет ничего. Настроение улучшилось, кровоотхаркивание прекратились на первой же неделе, но мокрота все время выходила. Было за это время пять приступов. А последний раз был такой сильный приступ, что я чуть не дала ему нитроглицерин, а растирала ему руки и ноги и он пришел в себя. (Дали возможность жизненной силе поработать над ор-

ганизмом и она привела его в норму.)

Молочное, мучное, мясо он не ест. Готовлю ему пшенную, манную каши и салат из помидор. Есть яблоки, чай с лимоном, бананы, изюм (сушки). Пил он теплую воду, которая замерзает в холодильнике. Первую воду из замерзшего сосуда, сливаем и опять ставим, лед выбрасываем, а второй раз замерзшую воду сливаем, а кристаллический сосуд образовывающийся - оставляем, он тает и он пил это почти два месяца. (Питание изменено верно, что и способствует быстрому успеху.)

На третий месяц, опять где под лопаткой болит начался зуд. Чешемся, но внутрь не можем залезть, а кожу чешем, но не помогало. К чему это все было? Напишите ответ. Он ходит. Вот 18 июля будет пять месяце. Может не так все делаем. Когда в онкологии лежали прошел УЗИ и ему сказали, что все протоки чистые. А печень мы не чистили, да он и сам не хочет. Не решается из-за того, что одному чистили печень два раза и вроде камешки выходили, но в конце все же пришлось сделать операцию.

У моего мужа была отдышка, он выходил на порог и не мог дышать. Начинались боли и заходил обратно, все это прошло, он ходит до огорода, недалеко от нас. Немного бегал, делает разные зарядки. Второго июня сдали на анализ у себя в райполиклинике кровь и мочу, когда выписывали у нас было РОЭ - 40, а стало 16 ед. И гемоглобин - 130. Но он переживает за то, что похудел. Весил 87, а сейчас меньше. Но он очень энергичный и дома по мелочам помогает. Везде что не так, говорит прямо в лицо, а когда болел был без внимания. (Одна из причин болезненного состояния этого мужчины в его уме. Он переживает что похудел, хотя это говорит о том, что вес пришел в норму, а ранее был завышен. Его мнительность разрушитель организма и от этого необходимо избавиться.)

Напишу, что мы делали. Очистили толстый кишечник, делали клизмы из 1/4 упаренной. (Правильное начало - разгрузить от шлаков организм в места наибольшего скопления их в организме.) Растирали, то есть массажировали все тело в течение двух часов из упаренной 1/4. (Это очень сильное оздоровительное средство, в связи с чем и мощный целительный эффект.) Ставили компресс из шерстяной ткани из упаренной 1/4 (обвертывание). (Компрессы позволяют длительно контактировать коже с уриной, что создает эффект амниотического водоема.) Мочился лицом на восток рано утром. Пил среднюю мочу. Просил Бога, читал молитвы (Это очень хорошее обращение за помощью к Пространству, частицей Которого являемся мы. Надо всегда так поступать, - восстанавливать утраченную связь частицы с Целым.), промывал нос. Утром в девять часов завтракал - пшенная каша, через час пил чай со сливочным маслом. (Масло желательно не есть.) Ест все по отдельности. В общем ему хочется есть, аппетит очень хороший, но нельзя. Ел два раза в день. (Вот это ограничение в пище способствовало помощи жизненной силе в восстановлении организма. Надо держать себя в узде - чтобы аппетит был хороший, чуточку недокармливать свой организм, тогда он сильнее.)

Голодание в начале было два дня, а потом мы не делали, потому что он был очень слабым. По утрам и по сегодняшний день, то есть за все время как мы занимаемся ест чеснок, один зубок натощак. (Эта рекомендация способствует не только очищению от дисбактериоза, но и возбуждает пищеварительные сопособности.)

Первый месяц давала свекольный сок. В день по сто-двести грамм. И так, первый месяц. На втором месяце делали растирание из упаренной, пил среднюю мочу, делали компресс на правую сторону из шерстяной ткани. Перед растиранием принимаем теплую ванную и после тоже, без мыла. Были кризисные дни - температура 38, три-четыре дня, а бывало и до шести дней. А потом снова становился энергичный, как будто все это было во сне. Кожа стала гладкая, стопа ноги нежная, мягкая. Продолжаем дальше и одна надежда - моча и Бог». (Вот так надо использовать урину и другие средства для исцеления организма.)

Методики использования урины через глаза, нос и уши.

ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗМА. Для этого подходит обычное промывание носоглотки 1 - 2 и более раз в день, в зависимости от степени поражения организма. Если урина очень концентрирована солями и раздражает носоглотку, -разбавьте ее теплой водой. Для профилактики лучше использовать свежую собственную урину, детскую, активированную

холодом (перед употреблением подогреть). Для лечения, кроме указанных способов, используйте упаренные виды урины: 1/2, 1/3, 1/4, как разведенную со свежей, так и без нее.

79. Пример. «Моей маме 80 лет. Конечно же она больная женщина. Но прочитав все ваши книги особенно «Очищение в пожилом возрасте», она себя подлечила. У мамы гипертония 2 степени уже много-много лет. Постоянно пила таблетки по 3 раза в день, бригады скорой помощи все ее знакомые.

Мама занялась сокотерапией и всю зиму пила свежеприготовленные соки и теперь у нее давление нормализовалось. Перестала пить таблетки. Печень перестала болеть (ставила компрессы на область печени).

И ноги мама свои подлечила. После травмы болели суставы. Она теперь ходит больше, ей стало намного легче.

Теперь уриной мы лечим все. Уши (у меня заболело ухо, я закапала свежую урину, на ночь компресс - хватило одного раза). Глаза, простуды (у меня начинается насморк, я протягиваю через носоглотку урину два раза - насморк пропадает, поласкаю горло раза два и боль проходит). Я пью урину и простудами болею редко. А также порезы, воспаления на коже и на пятках.

Воспалился радикулит да так, что думала позвонки выскачут. Собралась ехать выпрямлять. Дай думаю поставлю компресс из упаренной урины, поставила 3 раза все прошло.

Знакомому излечила бурсит в локтевом суставе руки - компрессами из его урины не упаренной, недели 2-3 пришлось лечить. Ему уже хотели резать руку.

Мой знакомый, ему 56 лет излечился от астмы полностью упаренной уриной до 1/4.

Так, что урина у нас панацея от всех болезней».

ВОССТАНОВЛЕНИЕ СЛУХА И ПРОФИЛАКТИКА УШНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ. Закапывайте различные виды урины в уши по 5 - 10 капель несколько раз в день. Вы можете опробовать все виды урины и подобрать для себя наиболее приемлемую.

80. Пример. «За три месяца, пока массировал руки с уриной, вывел около 14 бородавок, 8 из которых были очень крупными и постоянно мешали во всем. Весной 95 года мне попались Ваши книги - это была вторая революция в моем сознании. Я начал придерживаться Ваших рекомендаций и начал чувствовать себя значительно лучше.

Исчезли мучавшие меня головные боли, особенно перед закатом, пропала послеобеденная сонливость, ушла изжога, перхоть на голове, ринит (носовые кровотечения), угри на лице, затем стали выходить серные пробки из ушей, стал лучше слышать, улучшилось общее самочувствие. Раньше меня часто мучили запоры и поносы, но с переходом на раздельное питание - положение улучшилось.

Осень 95 года меня в возрасте 25 лет призвали в Вооруженные силы в звании лейтенанта на два года. На Новый год я возвращался из части в общежитие был сильный ветер и очень глубокий снег, я почти бежал, сильно вспотел и меня продуло. А мне завтра идти в наряд на сутки. Я начал просто пить урину. На следующий день я смог идти в парную и мне полегчало, но вечером я еще хрипел, пропадал голос, но я уже начал откашливаться, а утром следующего дня осталась только боль в груди, которая потом быстро прошла».

ЗАКАПЫВАНИЕ УРИНЫ В ГЛАЗА. Эта процедура позволяет очищать и оздоравливать глаза. Для этого необходимо закапывать из пипетки по 3-5 и более капель в каждый глаз. Процедуру повторять для профилактики раз в день в более серьезных случаях как можно чаще, до полного исцеления. Закапывание из пипетки можно заменить обычным промыванием глаз по утрам.

81. Пример. «С мая месяца начала принимать урину. Выпиваю всю ночную мочу. Мне было очень плохо. Задыхалась, не могла спать, не было сил даже пройти по комнате, дни и ночи сидела на постели. Все родные меня ругали, что я пью мочу. Ни кто меня не поддерживал. Но я все равно пила украдкой. Терять мне было нечего. Улучшения не было ни какого. Из меня шла слизь.

Через два месяца мне стало легче. Из меня пошел гной, затем снова слизь. В настоящее время из меня идет слизь светлая и темная. У меня не было обоняния. Теперь появилось. Стала лучше видеть. Даже могу без очков читать. В упаренной урине грею ноги. Раньше я не могла

туфли носить, всегда ходила в тапочках и галошах. Теперь свободно одеваю туфли. Пятки стали как у ребенка розовые, гладкие, раньше были как терки.

Если летом я не могла даже посуду помыть, то в настоящее время делаю все, даже помогала мужу картошку собирать. Несу ведро воды и не задыхаюсь. Даже самой не верится. Не пью лекарства».

82. Пример. «Применяла урину по Вашим советам. Я очки забросила, пишу, читаю без них. Много лет болели суставы из больниц не выходила и ходила хромала, теперь хожу нормально, танцую, пою, природой любуюсь».

Методики использования урины через рот.

Прежде чем использовать урину через рот, познакомьтесь с основными правилами:

а) следует использовать среднюю порцию (струю) урины, за исключением случаев голодания. Из утренней (первой) урины всегда нужно брать только среднюю порцию;

б) урину надо пить залпом, не отрываясь;

в) наиболее ценной является утренняя урина, особенно между 3 и 6 часами;

г) выпивайте, по крайней мере, один литр жидкости (лучше протиевой воды) в день;

д) не следует применять урину, если используется медикаментозная форма лечения. Между окончанием приема лекарств и началом уринотерапии должно пройти не менее 2 - 4 дней;

е) диета при интенсивных формах применения урины через рот (три и более раз в день) должна исключать соль, употребляйте меньше белка. Избегайте очищенных и синтетических продуктов: сахара, муки тонкого помола, консервов, колбас, сыров. Некоторым людям рекомендуется отказаться от молочных продуктов. Пряная пища делает запах и вкус урины неприятным - откажитесь от нее.

ДЛЯ САНАЦИИ РОТОВОЙ ПОЛОСТИ И МИНДАЛИН. Свежей уриной нужно полоскать ротовую полость в течение 0,5 - 2 минут. В случае сильного поражения слизистой ротовой полости и при гноящихся миндалинах (фолликулярная ангина) после полоскания в течение минуты свежей уриной следует полоскать упаренной до 1/2 и даже 1/4 первоначального объема (если изменено питание и урина не так насыщена солями). Для этого заранее упаренную урину (ее можно держать в холодильнике) в количестве 50 граммов подогреть до температуры парного молока и полоскать горло.

ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЭМАЛИ ЗУБОВ. Свежей уриной следует полоскать рот в течение 30 минут. Можно использовать и упаренную урину до 1/2 части первоначального объема, а также насыщенную солями от морской капусты. Какая урина вам больше подойдет, решите на основании собственного опыта. Замечу, что при длительном полоскании дополнительно происходит лечение организма через активные вкусовые зоны, расположенные на языке.

83. Пример. «Мне сейчас 38 лет. Я был более 7 месяцев в тюрьме. Уринотерапия помогла мне не заболеть и освободиться от такой страшной беды, как зубная боль. Дело в том, что мои пломбированные зубы лишились всех пломб, а их много. Представьте в тюрьме нет врача, который лечит зубы. Выдернуть зуб могут. Но когда нет зубов, то и жевать нечем. Этот вариант меня не устраивал. А чистка зубов мочой, решил весь вопрос. Пломб нет, а зубы не болят».

84. Пример. «Мне 56 лет. По вашим книгам я излечила запущенный геморрой у себя и у моего мужа, летную экзему на лице, ушах, руках моего мужа. Сняла давление у себя после инсульта, живу без клофелина. Шпоры на ногах у мужа, оставили его в покое. Мой желудок избавился от тридцатилетней изжоги и боли под ложечкой. Зубы лечу упаренной до 1/4 урины и она у меня постоянно стоит в холодильнике.

К врачам я и в молодости редко обращалась, когда уж увозили на скорой, а теперь и вовсе нас старых лечить не надобно».

ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ. Принимать свежую урину натощак и до еды 2 - 3 раза в день по 100 граммов. Постепенно к свежей урине добавляйте упаренную до 1/2 части первоначального объема: например, 80 граммов свежей и 20 упаренной; через 2 дня - 70 граммов свежей и 30 граммов упаренной и так далее, пока не получите необходимого сочетания или эффекта. Помимо этих видов урины можно использовать детскую, активированную холодом. Все эти виды урины особенно способствуют восста-

новлению слизистых оболочек и лечению язвенного процесса. Заодно полезно разобраться со своим питанием и образом жизни. Если не найти причину болезни, то эффект будет кратковременный.

85. Пример. «Мне 64 года. Рост 176 см. Вес 113 кг. Пью мало, курить бросил 10 лет назад. Долго (28 лет) служил на ядерном полигоне в г. Семипалатинске. До недавнего времени был практически здоровым человеком, по врачам ходить не любил, на свое здоровье не обращал внимания. Последние два года навалились ишемия, стенокардия, гипертония, диабет и киста (снаружи) левой почки. Посоветовали купить Ваши книги. Прочитал. Многое взял на вооружение: промыл пищеварительный канал и очистил его с помощью клизм. Пью десять дней в месяц по 2 раза в день урину. Самочувствие стало значительно лучше. Пропал диабет».

ДЛЯ ПОДАВЛЕНИЯ ДИСБАКТЕРИОЗА В ТОНКОМ КИШЕЧНИКЕ. Пить свежую (либо активированную холодом, детскую) 2 - 3 раза в день до еды по 50 - 100 граммов. Исключить дрожжевые продукты. Не кушать после 16 часов.

ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ЖЕЛЧНОКАМЕННОЙ И ПЕЧЕНОЧНЫХ БОЛЕЗНЕЙ. Пить три раза в день до еды по 50 - 100 граммов залпом.

ПРИ ЛЮБЫХ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ. Пить залпом 50 - 100 граммов в период обострения.

86. Пример. «Я занимаюсь уринотерапией 18 месяцев. Заставила нужда. У меня холецистит, все время изжога, да и много других болезней.

За это время перестали болеть ноги, руки, нет одышки, сердце, была дистрофия, теперь нормализовалась. Стала совершенно другим человеком, память восстанавливается. В общем все хорошо. Был повальный грипп, только наша семья не болела, горло, зубы, все болячки лечили мочой».

ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ИММУНИТЕТА пить детскую урину один-два раза в день по 50 -100 грамм.

В КАЧЕСТВЕ ПИЩЕВОЙ ДОБАВКИ И ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ. Пить по 100 - 200 граммов 2 - 4 раза в день. Можно с медом, сахаром.

ДЛЯ БЫСТРОГО ОЧИЩЕНИЯ ВСЕГО ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА. Пить всю урину, собранную за день, в течение 2 - 4 дней. Желательно повторить через неделю. Используйте такой прием урины во вторую и четвертые фазы лунного цикла. Для усиления эффекта к обычной урине можно добавлять упаренную. Использовать Шанк-пракшалану.

Пример. «По отзывам в книге («Из сосуда своего») у всех происходят положительные результаты в течение 2-3 месяцев, а у меня за 8 месяцев улучшилось только с кишечником, полечила носоглотку - стало лучше, а вот сейчас грипп и уже горло болит 2 недели. Таблетки никакие не пью, воспалялись часто гайморитные пазухи, промывала - стало легче. (В основном уринотерапия действует быстро, но не мало случаев, когда ее действие затягивается по каким-то причинам, индивидуальным особенностям.)

Я заметила, если сильно поднимается давление, я делаю чистку кишечника (суточный сбор мочи) и мне легче становится на сердце. До Вашей книги у меня была «Живая вода» Амстронга, еще до операции, но там об ограничении пищи ничего не было. И когда я попробовала уринотерапию по ней, у меня сильно воспалилась поджелудочная и болел желудок. А вот что советуете Вы, осложнений не вызывало. Пью я мочу два раза - ночью между 2-3 часами и 4-6 часами, пробовала пить утреннюю 6 часов только, результатов с давлением не было, держалось за 200/120. Огромное спасибо Вам».

КАК МОЧЕГОННОЕ СРЕДСТВО И ПРИ СЕРДЕЧНЫХ БОЛЕЗНЯХ. Пить, 2-3 раза в день по 100 грамм, до получения эффекта.

Сочетание уринотерапии и голода.

Сочетание уринотерапии и голода позволяет наиболее мощно из всех оздоровительных средств воздействовать на организм, стимулировать жизненную силу на восстановление.

87. Пример. «Мне 38 лет. Я инвалид труда (3 группа). Я начала лечиться по вашим книгам в декабре 1994 года. Сделала несколько раз очи-

щение кишечника. Я не ходила в туалет ровно 30 дней. Я падала, уставала, была слабость.

В январе 1995 года я голодала первый раз 11 дней. За время голода я делала каждый день клизмы и пила мочу. Вышло очень много камней каловых, и ленточек белых тоненьких, а слизи по сей день выходит, откуда она берется? В общем похудела я на 19 кг за 2 месяца. Чистила печень вышло столько камней и разной жуткой гадости. Самый большой камень был как большая слива, грецкий орех и меньше и меньше. В основном зеленого цвета и черного, чуть есть бежевого цвета.

Второй год, как я не принимаю никаких лекарств, уколов, а занимаюсь уринотерапией.

Могу назвать свои успехи: похудела на 19 кг; стала жизнерадостной, появилась сила; я помолодела - морщин совсем не стало; исчезли боли в суставах, не болят ноги; лучше стала видеть; волосы стали гуще; исчезли боли в области сердца, могу спать на любом боку, сплю крепко. Третий год ни разу не болела гриппом, ОРЗ, исчез хронический бронхит, исчез диабет. Меньше стал беспокоить остеохондроз».

88. Эффект уринового голода. «В марте исполнилось 60, худощавая, подвижная, рыба, мясо и раньше - только при желании, рыбу люблю всякую, особенно если много приходится думать. Работаю, семья, дача (кручусь). В 4 классе вырезали аппендикс. В институте на последнем курсе обнаружили щитовидку (диффузная, но сейчас есть и узлы). Пила некоторое время 6-метилтилоуроцил. Больше таблеток не пила, иногда уколы витаминные. С аппетитом неважно. После обнаружения щитовидки немного даже покололи инсулин, с тех пор голод переношу плохо.

После института переехала в Донецк на Украине, прожила там 25 лет. Видимо, климат мне не подходил, чувствовала себя там ужасно. Состояние улучшалось при выездах в командировки и отпуска. В Донецке начались без температурные ангины, которые автоматически вызывали воспаление придатков и наоборот. Температуры почти не бывает, но очень редко - высокая (38-39). Гланды рыхлые, изъеденные, гортань воспаленная. С врачами дел почти не имела, таблеток не принимала, регулировала состояние питанием, отдыхом, перебивалась на травках и разных рекомендациях, которые попадались: зарядка, бег, йога, релаксация, проросшая пшеница, соки, рисовая диета, сауна, ребефинг, система Алакаевой...

10 лет живу в Москве, ангины и придатки оставили меня в покое. Самочувствие более-менее. Но вот беда: вышел из строя желудочно-кишечный тракт: язва 12-перстной кишки, частый цистит, постоянно воспален мочевой канал, боли в суставах, начала побаливать селезенка, мизерный и нерегулярный стул при мягком животе, лечилась у экстрасенса. Она обнаружила несколько рубцов на сфинктере (так, кажется), из-за которых он не закрывался и желудочный сок попадал в горло. Рубцы она мне рассосала, сейчас этого эффекта нет. Энергетической чисткой она сняла суставные боли. Но, к сожалению, она перебралась в Чехословакию и лечение прервалось. Хватило его года на 2. (Вот так человек приучается быть иждевенцем, жить чужим умом.) Потом правые колено и бедно начали болеть снова.

Лет 11 назад мне попалась какая-то брошюрка по уринотерапии. С месяц голодала на урине и воде. Чувствовала себя бодро. Ничего отрицательного не было. Поэтому Вашу методу приняла сразу и поверила, что все в моих руках, а терпения мне не занимать.

С марта прошлого года пью урину 3 раза в день. В июле 1996 года провела чистку кишечника сначала простой, а потом упаренной до 1/4 уриной, однако до конца не довела (не было условий). Ничего особенного не выходило, за исключением 2-голового плоского червя сантиметров на 15 и нескольких одноголовых. Результаты: прошла боль в суставах, стул стал более-менее регулярным (по утрам), и по количеству почти приемлемым, ноги стали без белых полос, укрепились, не было судорог на ногах, появились бодрость и сила».

89. Пример. «Том «Голодание» я приобрела осенью 1996 г. К тому времени я начала отчаиваться из-за своей болезни. Ваша книга явилась для меня откровением, я ухватилась за нее как за свое спасение.

С осени 1996 г. я регулярно голодаю. Сначала голодала по 36 часов в дни «экадашами» (11-й и 26-й), потом 36 часов в 11-й день и 3 дня на 26-й дни. Сейчас голодаю по 2 дня в 11-й и 26-й дни. На Рождественский пост отголодала 7 дней. Это была настоящая победа над собой. Из

всех положительных изменений как самое яркое я бы выделила чувство огромного морального удовлетворения. (Это говорит о том, что человек возвысил себя над своими желаниями - указал им «их место».)

Теперь об остальных положительных изменениях, которые произошли благодаря голоданию: улучшилась перистальтика кишечника и наладился регулярный (в основном утренний - 8-9 часов) стул; после голодания уменьшается и частично убирается геморрой (хотя потом снова выползает); месячные стали фактически безболезненными (раньше боль не проходила даже после 2 таблеток анальгина); после 7-дневного голодания прошли боли в тазобедренных суставах (суставы сами по себе не болели, но после долгого нахождения в сидячем положении как бы «костенели»и некоторое время больно было идти). (Это говорит о том, что теряется эластичность сухожильной ткани от зашлаковки. Из «резины она превращается в эбонит».)

Вообще, 7-дневное голодание было по-своему чудесным и вселило в меня веру в успех. Я голодала на урине (частично выпивая выделенную за день урину) и через день делала микроклизмы из упаренной до 1/4 урины. На 5 день к вечеру я очень устала и решила клизму не делать, но буквально перед сном у меня было сильное послабление, даже заболел живот, и из меня вышло много черной жижи (из Вашей книги я поняла, что, вероятно, это была застаревшая расплавившаяся желчь). После этого стало очень легко. (Как только кризис пройден и патология выведена из организма - чувствуешь себя легко и здорово.) Именно после клизм из упаренной урины из меня стала выходить черная слизь. Как подумаешь, что только может быть в нашем организме!

Все 7 дней я чувствовала себя хорошо, интоксикации не было (Это благодаря тому, что посредством уриновых клизм освобождался кишечник и организму не надо было выводить попадающие туда шлаки по типу запора.), хотя иногда была слабость, но не сильная, и все дни я работала.

Что меня удивило - в эти 7 дней я была безумно раздражительна (Контроль со стороны сознания ослабевает и в зависимости от ситуации, эмоции резко и неожиданно рвутся наружу. Этот факт указывает на наличие массы психологических зажимов - реактивный ум, что требует проведение методики очищения полевой формы жизни с помощью циркулярного дыхания и музыки.). Кроме того, во время голодания я легко мерзну, но зная это, я пью теплый кипяток, одеваюсь теплее, делаю горячие ножные ванны (мы живем в неблагоустроенном доме и принять ванну для всего тела нет возможности), и это помогает. Вообще, голодание для меня испытание, но и настоящий праздник. После голодания я чувствую необычайную легкость, тело становится стройным». (Это указывает на обновление голографического шаблона организма. Из «размытого» - потерявшего форму тела, он становиться четким, сильным - стройным, пропорциональным, энергичным.)

90. Онкология. «Мне 57 лет. С Вашими трудами знакома давно. Мне поставили диагноз «Полинодозный зоб, узел правой доли щитовидной железы с явлениями мамунизации. Клинический эутиреоз». Ноги меня еле вынесли из центра, где был поставлен этот диагноз. Если еще учесть, что профессор устно мне пояснил, что пункция узла правой доли щитовидной железы имеет раковые клетки. Кое как я дошла до своих врачей в поликлинике все рассказала и показала. Я была неузнаваемая, меня трясло, градом произвольно текли слезы, я потеря в теле всякое ощущение. Но мир не без добрых людей.

С 18 ноября мой организм отказался от пищи и воды, я не могла раскрыть рта. Я начала быстро перечитывать Ваши книги, Семеновой, Армстронга. Я с молитвой обратилась к Богу и пять дней просила его помочь мне. (Очень важно у Пространства попросить исцеления - искренне и терпеливо. И помощь будет.) Я почувствовала чье-то присутствие в доме. С вечера 18 ноября я начала пить урину на фоне полного голодания и сырой воды из под крана (по потребности). Так я провела все дни, мне не хотелось кушать совершенно. А 24 ноября в понедельник после всех анализов я пришла рано утром в онкологический диспансер по направлению врача.

Врач-онколог долго вначале щупала мне шею и говорит мне: «Я не нахожу у вас узлов вообще.» Я ответила ей: «Бог с Вами, доктор - ищите. УЗИ показало дважды в обеих долях.» Она повела меня в процедурный кабинет, уложила на стол и вновь начала щупать, в левой доли так и не нашла, а в правой доли нашла и сделала

дважды пункцию и час ожидания результата показался мне годом. Так медленно и мучительно тянулся этот час.

И вот врач вызывает меня в кабинет, где поясняет мне: «Онкологии у Вас нет.» И так родился новый диагноз «Узловой зоб.» Я говорила спасибо Богу и врачу. Из кабинета я не шла, мне казалось, что у меня крылья выросли. Мне было так легко, в этот день я прекратила голодание на урине и воде».

91. Голод, урина и скрытые способности организма. «Мне 52 года. Никогда не болела и не болею. Когда прочитала книгу Армстронга «Живая вода» подумала: «Как бы сильно не болела, мочу бы не пила никогда! Лучше умереть!» А когда прочитала вашу «Уринотерапия», начала пить незамедлительно на следующий день. Ваши книги потрясающе убедительны, под их впечатлением находишься неделю, месяц не думая ни о чем другом.

Голодать я начала по Брэггу 4 года назад. После первого 7 суточного голода забыла, что такое усталость. Во время голодания происходят всякие чудеса. Например: еду в автобусе, до остановки еще далеко, а мне желательно сойти бы здесь. Или: надо выключить свет, а холодно, не хочется вылизать из-под одеяла. И лампочка потухает. Утром смотрю, она сама по себе вывернулась. 2 раза просила Бога: если в данном случае я правильно поступила, пошли выигрыш (чисто символический) на билет «Русского лото» или лотереи «Счастливый случай». И эти билеты выигрывали (67 000, куклу «Барби»). Разумеется это не случайность. Просто в очищенном поле человека мысли беспрепятственно доходят до цели и моментально приходит ответ. Это я поняла благодаря Вашим книгам, а раньше механизм мне был не понятен».

ОПЫТ УРИНОТЕРАПИИ. ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ.

В связи с выходом моих книг по уринотерапии и практике по ним, появилась масса вопросов. Разберем их.

Можно ли ставить компрессы на лимфоузлы и соответственно на опухоль с метастазами? Можно.

Как каскадное голодание совмещать с уринотерапией? Раз оно сухое, то никак.

Можно ли при опухоли смазывать оливковым маслом тело? Можно.

Можно курить при приеме урины и во время голода? Можно, но это снизит оздоровительный эффект.

Можно принимать водку или вино во время приема урины (Бывают всякие случаи)? Можно, но не нужно.

Можно ли для упаривания брать урину сына или мужа? Можно.

Можно ли почистить печень на фоне приема урины? Можно.

В день чистки урину принимать? Можно.

Можно применить вместо голода рисовую бессолевую диету? Голод она не заменит и не запустит главные целительные механизмы.

Можно использовать вместо соли лимонную кислоту? Нет.

После 24 часового голода можно кушать соленое? Если нет, тогда как быть с соленым вкусом, рекомендованным при возбуждении «Вата»? В ограниченном количестве. Лучше подержать соль на языке, а потом ее выплюнуть.

Можно принимать урину вместе с преднизолоном (хотя бы наружно)? Наружно можно.

Можно ли для приготовления большого количества (500 грамм) упаренной урины использовать свою урину собранную в течение 2-3 дней (Можно.) или может быть можно с каждого сбора готовить отдельно до необходимого количества? Можно и так.

Каков строк хранения упаренной урины? Можно ли ее заготавливать впрок? Я ее храню в холодильнике до 2-х недель. Критерием ее не годности является появление аммиачного запаха. Вновь перекипятите ее и храните. Можно ее заготавливать и впрок. Для этого храните ее при температуре близкой к нулю.

Можно урину кипятить кипятильником, не влияет ли это на ее качество? Можно.

В мочегоне есть осадок. Его надо отцедить или взболтать? Можно поступать и так и эдак.

При приеме урины можно подключать отхаркивающие травы? Можно.

Спринцеваться по женски надо только утренней уриной или можно на ночь? Как Вам будет удобно. Здесь желательно поэкспериментировать, как со временем, так и с видами урины.

Нос промываю спринцовкой, а не втягива-

нием урины, можно? Да.

Я почти 2 года делаю уриновые клизмы по 100 грамм через день или два, выходит много слизи и у меня хорошее самочувствие, меньше болит поясница. Можно продолжать или сделать перерыв? Можно делать перерывы.

Можно ли с уриной одновременно принимать состав из трав (урину утром, состав в течение дня)? Можно.

Можно ли одновременно с уриной пить еще на ночь чистотел с настойкой на спирте? Можно. Вообще, посмотрите по самочувствию.

Оливковым маслом натираться до или после ванны? После.

Можно после пшеницы кушать или пшеница должна быть отдельным блюдом и сколько в день съедать? Можно после пшеницы есть. Я, например, съедаю салат или тушеные овощи, а вместо каши 2-3 лепешки из проросшей пшеницы. Так можно поступать 2 раза вдень. Если мало хлеба из проросшей пшеницы, добавьте каши.

Как узнать о том насколько хорошо очистился кишечник после проведенного курса чисток? Это подскажет Вас ваше самочувствие и внешний вид.

Можно ли проводить уринотерапию с одновременным применением спиртовых настоек трав 30-40%? Можно.

Можно ли применять глину повторно на упаренной урине замешенной и сколько раз? Нет.

Муж заедает урину одной виноградиной. Не повредит ли это лечению? Нет.

После принятия урины сколько времени не следует пить, есть? 10-15 минут.

Надо ли взбалтывать упаренную урину перед растиранием и клизмением, спринцеванием? Ведь осадка довольно много. Используйте чистую часть, без мути, осадка.

Можно ли принимать обезболивающие лекарства во время лечения уриной? Можно.

Можно ли совместить уринотерапию с лечением водкой (Не желательно.) и подсолнечным маслом? (Можно.)

Вопрос. «Можно ли добиться полного очищения полевой формы с помощью мочегона? И сколько времени может на это уйти, если натираться каждый день»?

Ответ. Полевое очищение комплексное понятие, подразумевающее работу с собственным умом, кармическое очищение, избавление от полевых паразитов, работу с жизненной силой. Массажи с упаренной уриной сделают очищение от полевых паразитов и работу с жизненной силой. Остальное не входит в область ее действия.

Регулярные, 3-х разовые, массажи, по 20 минут в день, сделают все возможное за год практики.

Не правильное применение урины.

«Мне 33 года, лет 5 назад заболел хроническим простатитом. Почти год лечился уколами и таблетками. В общем толку мало и я не стал ходить в больницу. Так и жил. В период обострения пил и ел антибиотики.

Года два назад купил вашу книгу «Биоритмология и уринотерапия». Стал лечиться, но живу я не один и поэтому кипятить мочу было бы как-то неудобно. Поэтому я стал собирать ее в стеклянные бутылки. В общем, пошло дело. Пока из одной пил, другие наполнялись и хранились. Примерно недели через две начались такие сильные боли в области заднего прохода и мошонки, но где-то внутри что-то потрескивало и шевелилось. Все это сопровождалось сильной болью. Скажу честно я испугался и не стал пить старую мочу. (Вы могли сжечь себе слизистую оболочку пищеварительного тракта. Нигде я не советую употреблять старую урину, а тем более регулярно.) А свежую я пью по мере возможности, но не всегда. Болезнь моя не прошла и не излечилась и постоянно дает о себе знать, тянущей и ноющей болью. Я снова перечитал вашу книгу, и мне кажется, что я зря испугался - нужно было продолжать пить. (Вы допустили ошибку - употребляли внутрь старую урину, а надо свежую в сочетании с голодом.)

Геннадий Петрович, возможно я все делал не так как надо, мне очень важно узнать ваше мнение и ваш совет по этому случаю».

Лечение онкологии с помощью урины.

92. «Добрый день. Мне 29 лет, уже третий год нахожусь на группе по поводу онкозаболевания лимфогрануломатоза. В 1994 году я стала заниматься уринотерапией, то есть пила утреннюю мочу и делала компрессы на грудь на ночь, села на диету. За 4 месяца похудела на 16 кг и опу-

холь в груди, размером с яйцо стала почти не ощутима». (Добавьте голод на урине и Вы полностью избавитесь от болезни.)

Вопрос. «Обращаюсь к вам за советом. Мне 36 лет, но у меня целый букет болезней: хронический гастрит, хронический колит, удалили желчный пузырь, а тут еще после спирали врачи обнаружили мастопатию и хронический эндометрит. Я начала чистку кишечника по вашему методу и делаю компрессы на спину и живот, на тело марля, смоченная мочой, затем шерсть, смоченная в растворе (спорыш + лист березы + шиповник + 1 столовая ложка соли). И все это оставляется на ночь.

Где-то, после десяти сеансов мне стало легче, так как у меня еще остеохондроз грудной. Очень часто болит поясница. Месячные вместо 5-6 дней, как было раньше, идут два дня».

Ответ. Применить голод и уринотерапию.

Влияние психической травмы на здоровье и урина.

94. «Мне 47 лет. С детства мучаюсь головными болями, после родов геморрой, стул плохой уже давно, очень сильное искривление позвоночника после двух родов.

После армии, когда сына избили, я очень сильно переживала и вот его комиссовали и прошло пять лет, а я все худею и худею, уже на 30 килограммов похудела. Я стала инвалидом II группы - ноги очень тяжело поднимаются. (Из-за переживаний произошло перевозбуждение жизненного принципа «Ветра». Надо принять все меры по его угнетению. Тогда Вы перестанете худеть.)

По конституции я «Желчь». Лечусь пять месяце: пью урину, делаю компрессы, клизмы из мочегона и масла (просто уриновые не помогают). За это время (5 месяце) успокоилась нервная система. Исчезла миома. Питаюсь раздельно».

Успешное применение уринотерапии.

93. «Геннадий Петрович, вы для меня Бог и Царь, только в вас я поверила. До вас я уже ни на что не надеялась, хотела уже расстаться с жизнью. Мне 40 лет. У меня тяжелое заболевание: хронический холецистит, шизофрения и много хронических болячек.

Вы писали о полевой форме, медитации. С таким заболеванием, как шизофрения не надо и подготавливать себя к медитации. Лежала, не могла шевельнуться, а голова работала. Также и направление мысли на оздоровление. Это происходит с каждым человеком, который хочет выздороветь. Все очищения полевой формы происходят в больной голове. Но уринотерапия - это ключ к здоровью. Это все, что мне требовалось, нужно было и вы дали мне шанс.

Вот уже второй год я очищаюсь. Моя болезнь длилась 30 лет и сразу не бывает чуда. Хотя постепенно, медленно, но верно я выздоравливаю.

У меня за год рассосались некоторые опухоли, голова прояснилась, стул хороший, а главное я за год ни разу не попала в больницу - это значит, что нормализуется система. Организм продолжает бороться с помощью урины. (Главное в любой болезни верить в себя, свои силы непоколебимо. Эта вера притянет из пространства все необходимо для исцеления. Попробуйте к урине добавить и голод, но осторожно.)

Я желаю вам, жене и вашим детям счастья, здоровья, долгих лет жизни. У меня все будет хорошо, я уверена».

Применение уринотерапии.

94. «Мне 57 лет, я из Екатеринбурга, пенсионерка, но подрабатываю. Больше пяти лет занимаюсь уринотерапией и столько же не была в поликлинике, кроме зубной. Все эти годы я пью урину утром, ночью, иногда днем, остальное идет на клизму. Избавилась от экземы рук, нос привожу в порядок (обоняние совершенно отсутствует). Уже начинаю чувствовать сильные запахи. Самочувствие улучшилось. Но толстый кишечник не могу восстановить. Чистила не один раз и печень тоже. Камней выходило много. Естественной дефекации не было лет 25, если не больше. Я раньше глотала много слабительных таблеток, травы, применяла свечи. Запоры сильнейшие + геморрой. Бывали отравления от пищи, скрутит, вырвет, а поноса никогда не было. (Надо почистить полевую форму жизни и применять фракционное голодание на урине.)

Сейчас живу на уриновых клизмах, чаще урина упаренная до 1/4, она очень эффективная, много выходит пузырей лентой. Клизмы делаю еще из молока и масла, все равно кал как

овечий.

Диагноз у меня: спастический колит.

У меня преобладает доша «Вата» - «Пита» 2:1. Конечности рук и ног мерзли немели - теперь получше».

Вопрос. «У меня такая беда. В сентябре 1996 года у мужа (ему 39 лет) стало болеть в груди справа (в марте 1996 года он ударил деревом). Обратился к врачу, но они особо ничего не нашли, на снимке незаметное отложение солей. Делал массаж, ходил к кардиологам, говорят сосудистое, боли стали постоянные. По ночам я слышу, как у него в груди идет какое-то переливание. В общем - диагноза нет.

Стал читать ваши книги, стал делать клизмы с упаренной уриной, пьет урину, начал худеть, бросил клизмы, а урину пьет. Голодание не делал, ел раздельно, постился, проращивал пшеницу. Ну в общем старался, как мог. Боли в груди продолжаются, урчание в кишечнике. Единственное, что меня радует - он стал выглядеть очень молодо». (Надо применить голод и закрепить результаты правильным образом жизни - питание и движение.)

95. Массовое применение методик уринотерапии. «Спасибо вам за ваши книги, уже три года занимаюсь по ним.

Мне 59 лет, много раз (три) оперировали сердце и еще год назад была предложена очередная операция - рестеноз митрального клапана. Одним словом - букет болезней плюс онкология.

И я взялась за себя основательно: печень, желчный пузырь, поджелудочную вылечила на 100 %. Я добавила к лечению бег, все здорово!

Севастополь город маленький и наверное 50 % взрослого населения занимаются уринотерапией». (Огромная часть населения земного шара практикует уринотерапию. Я получаю отзывы из разных стран мира, об успешном применении уринотерапии. Приходит много писем и с половинчатыми результатами, которые указывают, что надо применять и другие естественные факторы оздоровления, либо указывающие на поражение организма болезненным началом другого порядка. А следовательно, требующими совершенно иного подхода. Но опять таки повторю, применение голода и уринотерапии достаточной продолжительности - фракционно на урине два-три цикла, (по циклу в год) считая в одном цикле 3-5 голоданий, среди которых 2 не менее 20 суток решат 99% имеющихся проблем со здоровьем.)

Вопрос. «Прочитав книгу «Из сосуда своего», я приступил к лечению мелких недугов. Все прекрасно, даже волосы на голове новые выросли. Проблема в том, что, имея хламидий в моче, и не зная об этом, я допустил проникновение микроорганизмов через нездоровый зуб в сустав челюсти, которая теперь болит, когда жуешь. Но самое серьезное - хламидий активизировались в обычных местах локализации - уретре, каналах семенных пузырьков, и канале мочевого пузыря. Сопровождаются эти тянущие боли психическими депрессиями. Злость, ненависть, страх, отвращение перемешиваются, кажется, что переживаем прощание с жизнью. Качаешься туда-сюда и не знаешь, когда же остановится хоть где-нибудь. Помогите поднять иммунитет».

Ответ. Примените фракционное голодание на урине. Результаты закрепляйте правильным питанием и закаливанием.

96. Пример. «Я офицер. В далеком 1985 году, в силу, тогда еще, курсантских обстоятельств (резкое переохлаждение), заболел воспалением предстательной железы. При явных признаках медики ничего не определили и болезнь перешла в хроническую. (Причина болезни - внедрение в организм биопатогенной энергии холода, которая распространяется по суставам.)

Два года состояние ухудшалось - ни на минуту не прекращающиеся боли: ноги, живот, спина, ужасающая тяжесть тела, ощущение повышенной температуры. Железа превратилась в кисель - так говорили медики. Тогда мне было 23 года. Объездил в Киеве все клиники, институт урологии, был в Евпатории. Но толку никакого. Потом добавились: гастрит, боли в суставах ног, выскакивал часто диск в позвоночнике, частые простудные заболевания. (Все это симптомы нахождения в организме биопатогенной энергии холода.)

От безысходности обратился в 1987 году в Луганск к бабушке, и удачно. Воздействием своего биополя поставила железу в сносное со-

стояние (на 3 года). Боли практически исчезли, стал купаться - вести обычный образ жизни. Но в 1992 году меня сильно просквозило (спал на холодном на сильном сквозняке), и все возобновилось. (Биопатогенная энергия холода быстро занимает прежние места. Когда Вы переохладитесь. То первым делом сразу же хорошенько пропарьтесь, вотрите в тело оливковое масло, сделайте молочно-масляную микроклизму.) Констатировали, что в железе образовался камень. Начали все болячки прогрессировать. Особенно беспокоил гастрит (от любой еды была изжога), из-за болей в суставах трудно было присесть, из-за болей в спине не мог поднять и ведро воды (чуть где-то оступлюсь и бегу к знахарке вправлять диск).

В 1993 году попалась книга Брэгга «Чудо голодания». Два года старался придерживаться его рекомендаций. Боли стали уменьшаться, перестали болеть колени, укрепился позвоночник. Но все пошло удивительно в лучшую сторону, когда приобрел Ваших четыре тома. Делал клизмы, отрывались каловые камни, изменил постепенно питание в сторону растительного, голодал небольшими сроками (по Брэггу), сбросил лишний вес, самочувствие улучшалось. (Урина антагонист биопатогенной энергии холода, поэтому ее применение особенно показано.)

Но 9 мая 1996 года выпил 150 г «Кагора» (до этого 3 года не пил ничего). Пошла моча с гноем, все, что относится к урологии, воспалилось. Обратился в поликлинику. Антибиотики нормализовали анализы мочи, но боли предстательной железы были изнуряющими. К огромному моему счастью, купил Ваш «Учебник по голоданию». За неделю до голодания почистил печень (выпало 4 зеленых камушка размером с фасоль).

Голодал 30 суток. Все шло как по писаному. Ухудшение общего состояния по нарастающей до 8 дня. Потом обострение всех болячек, прослабление. Превосходное состояние. Где-то с неделю шла очень мутная моча. Потом стала чистая и светлая, как вода. Самочувствие до последнего дня голодания было хорошее. Все время работал, строил дом. Хотел голодать до конца, т. е. появления чувства голода, но начало осени дало знать о себе - стали сильно замерзать ноги, что сразу же передавалось на поясницу и железу. (Это указывает на симптомы перевозбуждения «Ветра», который усиливает все, что связано с холодом и сухостью. Отсюда, время голода выбрано не совсем удачно.) Сама железа в процессе голодания (когда ее осматривали) существенно уменьшилась в размерах. За время восстановительного питания (строго придерживался Ваших рекомендаций) стала нормальной величины (до большого голодания всегда была увеличенной). Но во время выхода из голода появилась проблема. Стала болеть печень (раньше никогда не болела). Особенно она была чувствительна к томатному (свежевыжатому) соку. (Кислый вкус томата стимулировал печень осенью, что и выражалось в таких ощущениях.) Не ешь - не болит, начинаешь есть, побаливает. Со временем (3 месяца) боли практически исчезли. (Биоритм сменился и боли прошли.) Но после однодневных голоданий болит. Зимой не голодал, так как после 30-дневного голодания проблема промерзания ног до конца не прошла. Чуть-чуть ноги в холоде - сразу ощущение холода в ногах и тут же передается на железу, которая начинает болеть от 1-2 дней до 2-3 недель.

Сейчас пост. Боли в печени практически прошли, но после выхода из однодневных голоданий начинает побаливать. (Надо применить фракционный голод на урине.)

Итак, итог: чувствую, если бы не промерзания ног, про железу уже наверное и забыл бы. Так как когда все нормально, то состояние нормальное».

97. Лечение паралича и эпилепсии. «День добрый низкий поклон за Вашу бесценную работу по воскрешению нашего народа!

Жизнь - элементарно проста, но сколько же глупостей на нее навалено!!! Итог - живем, точнее тлеем и гнием на свете! Немного о себе.

Недавно снова поговорила откровенно с врачом (ведущим врачом психдиспансера) по поводу своего нормального состояния уже более 1,5 лет без таблеток. Две энцефалограммы уже не показали признаков эпилепсии, хотя на предпоследней у меня было отключение сознания. Но медсестра сказала: такое случается и с абсолютно здоровыми. Примерно 2 недели уже чистые - без малейших приступов и отключений. Дай-то Бог! Да! Даже после разговора оста-

лась уверенна в нашей с Вами правоте, в силе чистоты и природы, хотя... Хотя... врач снова убеждала: без таблеток жизни нет! Вот так!

Геннадий Петрович! Подсказывайте другим, что эпилепсию с малыми (несудоржными) приступами можно лечить! Голоданием, промыванием кишечника и легких. Легкие очищены до конца: полгода, а то и чуть больше, шли харчки. В эту зиму 2 раза мочой прогоняла грипп от себя (домашние все переболели!).

Геннадий Петрович! О проблемах: стихи - в газеты не берут. Если я буду Вам посылать, мне кажется, Вы быстрее их примените в дело: и о питании надо говорить, и о питье, и о жевании (здоровые еще не задумались!) Да!

О себе - мало пью жидкости, насчет алкоголя - никогда не увлекалась, а тут даже в Новый год не пригубила! А зачем? Песни петь - пожалуйста! Танцевать - тоже! Только музыку включи.

И о памяти: не очень, но лучше. Насчет памяти на лица - пожалуй, никогда очень яркой не была. Больше была замкнута на своем внутреннем мире. Голос звонкий, хоть в оперу беги и разными голосами могу говорить, только без применения пока. Так вот, а 2 года назад - женщина-инвалид с парализованной правой рукой и левой ногой, глотающая по 9 таблеток в день.

Поститься мне понравилось: меньше спится, больше бодрости. А с молока уже в сон тянет - проверила недавно»!

98. Уринотерапия и зоб. «Я и раньше верила в уринотерапию, а сейчас сама начала лечение. У меня признали узловой зоб на УЗИ, вот заключение: практически вся левая доля представлена в виде изоэхогенного узла с тонким гипоэхогенным венчиком размером 3,7-1,7. А эндокринолог подтвердил - смешанный зоб II степени (узел слева) и, естественно, консультация хирурга, который сказал, что кроме операции они мне предложить ничего не могут, так как боятся перерождения.

И вот, приехав домой, я узнала от подруги, что 3 месяца назад она была в такой же ситуации. Но уринотерапия за 1 месяц (она делала компрессы на ночь и пила 1 раз) оставила только следы. Я достала книгу и с 1 марта начала пить с 3-4 часов - по 3 глотка (без комплексов) и делать компресс на ночь из своего мочегона - первый день на шее раздражение пятнами, на второй день еще сильнее, на третий чуть ли не коркой покрылась, хотела прервать, но на 4 положила компресс из мочегона своих внуков, наутро как будто ничего и не было, шея чистая.

Пить было не плохо, так как я питалась всегда раздельно, больше растительной пищи. Сразу же очистила кишечник, проблем не было, никакого раздражения. Пила много соков и воды. Однажды ночью вышла светлая желчь. Но самое главное: при накладывании компресса я спала спокойно, только чувствовала, как будто из-за шеи опускаются пузырьки и падают вниз к дыхательному горлу и сразу же колет внизу и давит, поднимусь - легче».

Для лечения щитовидной железы. «В 30 лет переболела воспалением щитовидки, в этот период времени в меня влили всю фармакологию, но щитовидка не рассасывалась, пока я не сообразила положить мёд на неё. Пропотело всё буквально и переливалось и одно уплотнение рассосалось. Но вторую ночь на другое место приложила». (Мед обладает способностью возбуждать жизненный принцип «Желчи», основное свойство которого теплота и активность ферментов.)

99. Вопрос. «Хотел бы попросить Вашего совета и благословения. Мне 48 лет, преобладающий жизненный принцип «Желчь». Основные болезни - мочекаменная, забита печень (последнее время было сильное чувство распирания), давление до 170/120. Осенью 1996 г. почистил печень по книжечке Ирины Васильевой «Сам себе целитель». Вышло много камней, но примерно через месяц опять почувствовал распирание в печени. (Порочные жизненные условия остались и все вернули.)

30 ноября повторил чистку и с того же дня начал голодание по книжке Брэгга. До этого пробовал голодать по 1-2 дня. Впечатления никакого не произвело, и на этот раз решил голодать 10 дней. У меня постоянно на языке небольшой налет. После трех дней голодания налет пропал и до конца голодания был язык чистым, хотя очищение шло (темная моча, чернота в кишечнике). После пяти дней голодания мне принесли 5 том Ваших «Целительных сил». Прочитав ее, я понял, что «Чудо голодания» Поля Брэгга и в подметки не годится. В общем, все прошло нормально, с пятого дня была слабость, но ра-

ботать было можно. Выход так же прошел без сучка, без задоринки. Но эффект был потрясающий - давление стало 120/70, перестали беспокоить печень и почки, и еще целый ряд улучшений.

После голодания постепенно снова перешел на «Свинское питание». Так же постепенно все стало возвращаться на прежнее место, работа кишечника и давление. К концу января давление уже было 140/90 и я решил провести еще 10-дневное голодание.

Перед этим я еще провел чистку печени, на 30 января 1997 года в четвертый раз, и сразу же начал голодание. На этот раз вел более активный образ жизни и слабости практически не было до конца голодания, была небольшая слабость в период выхода из голодания. Язык так же как и в прошлый раз, стал чище, чем до голодания, хотя легкий налет оставался. Ацидотического кризиса я не почувствовал ни в первый, ни во второй раз. Были и заметные различия. В первый раз за 10 дней вес снизился с 75 до 70 кг, а во второй - с 75 до 66 кг (рост 180 см). В первый раз я пил кипяченую воду, во второй - дистиллированную. (Помните пословицу - дважды нельзя войти в одну и ту же реку. Поэтому, два одинаковых по продолжительности голода в «реке жизни» дают различные результаты. Так и должно быть.)

Во второй раз я начал выход из голодания на 1 день раньше, по причине тревожных сновидений. После шестого дня приснилась давно умершая мать, которая встала из гроба и стала рассказывать что-то о своей молодости, в это время у меня было чувство страха. (На голоде показываются кармические привязки, проблемы, которые мы должны решить, чтобы жить полноценно.) После седьмого дня было три сновидения, в которых я испытывал чувство злости или даже ярости, во втором сновидении, разозлившись на сына, я даже заплакал. (Это мощно работала функция печени.) После восьмого дня приснилось, что мы с дочерью пришли к какому-то общежитию. Прямо в метрах 15 от подъезда протекала река и несколько мужчин вытаскивали из воды утонувшую голую женщину. Дочь была напугана, я на это смотрел довольно безразлично. Нам нужно было подняться на второй этаж, но лестница оказалась завалена всяким хламом. Рядом по стенке проходил узенький карниз и я решил подняться по нему на второй этаж. Я медленно продвигался по карнизу, за что-то цепляясь руками, но, не дойдя до второго этажа, карниз закончился и мне ничего не оставалось, как вернуться назад. Я понял этот сон как тонкий намек, что пора возвращаться и в конце 9-го дня начал выход из голодания, хотя никаких неприятных ощущений у меня не было. (Жаль! Подъем вверх по лестнице и т. п. есть прогресс в плане оздоровления и духовного совершенствования. Спуск вниз - наоборот. Вам было показано препятствие, которое надо было преодолеть, что Вы не сделали.) Единственно, что беспокоило - быстрая потеря веса (9 кг за 9 дней).

Очень тяжелый для меня вопрос - здоровое питание. Семья 7 человек и никто меня в этом вопросе пока не поддерживает, даже жена, которой 2 года назад удалили левую грудь. Самое большее, что я смогу, это, видимо, что-то среднее между здоровым и «свинским» питанием. Вопрос усугубляется еще и спиртным. Я работаю директором предприятия, а сейчас стало уже традицией все серьезные производственные вопросы с другими директорами решать с рюмкой в руках. Для тех, кто захочет быть «белой вороной», в запасе всегда найдется плоская шуточка: «Сегодня с нами ты не пьешь - а завтра Родине изменишь». Пью я, правда, не более 150 г, но в неделю бывает до двух-трех раз.

В мае-июне я собираюсь провести полное голодание (до волчьего аппетита). Моя основная задача - раскрыть в себе сверхспособности. Вы пытаетесь поставить медицину с головы на ноги, я хочу сделать то же самое с энергетикой. Более половины всех загрязнений на Земле дает энергетика. Я уверен, что есть способ получения чистой энергии (тепло, электроэнергия) непосредственно из космоса. Уже несколько лет я бьюсь над решением этой проблемы, но, видимо, без помощи высшего разума мне ее не решить. Голос Бога тих и нежен, а сердца наши столь огрубели, что не способны его слышать. (Трудно, а порой не возможно сочетать духовное совершенство с мирской жизнью. Она затягивает человека в водоворот мелочной суеты, за которым теряется главное. Голодом эти проблемы не решишь. Здесь надо коренным образом менять весь образ жизни.)

Геннадий Петрович, если сможете, помоги-

те мне в этом. Разумеется, мне бы хотелось достичь этого побыстрее, конечно, без ущерба для здоровья. Посоветуйте, как это лучше сделать? Достаточно ли одного полного голодания, или их нужно несколько? А может, лучше сухое голодание? (Голод, несомненно будет способствовать этому, но его не достаточно.)

Брэгг пишет, что 30-40-дневное голодание можно предпринимать после шести 10-дневных, но я себя уверенно чувствую и после двух, достаточно ли одной уверенности? (Если она очень велика, то да.) Сколь обязательно соблюдать лунные циклы»? (Желательно. Ведь мы наделены разумом и его надо использовать.)

100. Пример. «По Вашим книгам с помощью уринотерапии избавилась от мастопатии. Тоже сказали - не излечивается, и хотели удалять грудь. И еще от многих неприятностей избавилась».

101. Опыт уринотерапии. «Я очень благодарна Вам за Ваши книги, которые воскрешают человека и дают ему вторую жизнь. Я была больна - у меня была фибромиома очень больших размеров, а в связи с этим обильные кровотечения, ужасные выделения, очень сильная слабость. Врачи предложили срочную операцию с ампутацией всех детородных органов. Я уже лежала в больнице, и вдруг вспомнила «Живую воду» Амстронга, у меня затеплилась надежда. Я ушла из больницы очень решительно с сильным кровотечением, но с большой надеждой в душе.

На территории больницы продавали книги, я подошла и увидела Ваши «Целительные силы». Я просмотрела их, как будто сам Господь Бог направил меня к ним, воодушевленная и уверенная, я приобрела Ваши книги и по сей день и всегда - это мои настольные книги, я бесконечно читаю их каждую свободную минуту. В общем, я стала лечиться по Вашим рекомендациям, так как положение мое было критическое, я не стала очищать организм, а сразу стала пить урину, среднюю часть, первое время только утреннюю, а иногда весь день, делала спринцевание, тампоны.

После принятия урины в течение 2 недель у меня началось очень сильное обострение с позвоночником. Весь позвоночник пекло как огнем, стала хромать на правую ногу, было очень плохо. Все это продолжалось около месяца, а потом все прошло (начала я лечиться в июле и лечусь по сегодняшний день). (Любое обострение указывает на то, что там началась целительная работа. В данном случае - рассасывание отложений солей в связках позвоночного столба. Если бы не было чувства «печения огнем», то и не было бы растворения. Организму нужны неординарные условия, чтобы выбросить болезнь из себя.) У меня прекратилось кровотечение, прекратились ужасные выделения, я стала энергичной, но опухоль полностью не рассосалась, хотя стала намного меньше. Сейчас я очищаю организм (кишечник) упаренной уриной, в марте буду очищать печень, а потом займусь уриновым голоданием с массажами. Может быть, опухоль рассосется окончательно. Большое Вам спасибо за любовь к людям, к простым людям, которым Вы дали науку такую, которая доступна каждому. Низкий Вам поклон до земли и благодарность за Ваш бесценный труд». (Надо добавить голод, очистить полевую форму жизни.)

102. Опыт оздоровления. «Узнал о Ваших «Целительных силах» в октябре 1995 года. До этого я уже имел букет болезней довольно значимых: контузия с потерей сознания на трое суток, радикулит, стенокардия, ишемическая болезнь сердца, болезнь Бехтерева с 1956 года, почечно-каменная болезнь, онкологическое заболевание на левом легком диаметром 3 см. Готовили трижды к удалению легкого, отложили из-за болезни Бехтерева, облучали в течение двух месяцев. Было три инфаркта. Врачи «футболили» из кабинет в кабинет.

Сейчас видя, что я ожил, без вызова забегают ко мне домой, мол дескать какие мы хорошие, такой труп подняли на ноги. Действительно к октябрю 1995 года я на улицу уже с трудом выходил, живой труп и только.

По вашим книгам очистил толстую кишку. При росте 165 см весил 78 кг. Выбросил разной грязи, патологии 12 кг. Стал весом 66 кг. В том числе только слизи вышло более трех литров. Печень чистил четыре раза. Сколько вышло камней с горошину - сотни, да еще таких по размеру как гречневая крупа - стакана два. Моча шла плохо, за ночь ходил до 20 раз, а мочи выходило по чайной ложке с болями нечелове-

ческими. (Важно правильно оценивать свое состояние во время оздоровления. Вы теряете не 12 кг веса, а 12 кг грязи и болезней. О них не надо сожалеть, - мол вес упал. Знайте Ваш вес нормален в том случае, если Вы себя прекрасно чувствуете. Похудание говорит об уплотнении Вашего поля, его мощи. Рыхлость и пухлость - о его слабине и размытости.)

Ломки были наистрашнейшие, боли сверхчеловеческие, причина - на радостях слишком активно лечился. Ванны, душ, натирание и компрессы с уриной, ее питье, клизмы, промывание носа, полоскание рта. В самые тяжелые ломки просил Бога, чтобы он помог моему сердцу выдержать. Я то выдержу и радовался этим ломкам, болезни уходят. Все описанное о ломках я перенес: слабость, озноб, температура, головокружение и т. д. но сильными были две.

Ночью встаю с койки идти в туалет. Голова не кружится, сознание не теряю, меня какая-то сила берет, а не роняет на пол с ног, а бросает. Как будто сильный человек меня как предмет бросает. Сам опираясь на стенку, койку, на диван встаю. Только встану так сразу бросает в другую сторону не дав сделать и двух шагов. Эта ломка прошла ночью. (Вот такое бросание с потерей сил указывает на то, что от Вас отделается какой-то полевой паразит. Вы даже можете проделать наипростейший тест на наличие полевого паразита, который нарушает центровку вашего поля. Станьте ровно - ноги вместе, руки вдоль туловища. С открытыми глазами наклонитесь вперед, не сгибая ног, до положения буквы «г». Все нормально. А теперь, глаза закройте. Если Вас с закрытыми глазами начало куда то тянуть, значит у Вас нарушена центровка поля. Если Вы наклонитесь с закрытыми глазами, а потом выпрямитесь, и при этом Вас куда-то бросит - это говорит о том, что из-за наличия постороннего поля, Вас тянет в его сторону. А постороннее поле - паразитическая полевая сущность. Кстати, и обнаруживаются они лучше ночью.)

Следующая. Лежу на койке, это особенно повторяется с вечера и до часу-двух ночи. Происходит мгновенно. Все тело вздрагивает, миг и тело сверхнапрягается. Какая-то сила в этот момент поднимает меня (отрывает вверх) с матраса. Потом подняв, опускает. (Это также выход полевого паразита. Результат взаимодействия его поля с Вашим.)

Стараюсь соблюдать раздельное питание.

Два года я со своим букетом болезней не принял ни одной таблетки, ни одной капли, ни одного укола. Дома нет совершенно ни каких таблеток.

Чувствую, когда поем много белка, сердце болит - обхожусь без таблеток с помощью дыхания. Геморрой если раньше кровоточил ужасно, сейчас не кровит. Была тугоухость, сейчас смотрю телевизор и не пользуюсь наушниками. Раньше читал газету в очках + 2,5. Сейчас если не мелкий шрифт, читаю без очков. Раньше брюки носил с опушкой 107 см (при моем-то росте), сейчас длина по опушке 95 см.

Конечно болезни десятками лет меня убивали и за два года от них не избавиться полностью. Но я уже стал другим. По городу стараюсь ходить пешком.

С мочой столько шлаков и слизи выходило - страшно. В первое время собирал мочу - в литре было стакан слизи и шлаков. Сейчас моча чище. За ночь хожу в туалет 4-5 раз и мочи выходит до 150 грамм за раз. Это уже достижение. Раньше выходили с мочой кровяные сгусточки, меньше спичечной головки и со старую копейку. Последнее время кровяных пленок и гноя не вижу. Дело идет на улучшение.

Ем только два раза в сутки. Провожу голодание по 36 часов и трое суток. Так легко перенес. В пахе были шишки, как трубки диаметром с большой палец, твердые. Сейчас прошло и ничего не ощущается».(Это были особые образования полевого паразита, которыми он крепился к телу и через что поглощал жизненную энергию.)

103. Опыт оздоровления. «Мне 34 года, вес 57 кг, рост 170 см. По конституции «Ветер». До 22 лет ничем не болел. Осенью 1985 года признали двухсторонний туберкулез легких.

Туб. больница, тонны лекарств, всевозможные процедуры, различные виды лечения давали очень слабый результат или не давали вообще. Здоровье мое усугублялось тем, что после месяца поступления в больницу я впал в состояние - страх, злоба и ненависть душили меня. Что касается физического тела - слабость, отдышка, неуверенность в действиях, рассеянность, температура, потливость, постоянное

напряженное состояние мышц и нервов. Этот земной ад длился 12 лет до осени 1997 года. (Когда человек позволяет, чтобы думали за него другие, перекладывает ответственность за свое здоровье и жизнь на других - он живет в аду.)

Я был знаком с методами Брэгга, Шелтона, Армстронга и других целителей. Результаты слабые и долгие. И вот ваши книги «Вода живая», «Полное очищение организма». Все, что касается полевой формы жизни меня в первое время не интересовало.

Начал с чистки физического тела. Три раза чистил кишечник, старался соблюдать биоритмологию, вышло много грязи, мути, слизь. Три раза чистил печень - вышло много зеленых камней, желчи и другой гадости. На это ушло около трех месяцев. 1,5 месяца регулярно утром промываю носоглотку, а также контрастный душ. Через день ем проросшую пшеницу. Питание обычное.

В процессе чисток были кризисы. Внутри организма шла борьба. Эту борьбу с отрицательными энергиями я думаю выиграть с вашей помощью и помощью Всевышнего. Хвала и честь Ему.

Результаты потрясающие. Появилась уверенность, ушел страх, ненависть, злоба. Улучшился сон, появилась ясность мысли. Ведь все 12 лет в голове был полный хаос. Не стало отдышки, проявилась физическая сила и выносливость. Снизилась температура, нет потливости. И еще много позитивных изменений произошло. (Знайте и такую вещь - полевые паразиты живут там, где есть грязь. Они же создают этой грязи еще больше, чтобы им жилось лучше. Избавляясь от грязи, Вы лишаете их среды обитания, и они уходят.)

Сейчас я понял, физическое тело это второстепенное. Мне нужно очистить полевую форму, душу.

Со мной происходят странные, но приятные вещи для меня. После промывании носоглотки и контрастного душа я ощущаю чувство эйфории и при этом чуть-чуть хохочу. Это повторяется по несколько раз в день. (Вы применяете процедуры, которые сильно и быстро насыщают организм энергией. Насыщение организма энергией выражается в эйфории и хохоте. Это нормально для этих процедур.)

Я стал после чисток сдержанным, корректным, тактичным, добрым и отзывчивым. Появилось чувство ответственности за все и вся. Я покаялся во всех своих грехах. Простил всех. Дал установку творить только доброе, полезное, нужное. Отказался от всего не естественного в духовном плане. Думаю совершенствоваться дальше.

В моменты эйфории я обязательно обращаюсь со словами благодарности ко Всевышнему. Хвала и честь Ему. (Вы очень правильно поступили. Вообще, это важный оздоровительный прием в работе над собой, своим сознанием.)

Чувствую огромную потребность в какой-то особой музыке. Скверна еще сидит во мне, я обязан изгнать ее.

Что касается физического тела в последнее время из легких и носа отходит огромное количество стекловидной слизи и мокроты с кашлем, болей нет. (Полоскание носа растворяет старые залежи слизи, которые превратились в твердые ксерогельные корочки.) Встаю очень рано, работаю в меру».

104. Опыт применение уринотерапии. «Все лето пыталась голодать. В конце лета стало, что-то вылазить на тонком уровне. Собиралась умирать, дала указание дочки. Потом схватилась за осину, как за последнюю надежду. (Осина снимает на себя патогенную энергию.)

Стала делать клизмы. Ужасная боль прошла. Было как будто сердце с горлом стянуло железной проволокой. Это не физическое, а энергетическое - сейчас я это уже отличаю. Я решила со всем этим покончить, просто надоело. Накупила книг по магии и упорно разбиралась во всем.

Проделала все, что могла себе позволить (не воспринимаю черную совсем). Молилась, каялась, но делала. В этот же момент сильно и внезапно заболела моя мать. Живет она за 2 000 км, я просто почувствовала и позвонила. У нее была тяжелейшая ангина с высокой температурой, потом воспаление легких. Сейчас она поправляется, но ее вид мне не нравится. Прав Лазарев, эти вещи очень опасно трогать, что-то кармическое. Я была не права, нужно было голодать и молиться. (Да, только голод и молитва с уриной может освободить человека от той сети, которую он сам себе сплел необдуманными магическими действиями.)

В конце сентября я решила внезапно рабо-

тать, перед этим проголодала 10 дней. На второй день в районе второй чакры (женские органы) я почувствовала огненный шар. Это было здорово, продолжалось 2 дня. Потом ночью пришел красивый мужчина и все забрал. (Вот так, работаешь над повышением энергетики, а для чего она не знаешь сама. Как только она стала значительной, на нее слетаются различные сущности и поглощают ее посредством энергетического полового акта совершаемого во сне.)

Через несколько дней так шарахнуло в области печени, как крюком ее обвило электрическим - вышел какой-то зажим. Я вышла по лунному календарю хорошо, на соках. (Это есть не что иное, как выпрямление голографического поля организма, ранее искаженного патологической энергией. У меня было нечто похожее в разных частях организма.)

Потом начались сильнейшие сокращения матки (которой уже год нету) как после родов, продолжалось дна три. Я поняла, что (сократилась опухоль на 8 недель, которую мне удалили) уничтожила ее на полевом уровне. (Если эта женщина делала ранее аборты, то у нее мог жить «полевой остов человека», который вампирил ее и образовал опухоль. О том, как образуется человек описано в 1 томе «Основ Здоровья». Скорее всего произошло его изгнание в виде энергетического родоразрешения.)

Я не чувствую лет, усталости, у меня нет плохих эмоций, жизнь меня бесконечно радует, удивляет и балует своими подарками.

Каждый день начинаю и заканчиваю молитвами. Днем молитва успокаивает все негативное вокруг.

Решила опять голодать. Сегодня под утро вижу сон (снов у меня в последнее время нет, сплю крепко, как в юности, бессонница прошла совсем). Собираю смородину. Вдруг из под куста змея - из земли. Я ее рукой хватаю и тяну без страха - а за ней как корень кладка яиц. И проснулась. Решила довести голод, не бросать. Смогу что-то сделать серьезное». (Повторяюсь, на голоде с человеком происходят удивительные вещи. Ему показывают, что с помощью голода ты потянул патологию из организма, но остались еще и семена. Надо и их убрать вон. И этому способствует голод. Никакое другое оздоровительное средство этого не может сделать.)

105. Уринотерапия, опыт самооздоровления. «Мне 34 года, рост 163 см, вес 67 кг. Мои болезни: ангина, цистит, остеохондроз, гастрит, воспаление яичников, эрозия шейки матки, грипп и т.д. Все болезни хронические.

За урину слышала и раньше. Изжога меня замучила. И вот в 1996 году настроилась и выпила урину. Первые три дня было очень трудно. У меня там не изжога была, а огонь пылал. Но я все же продолжала пить. Пила 1 месяц, помогло, но тогда еще ваших книг не читала и ничего не знала.

Теперь прочла все 5 томов и сразу же решила приступить к чистке. На первое место я поставил «Веру», а на второе «желание и труд все перетрут». Все, что я делала мне было не в тягость, а в радость. Я стала делать клизмы с обыкновенной уриной, а после с мочегоном. Сколько я не делала, я не могла продержать 15 минут. 5-10 минут не больше. Выходило много слизи, каловые камни. Голодала очень мало по одному дню, на дни экадаши. Даже голодала один день и делая клизму, так с меня вышла черная мазутообразная жидкость, выходит песок.

Всегда была худой, но вот поправилась, но не так как хотелось. Вырос живот и второй подбородок.

В 1984 году меня замучили ячмени на глазах, что я только не делала ничего не помогало, а когда стала уриной мыть - помогло, с того момента я верю в урину.

Чудо произошло, когда не прошло и месяца после того как я начала чистку кишечника. Свалился камень с души, который мучил меня 11 лет. Как мне стало легко, как хорошо, я радуюсь и не могу нарадоваться.

Такие болячки как страх, неуверенность, беспокойство прошли может не на 100%, но на 70% точно. Я настолько изменилась, что это увидели даже окружающие. Идя на работу утром я про себя пою песню, настроение хорошее. Произошли изменения во сне. Перестали мучить газы, сколько страха и неуверенности в себе они мне вселяли, прошла перхоть, перестали лесть волосы.

10 лет меня мучила перхоть, я думала от нее не избавлюсь - но урина чудо лекарство помогла и вселила в душу еще больше веры. Никто в мире не сможет меня разубедить в том что я увидела собственными глазами, поверю навсег-

да.

Когда я приступила к очищению организма я никогда не думала, что со мной произойдет такое, чего я почти ждала четыре тысячи дней. У меня перестали идти месячные, думала что климакс. Это конечно смешно в 34 года. Но я только из-за того думала на климакс, что жила ненормальной жизнью почти 11 лет, не было мужчины. Обратилась в больницу там надо мной посмеялись, что я столько лет не живу и мне сказали, что если я стану жить с мужчиной то месячные восстановятся. Не верю врачам и поэтому решила лечиться сама.

Я заметила, что когда стала делать асаны, со мной произошло чудо, я избавилась от беспокойства этого.

У меня много лет болит правое ухо, я не знала что делать, но теперь знаю. Когда я стала капать мочегон в ухо, оно стало болеть так, что я не могла есть, говорить было больно. Тря дня болело так, что кошмар. Но я знала, что меня могут ожидать такие испытания и терпела. На работе и дома мне говорили, чтобы и шла в больницу. Но я знала что со мной и что это пройдет, так и было.

Я изменилась внутренне. Память улучшилась, стала лучше догадываться. Очень хочется поделить свою радость с кем-то, радость души - никакая радость не сравниться с ней».

106. Чудеса уринотерапии. «Уринотерапией уже занимаюсь 1,5 года. Избавился от множества болезней. Поначалу было тяжело, симптомы были непонятны. По вечерам била дрожь, дергались ноги, мало спал, температуры никогда не было.

Был самый сильный кризис. Горел живот, ладони и снились соответствующие сны. Было не понятно, сплю я или дремлю, сон или бытие. Голос или некто звал меня служить Богу. Но я говорил, что у меня дети, жена молодая, буду грешить, пока не могу.

Я чувствую, что пути назад нет, только вперед.

Чистил толстый кишечник, печень 6 раз. У меня в заднем проходе был свищ или проктит, в больнице мне предлагали операцию. Сейчас его нет и это только потому что я применял «Дыхание счастья».

Я увидел себя маленьким, сильно дышащим животным, потом провал и весь день в заднем проходе было мокро. То есть зажим ликвидировался и все. В основном сплыли страхи, испуги. Самый сильный, когда я в 5 летнем возрасте попал в яму, зимой и весь день там орал, плакал, потом к вечеру мать нашла. Так вот этот испуг, думал не выдержу. Сердце все сжалось когда дышал. Дышал животом (потому что там был зажим), пришлось даже подпрыгивать, настолько сильный зажим.

Потом днем (дышал утром) самопроизвольно 3 раза был выброс слизи из заднего прохода (в туалет я до этого сходил).

У меня было слабое сердце, совсем стало отказывать, сердечная недостаточность. После клизм оторвался полип - как крупная чесночная долька. Все! Сердца я не чувствую, у меня его нет, сплю как ребенок. Давление 120/180.

Год назад я как-то натирался мочегоном, просил у Бога, чтобы дал здоровья, плакал при этом и у меня началось. (я же не сказал, что у меня арахноидит, 2 раза оперировали ухо, долбили перегородку носа). Началась какая-то диффузия в голове. Мне показалось, что я теряю сознание, в носу также начались перемещения. Я немного испугался. Но понял, что мои болезни в полевой форме жизни и стирать и выводить их буду постепенно.

После двух месяцев активного занятия уринотерапией у меня пошли сиддхи (психические совершенства). Пошел на рынок и увидел.

У одного мужика дымок из головы вьется. Женщина в ауре и от нее разбегаются кошачеобразные (вампиры что ли). У другой женщины сбоку на животе тоже туманная полоса. (Эта туманная полоса и есть чужеродное поле, которое потянет Вас, когда Вы будите стоять с закрытыми глазами.) Недавно я спросил эту женщину, что было у нее в том году на этом месте (и показал ей это место). Она ответила, что ей сделали операцию на аппендицит. Потом шел мимо больницы, подъехал газик вышла девушка. Сначала я увидел тревожную ауру или биополе, короче в тумане. У меня по спине словно мурашки. Оказалось она инвалид 1 группы диагноз «рассеянный склероз».

Хочется помочь, но люди не верят.

В настоящее время урину пью 2 раза в день, чищу полевую форму жизни. Сиддхи нет (это ведь не по моей воле).

Но какая-то сила в глазах есть. Ну например я резко глянул на нагнувшуюся за прилавок продавщицу. Так она резко выпрямилась, в глазах ее был страх, ужас какой-то. Я отвел глаза. Что это у меня?

Или вот на днях пошел в школу на собрание. Захожу в класс, бросил взгляд на незнакомого мужчину. Про себя думаю, что это за мужчина с выразительным лицом. Так вот у него был страх, я потом анализировал. Сначала у него был страх, потом бежать ему хотелось, напасть на меня, недоумение и успокоение. Вот такие у него промелькнули мысли: «Этот человек работает в милиции на севере. Приехал к жене.» Это я у него потом узнал.

Мне непонятно почему люди, которые разговаривают со мной дергаются, как будто я пробиваю, что ли их нее биополе. Я стараюсь на людей смотреть по спокойней и даже отворачиваюсь.

Недавно у меня был гость. В его ауре я увидел окно. Потом оказалось, что он на Украине оставил дом. Видимо он переживает за него. Еще я видел как телевизор забирает энергию человека. Я чувствовал, когда энергия входит в меня, чувствовал когда ко мне приходит вера в Малахова, что я не сверну с этого пути. Курить бросил сразу, спиртное тоже. Мне часто открывались истины.

Сейчас я чувствую, что идет духовный рост. Да я стал удачливее на охоте, стал убивать лис. А то сколько лет в пустую ходил, только созерцал.

Еще мне делали операцию на коленном суставе, удалили мениск. Я обычно проходил 5-10 км, сейчас на охоте хожу 30-40 км и не выгляжу уставшим».

107. Опыт самооздоровления. «Четыре года назад я очень сильно болела. Делала «первые» шаги в голодании, уринотерапии. Вообще я теперь не смыслю своей жизни без Ваших книг. Прочитала 5 томов «Целительных сил», «Полное очищение организма», «Оздоровление путь к жизни».

Я забыла про многие свои болезни. Миокардит, панкреатит, зоб, гастродоуденит, сужение пищевода, аднексит, колит и т. д.

Что я делала для этого? Голодала 5-7 дней, пила урину, делала микроклизмы с упаренной уриной, изменила питание (раздельное - больше овощей и фруктов), занялась физкультурой (бег, асаны). Печень за четыре года чистила 40 раз. (Это многовато. Советую убрать психический зажим в области печени с помощью методики очищения полевой формы жизни. Описание дано во 2 томе «Основ Здоровья».)

Теперь я не пью таблетки, не делаю уколы, много смеюсь, стала такой жизнерадостной, энергия так и кипит во мне. (Как видите, только комплексный подход дает великолепные результаты.)

108. Опыт уринотерапии. «Мне 55 лет. Я очень-очень Вам поверила. Очень Вам благодарна, за все, за весь ваш титанически труд! Я серьезно занялась этим лечением. После чистки печени - очень много выходило зеленых камушков. Прошла щитовидка, прошли судороги в ногах.

Женщина 35 лет вылечила у себя опухоль яичников. Она месяц пила по стакану урины 3 раза в день. Ела только вечером с 5 до 6 часов легкую пищу. Теперь у нее родился малыш. Все у них хорошо.

Женщина 30 лет - за 2,5 недели без единой таблетки таким же способом вылечила почки. У нее был большой белок, перегиб мочеточника, кровь в моче. Анализы прекрасные после лечения.

Сама я первый раз выпила 0,5 литра детской мочи (от двух маленьких внучат). Выпила залпом - решилась так как у меня отказывали почки. Больница не помогла. У меня была рвота 3 недели, вязкая слюна во рту, что-то случилось с кислотностью желудка так как я очень захотела кислого. Хотя кислого не любила. После того как я выпила у меня появилась странное ощущение как будто меня кто-то внутри промывал. Выпила я вечером. Утром проснулась - я здорова. У меня прекратилась рвота. Кислого мне уже не хотелось. Настроение веселое. Я как будто родилась заново».

109. Опыт самооздоровления. «Я врач-терапевт. Мне 38 лет. В 1981 году закончила медицинский институт. Примите и от меня слова глубокой благодарности за ваши чудесные книги!

У меня переворот в сознании о принципах

лечения идет давно с 1988 года. Когда впервые прочитала Поля Брэгга и тут же начала экспериментировать на себе. А затем с 1993 года Ваши книги! Согласна с Вами во всем, лекарства - только для оказания первой помощи, не более. На раздельном питании уже 3 года, периодически голодания, очищение кишечника, 3 раза печени, суставов. Пока чувствую себя здоровой, уже не помню когда болела».

110. Опыт применения урины. «Мне 38 лет. Я начала обмываться мочой (лицо, глаза, нос), горло полоскать. Ангина прошла незаметно, хотя немного сердечная аритмия была.

После рождения дочери я держала спираль 5 лет. Благодаря ей менструация шла до 10 дней и болезненно (раньше было 4-5 дней без болей). Потом сняла спираль и все остальные пять лет менструация так же шла как и при спирали. С желудком были проблемы (ощущение тяжести, если съедала рыбу). Два года мучила молочница, какие только лекарства не использовала - бесполезно. Самое главное - усиливающиеся боли и кровотечение при менструации. Назначили операцию на 15 мая. За 1,5 месяца записали на удаление матки.

Я решила пить мочу и спринцеваться. Утренняя моча меня вылечила. Когда я пошла сдавать анализы, у меня уже прошли боли и сократился срок менструации. В моче я обнаружила слизь и белые нити. Прошла молочница и боли в желудке. Самое главное я могу так же жить нормально при менструации и не мучиться.

Гемоглобин был 96, когда я еще делала уколы, он повышался за 10 дней только до 100. Когда я стала сдавать анализы через месяц после приема мочи, он у меня стал 127. Это для меня чудо, очередное чудо.

Также дочери (11 лет) я вылечила уши. Закапывала ее свежую подогретую в пипетки и свою мочу до 5 раз в день. За 6 дней вылечили. Правда компрессы из водки на окружность ушей тоже вечером каждый день делала.

Моя мама (72 года) два месяца ходила в больницу с ушибленной ногой (икра с боку). Нога синяя была по всей икре, болела. Лечилась два месяца ихтиолкой и мазью Вишневского. Не проходило. А после трехдневного прикладывания компресса на ночь из моей упаренной мочи до 1/4 (стояла полгода упаренная моча) все прошло.

В детской поликлинике врач отоларинголог сообщила, что ребенок обошелся без операции удаления полипов в носу (мочой закапывали нос).

У меня постоянно была тяжелой с разрывами дефекация сейчас она наладилась, геморрой намного угас, перестало тянуть толстую кишку к низу».

111. Опыт уринотерапии. «Мне 25 лет, тип Ветер с небольшой примесью Желчи. Во-первых, мне хотелось бы поблагодарить Вас за великолепные книги, а во-вторых рассказать, как они мне помогли.

Я с детства страдала нейродермитом. На 3-м месяце беременности (около 20 лет) все как рукой сняло, но через 3,5 года после рождения ребенка все начало возвращаться опять. Я еще в детстве поняла. Что врачи вылечить этого не могут, поэтому лет в 14 наотрез отказалась ходить к врачам. Но выхода не видела.

Прочитав «Уринотерапию», начала пить свежую мочу и мазать ею больные места на лице и руках. Держала недолго, около 10 минут (пока чистила зубы утром). Где-то через 4 месяца все прошло (проходило медленно, но верно).

К настоящему моменту я пью мочу уже год и отметила еще одну вещь, почти исчезли мигрени. Раньше во время приступов я даже не могла подняться, была каждый раз жуткая рвота и упадок сил. Теперь головные боли стали реже и мне достаточно всего лишь хорошо выспаться, чтобы все прошло. А когда меня рвало в последний раз, я даже не помню уже».

112. Опыт уринотерапии. «Летом была на даче, тете своей долго объясняла, что зуб больной надо полоскать мочой. Она долго упиралась, мол не смогу. Но когда боль была уже выше ее «не смогу» смогла - все прошло.

Свекровь тети уже в преклонном возрасте 82 года так увлеклась уринотерапией, пришлось ей конспект писать.

Теткин муж не спал ночами - болели плечи, суставы. Я ему ничего объяснить не стала замочила глину на своей моче (все таки мне 24 года) и делала компрессы раза 3-4. И он «случайно» заметил, что по ночам стал спать. Его матери (тетушкиной свекрови) на запястье один раз

глину привязала - спала опухоль. В общем родственники меня как увидят кричат: «О, Геннадий Петрович идет!»

113. Народный опыт уринотерапии. «Впервые воспользовалась уриной, когда у сына был отит. Две капельки спасли мои переживания.

Бабушка рассказывала, что в молодости у деда был псориаз. И вот она, энергичная женщина, по утру по всей деревне собирала урину и сливала в бочку и сажала своего муженька в бочку. Сейчас деду 8-й десяток и он давно забыл о своей болезни, не прочь выпить и водочки.

Так что наука в вашей книге очень глубокая и необходимая».

114. Опыт уринотерапии. «Вас, наверное интересует какое воздействие оказала на меня уринотерапия:

1. Вернулось обоняние, но насморк возвращается.
2. Вылечила плеврит, больше болела левая сторона.
3. Исчез наплыв (при расстройстве) над лбом.
4. Вылечила за 4 дня пяточную шпору, которая мучила год.
5. Исчезли точки и пятна перед глазами.
6. Лучше стала слышать, левое не болит.
7. Не болит горло, окрепли зубы и десны.
8. Лучше работает сердце, лучше с бронхитом, исчез кашель.
9. Лучше с радикулитом, аднекситом, метритом - легче стала подниматься в автобус. Лучше с печенью, желудком, уменьшился аппетит.
10. Похудела за 2 месяца, на 9 кг - с 79 кг до 79 кг.
11. Улучшилась память, вспоминаю песни молодости 40 летней давности, стала петь и кажется мой голос не плох. Решила вопрос по геологии, 40 лет мучавший меня.
12. Стала создавать свои модели вязаных вещей и думаю новые рисунки.
13. Начала писать книгу об отце. Отец стоит известности.
14. Духовно обогатилась. Держу связь с природой.
15. Занимаюсь физкультурой по системе академика Н. М. Амосова.
16. На позвоночнике почти исчез нарост с горошину.
17. Были голоса, почти исчезли.
18. Проводила голодание: 1 день - 3 августа, 2 дня - в ноябре.

115. Опыт самооздоровления. «Мне 31 год, моей маме - 54. Уже 2 года мы занимаемся по Вашим книгам уринотерапией и очищением организма в полном объеме, раздельным питанием и т. д. Результаты очень впечатляющие, хотя обе мы представляем собой то, что в среднестатистической медицины называется безлико «практически здоров».

Регулярно голодаем, занимаемся с ноября 91 года по системе Иванова, поэтому я очень долго категорически сопротивлялась любым очисткам, утверждая, что меня это лично не качается, я никогда не жаловалась на пищеварение. Тоже могу сказать и о маме. Но сейчас после 6-ти чисток печени и бесчисленных клизм, когда с меня течет и течет слизь. Вначале темная, гнойно-образная, а сейчас более-менее прозрачная, но конца этому не видно. То же самое можно сказать про нос, глаза. Когда у меня был насморк, я уже и забыла, но стоит промыть мочегоном - и пожалуйста.

А какая у нас обеих сейчас кожа замечательная! Правда, всю парфюмерию с кончиков волос до пяток нам заменила «алмазная жидкость» - урина.

И вообще, несмотря ни на какие жизненные обстоятельства жизнь стала ярче как в психическом, так и в физическом плане».

116. Опыт уринотерапии. «Уринотерапией настойчиво занимаюсь второй год. Результат у меня прошло 10 серьезных болячек. Я очень рада, но главное гинекология на 70 % стало легче, появился хороший аппетит и я сильно поправилась. Одела очень красивый болгарский костюм спортивный и я вилась к своему врачу гинекологу, она меня не узнала говорит: «Вы хорошо выглядите. Тьфу, тьфу на Вас!» Я говорю, что купила 5 книг Малахова и живу по ним.

У меня даже сухой мозоль на пальце правой ноги, исчез. Я его парила и срезала щеткой и он опять нарастал.

Увидела знакомую у нее была экзема на руках, а руки чистые и говорю: «Ну наверное ури-

нотерапией вылечила?» Она говорит: «Да. Весь подъезд меня лечил.»

У моего мужа был на ногах грибок - микоза стоп. Я его со слезами заставила на ночь компрессы делать упаренной. Сделал 10 раз сам на ночь. Теперь сам вытянет свои гнилые лапы и не насмотрится, - ноги чистые. А было страшно смотреть, слоем кожа нарастала, а ногти кучами. Теперь ногти выравнились - новые, нормальные, а кожа только розовая. Теперь я отдыхаю, а то так и ходила за ним с пылесосом, то на диване, то возле кресла сыпалась кожа с ног.

А у меня ноги, стопы как у новорожденной - мягкие, а были какие уплотнения.

У дядя, вырезали с камнями желчный пузырь, а протоки забиты и умер. А у меня со второй чистки летом, вышел камень с указательный палец черно-зеленый, лежал в протоке и форма протока».

117. Опыт уринотерапии. «Я не однажды пользовалась, применяла в жизнь Ваши советы.

Был сильнейший парадантоз: сильно оголены шейки зубов, воспалены десна, не дотронуться было до них и есть было очень больно, естественно сильный камни. Полоскание свежей уриной после каждой еды, вылечило мои зубы, камни исчезли, десна стали здорового цвета и не болят и даже шейки многие подтянулись.

Года 3 назад у меня было сильнейшее отравление грибами на работе. Примерно в течение 1 часа помимо сильнейшей слабости, стало что-то твориться с глазами. Это была вечерняя смена - врач с завода уже отсутствовала и я попробовала применить Ваш метод. С трудом, но все же дошла до туалета, прихватив стакан. Выпила полный. Меня как следует прочистило. В итоге - как быстро мне становится плохо, так же быстро я пришла в норму.

Был сильнейший парез пальца - шла густая венозная кровь. Я обернула очень хорошо смоченной в урине салфеткой. Затем мне помогли перевязать. Бинта ушло очень много так как все время сочилась кровь. Мне советовали идти в травму - был вечер. Наутро рано очень была моя смена. Но я спокойно пролежала ночь, никуда не пошла, а утром была на работе. Вечером дома мне страшно было распаковывать руку - было все заскорузлое. Но я опустила ее в кипяченную хорошо теплую мочу и шаг за шагом разворачивала осторожно бинт. Затем сделал ванночку в хорошо горячей после кипячения урине и вновь таким образом уже сама забинтовала. Такого количества бинта уже не потребовалось. А через неделю вообще абсолютно все прошло.

У родственницы не отходила моча (старая женщина). Температура росла на глазах, она не могла приподнять голову, повернуться. Давление было 220/120. От давления правда сделали укол. Дальше я всю ночь прикладывала тряпочки шерстяные на живот, смоченные в кипяченной теплой урине. Простые (хлопчатые) тряпочки клала на лоб, оборачивала кисти рук и голени (естественно моя урина). Как только ей стало лучше, я стала хоть понемногу давать ей пить свою урину. Через день она уже смогла сдать анализ, все было в норме. Как только она смогла хоть по 30 грамм мочиться, она сама ее стала пить. В общем через 1 неделю она была здорова от этого заболевания - пиелонефрита. Это было два года назад.

Сейчас у нее стали очень опухшие ноги и начала из них вытекать жидкость клеящая и местами даже выеденные кровавые язвы. Я стала оборачивать ноги опять же в своей кипяченой урине смоченные салфетки и обвязывать бинтом - течь перестало, язвы затянулись и даже немного тоньше ноги стали. Правда, если прекратить это делать - пойдет все вновь».

118. Опыт уринотерапии. «Прочитала все 5 томов Ваших трудов. Уже полгода занимаюсь уринотерапией. До оздоровления не видела смысла в жизни, сейчас чувствую себя живой, веселой, жизненный огонек. Были определенные промахи, так как не дочитав до конца все пять томов начала оздоровление, сейчас проанализировав свои ошибки, продолжаю более правильно проводить оздоровление организма.

О положительном опыте пока писать рановато, но внутренне чувствую что будут неплохие результаты, главное, что у меня утверждается все сильнее «ВОЛЯ», за счет которой я иду вперед.

За полугодовое оздоровление организма с помощью голодания и уринотерапии были определенные результаты: растворился камень на зубах, быстрее стали расти волосы и гуще,

объемный ожог в области бедра рассасывается стал еле заметен, появилась огромная работоспособность, на даче могла работать с 6 часов утра и до полной темноты вечером не ощущая усталости. Огромная тяга к физическим упражнениям, помимо этого посещаю бассейн, занимаюсь бегом, ходьбой».

119. Опыт уринотерапии. «Третий том стал моей настольной книгой. Я уже 2 недели применяю урину: делаю клизмы, спринцуюсь, втираю в кожу. Результаты не заставили себя долго ждать: нормализовался стул, заживает эрозия шейки матки, кожа приобрела здоровый вид, очистилась, а до лечения были угри на лице и спине.

Своей годовалой дочке вылечила насморк, закапывая ее урину в носик, так же прошло раздражение на подбородке от соплей (у нее режутся зубки и поэтому текут слюни)» .

120. Опыт уринотерапии. «Мне 55 лет. Заболела я в Германии. Болит вся грудная клетка, сыпь высыпала. Врач написал диагноз «Опоясывающий лишай», что это такое и отчего, ума не приложу. Выписал таблеток на 500 доичь марок, это на русские деньги полтора миллиона, а может и больше, но дело не в том. Выпила все таблетки, а боль осталась.

И вдруг по телевизору показывают как в Германии мочу пьют, в основном молодежь. Муж посмеялся, что в Германии как - будто пить нечего, а я намотала себе на ус - новое лекарство и решила попробовать. Сделала компресс из урины и о ЧУДО, на второй день стихли боли, сыпь пропала. Вот тут хочешь, не хочешь и сомнений нет - поверишь в урину!!!»

121. Опыт самооздоровления. «Мне 33 года. высшее образование, ряд других профессий. Как и многие я тоже (был) больной человек. Вес 105 кг при росте 180 см, язва желудка, гипертония, псориаз.

Вообще я разным книгам никогда не доверял, в том числе (извините) и Вашим. Но простым примером (о зловонии ног при чрезмерном употреблении мясной пищи) Вы меня сразу убедили.

Начал я сразу на следующий день после Рождества Христова (после обильной кути). Начал с трехдневного голодания, два раза в день горячая ванна, утром энергичная зарядка, вечером клизма из мочи, пил отстоянную кипяченую омагниченную воду.

Вышло очень много вонючей слизи. Камней не было. Перешел на правильное питание - салаты, каши на воде, сырые овощи, фрукты, проросшая пшеница, мед, пыльца, орехи, семечки, изюм и т. д. Исключил мясо, рыбу, молочное, сахар, алкоголь, кофе, чай, соль, жиры. Клизмы делал как Вы советуете. На пятый день в моче обнаружил кристаллы в виде маленьких звездочек. На шестой день моча была чистая, но через несколько часов стала мутная, а через 1-2 часа выпал осадок - белый. Такой осадок продолжает выпадать (не регулярно) в течение 2 месяцев.

Один раз в неделю голодаю. Через три недели с начала чистки, провел чистку печени - вышло около десятка (может больше) холестериновых камней, размером с фасоль. Через 6 недель (с начала чистки) сделал УЗИ почек - мелкий песок, кристаллы. Провел чистку почек - сауна, ванны, настои кукурузных рыльцев, толокнянки и пихтовое масло. Магнитную воду пью в дни голодовки.

Мои результаты за два месяца! Вес из 105 кг, стал 85 кг (20 кг!). Самочувствие 17-летнего парня, о головных болях забыл. Легко выдерживаю нагрузки - три раза в неделю посещаю атлетический зал. Легко достаю пол ладошками, стоя не сгибая колен (до этого только пальцами). Перестала хрустеть шея, спина. Почти исчез комплекс неполноценности, связанный с лишним весом. Каждое воскресенье хожу в Храм Божий. Задумался о духовности. За два месяца проглотил «море» литературы: о здоровье, физических упражнениях, питании и т. д».

122. Опыт самооздоровления. «Вот уже год, как я стал заниматься своим здоровьем по Вашим книгам. Начал с промывания носоглотки и глаз, а так как моча попадала в рот и не вызывала отвращения, то я ее стал пить, как Вы учите. Мне 59 лет.

У меня эпиконделит локтевых суставов, бывали приступы остеохондроза, частые судороги мышц ног (чаще левой ноги), особенно ночью, были часты приступы головной боли (спазмы сосудов головного мозга). Эпиконделит мне был приписан на всю оставшуюся жизнь, лече-

ние не помогало. Но тут в мою жизнь пришли Вы с Вашими «Целительными силами».

Почистил кишечник (продолжаю это делать через 2 недели, желание само приходит), 4 раза почистил печень (пью масло залпом). Какой только дряни из меня не выходило. Набрал камушков примерно стакан от 3-х до 15 мм, мелочь проскакивала через дуршлаг. Пью ее родимую по утрам, а если есть возможность, то и днем до обеда. Натираюсь мочегоном с головы до пяток утром и вечером, но не менее 1 раза в день. Уже тело само просит. Делаю ванночки для ступней. И теперь не мыслю себя без этого. Процедура 40-45 минут, затем гимнастика, упражнения из 1-2 тома.

Сделал несколько раз очистку суставов лавровым листом (после приема отвара появляются приятные боли в суставах). Соли вышло очень много, сужу по налету на стеклянных банках, в которых я храню мочу.

Результаты за год.

1. Из носа и легких вышло очень много слизи (желтой, зеленой, черной) и сейчас выходит, дышать легко. За год не было простуд, ОРЗ, гриппа.
2. Прекратились (почти) головные боли.
3. Снова могу работать физически, боли в суставах не появляются после физических нагрузок. Могу подтянуться до 10 раз, поднять двух пудовую гирю каждой рукой! Без боли!
4. Фигура: рост 176 см, был до начала занятий плечи 52 размер, талия 52 размер. Стал через год плечи 52 размер, талия 48 размер. Пришлось зауживать все брюки! Ура Вам!
5. Очищение через кожу происходит без вспышек, медленно, но верно. Кожа не шелушится, стала мягкой, даже на ступнях ног как у ребенка. На голове исчезла перхоть и начали помаленьку расти волосы там, где они раньше выпали.
6. Через 4 месяца после начала занятий почистился желудок (в конце апреля 96 года), вывернуло крепко, в глазах темнело. Прошло все очень быстро, я почувствовал себя сразу же совершено нормально. Больше это не повторялось.
7. Голова теперь снова ясная, память.

Вот таковы мои скромные результаты занятий уринотерапией.

Одному человеку (мой бывший коллега), у него сахарный диабет, посоветовал обратиться к Вашим книгам, это было в мае 96 года. В октябре его встретил, он говорит: «Был на анализах, сахара в моче не обнаружили, врачам не сказал, что делал.» А он всего-то мочу пил по утрам все это время. Даже не чистился. Теперь решил делать все».

123. Опыт лечения тройничного нерва. «Имею пять томов Ваших «Целительных сил». Читаю вдоль и поперек, это мои настольные книги. Мне 60 лет.

Много лет меня мучил тройничный нерв. В Ваших трудах нашла один пример, когда человек бежал спасаться от этого «зверя» под тополь. Но в условиях города, многоэтажных домов не всегда есть возможность бежать к тополю. К моей великой радости чисто случайно обнаружила, как этого «разъяренного зверя» засадить в клетку.

С профилактической целью начала промывать по утрам нос, рот, горло - теплой, свежей мочой. Вдруг обнаружила, что нерв затих. Это меня заинтриговало. Начала экспериментировать: прекращаю процедуру - нерв оживает, снова возобновляю - нерв успокаивается. Приспособилась: делаю эту процедуру один раз в три дня. И освободилась от жутких страданий, понять, которые может только тот, кто сам это испытал.

Пишу, только поточу что через Вас могут узнать многие страдальцы как просто можно помочь себе. Процедура проста и возможна в любых условиях и «лекарство» всегда при нас».

124. Опыт самооздоровления. «Мне 61 год. Я Вас узнал в 96 году, то есть нашел Ваши книги. Мои болезни: желчно-каменная болезнь, панкреатит, холецистит, полипы толстой кишки, грибок на правой ноге (20 лет), потеря слуха на правое ухо (тугоухость 12 лет), сильный шум в ушах, остеохондроз, хронический гастрит, вегетативно-сосудистая дистония (18 лет) после смерит матери.

За 18 лет с 78 года прошел все больницы в Туле и в Москве НИИП, где дополнительно от таблеток оглох на правое ухо. В 89 году дали 2 группу, до этого я отказывался. За 18 лет несколько кг выпил таблеток и никто не вылечил.

Я купил Вашу книгу в 96 году 20 апреля,

вот отсюда отчет моего выздоровления. Я начал пить свежую урину ночью от 200-400 гр., а когда голодал 36-42 часа то выпивал всю урину. Дыхание «Счастья» делал 10-15 минут - больше не мог стягивало голову и грудь, дышать даже тяжело было. За 8 месяцев у меня были такие кризисы. 8 месяцев и я воскрес, Вы - ангел.

Сбросил 12 кг, все времена года для меня стали радостны и прекрасны - полюбил небо, землю, птиц, природу. Легкость в теле. Люблю танцы, молодые не могут так танцевать. Грибок приостановил, волосы потемнели, брови, виски. Глаза на морозе перестали слезиться и лучше видят в даль, половая сила в моих годах, прошел остеохондроз. Цвет лица улучшился (каждый день, ночью делаю массаж ватой и уриной)».

125. Опыт уринотерапии. «Начала лечиться уриной в 93 году. Мне 60 лет. Вылечила: мозоли на мизинцах - 1 день; ноготь большого пальца на ноге - 3 дня; хронический колит (29 летний) за 6 дней; хронический гастрит (5 летний) за 6 дней; головные боли исчезли; запоры (как родила 1-й раз 1961 году) за 3 дня; геморрой (образовался после родов в 61 году) за 6 дней; трещина заднего прохода за 3 дня; насморка и кашля практически нет; температуру сбиваю за час (на пульс вату с уриной); левая нога отнялась (сделала несколько клизмочек со свежей и потом старой уриной и компресс на всю ногу) уже через неделю бегом бегала.

В июле 96 года муж вылил на себя ведро кипятка (грел на газу и хотел помяться). От шеи до пупка была страшная рана, руки тоже ошпарил. В день по 6 раз всю свою урину лил на грудь (растирать не мог сплошная рана). Сейчас ходит как молодой «поросеночек», живот розовый. Руки зажили через 6 дней, а живот через 2 месяца».

126. Опыт самооздоровления. «Мне 47 лет. Живу в Баварии. После первой серии промываний кишечника (через 1,5 месяца) исчез геморрой, которым страдала 15 лет! Избавилась от многолетних запоров! Натиранием старой уриной свела сухую экзему, которая покрывала ноги до колен, руки до локтей, а также немного на нижней части лица. Прошла аллергия, перестали отекать ноги. Пью свежую урину по утрам 100-150 грамм. На протяжении 25 лет болел желудок (последние годы была повышенная кислотность), перенесла язву 12-ти перстной кишки.

Применяла раздельное питание, исключила тяжелые продукты и вот уже 6 месяцев у меня ничего не болит внутри! Сначала казалось, что это затишье временное, но теперь появилась большая вера в силу вашей методики! А ведь раньше редкий день и ночь проходили без боли (из-за чего не было интереса к жизни). ваша книга вернула мне оптимизм!

Особенно регулярно начала заниматься уринотерапией с начала 96 года, когда начались головокружения сопровождающиеся рвотой и послаблением кишечника. Пульс при этом повышался до 120 ударов в минуту. Сильная слабость и все тело покрывалось сильной испариной. Сильные боли в шее не давали повернуть голову в право (обострение шейного остеохондроза). Во время приступов не могла даже сидеть. Головокружения почти не оставляли меня. Я перестала выходить на улицу. Врач выписал мне сильные капли. Но я пить их не стала. Больше верю в Природу! Еще раз почистила кишечник, печень (за все время всего 5 раз) стала регулярно употреблять протиеву воду. Принимала 2 раза в неделю горячие ванны, делала компрессы из мочегона на область шеи. Ела натощак по утрам проросшую пшеницу, хрен с лимоном. Семь месяцев регулярно пью смесь овощных соков. Заметно улучшилась гибкость, ушла боль из шеи. Приступы прекратились, но головокружения еще долго не покидали меня. Сила их постепенно ослабела и появлялись они все реже и реже. И вот уже 2 месяца как они оставили меня совсем. К капелькам, которые мне прописал доктор я даже не прикоснулась. И очень довольна этим. Теперь у меня большая вера в силу Природы!

Ваша замечательная книга помогла не только мне, но и моей старшей дочери. Ей 25 лет. Беременность у нее протекала тяжело. Часто беспокоила печень (в 14 лет переболела гепатитом), сильный токсикоз и к тому же сильно повысилось давление (перед глазами мушки летали). Врачи боялись за плохой исход и вызвали преждевременный роды (было 8 месяцев беременности). Родились близнецы-мальчики. Малыши были очень слабенькими (1,5 месяца

врачи боролись за их жизнь). Это был очень большой стресс для дочери. Здоровье у нее стало еще хуже. Давление сильно понизилось, часто кружилась голова, пропал аппетит, мучила тошнота и боли в печени, сильно стал вылазить волос на голове. Дочь сильно похудела, стала плаксивой, часто были истерики.

После прочтения книги «Целительные силы» дочь сделала серию промываний кишечника уриной и только 1 раз почистила печень. Перешла на раздельное питание и начала пить урину 3 раза в день. Результат не заставил себя ждать. Через месяц такого режима у дочери нормализовалось давление, перестала беспокоить печень, не стало тошноты и боли в области печени, появился аппетит, исчез геморрой и запоры. Так же от регулярного принятия урины из носоглотки (особенно утром) усиленно стал выходить густой гной со слизью. Дочь часто болела ангиной, почти постоянный был насморк, затем появился ларингит. Все это продолжалось в течение месяца. Дочь начала выздоравливать на глазах. У нее восстановился вес, появился румянец. Она снова стала жизнерадостной и веселой»!

127. Опыт уринотерапии. «Мне 48 лет. сейчас я на пенсии, 27 лет проработала воспитателем детского сада. Ушла на пенсию по состоянию здоровья, хотя бы могла работать до пенсионного возраста.

Последние несколько лет меня мучили головные боли, часто повышалось АД, опухали коленки так что трудно было ходить да и еще много мелких болячек. Летом 96 года я узнала о Ваших книгах.

Уринотерапию начала с сентября 96 года. регулярно пью собственную мочу один раз утром, примерно по 100-150 гр. Растираю свежевыпущенной мочой лицо, шею, руки, ноги иногда все тело. В октябре месяце сделала 8-10 ножных ванночек. Сейчас чувствую себя хорошо. Избавилась от отложения солей (легко хожу на любые расстояния), нормализовалось давление, нет страшных головных болей, похудела на 4 кг. Теперь при моем росте 158 см, вес 62 кг».

128. Опыт самооздоровления. «Мне 43 года. врачи считали по словам родителей, что я не жилец на этом свете. Рос я хилым болезненным мальчиком.

Приобрел все Ваши книги. С 1 сентября я начал очищать свой организм от шлаков. Я провел несколько 24-часовых, а затем провел 3-х суточное полное сухое голодание. Был поражен тем, что сколько всякой нечисти находится внутри нас. При проведение второго 3-х суточного голодания, за 4 часа до его окончания, я несколько раз падал на пол. Меня начало всего корежить и выворачивать - это происходило при полной ясности сознания. Я пришел к выводу, что происходит очистка полевой формы жизни.

Три раза чистил печень, два раза чистил суставы и организм от солей лавровым листом. Результаты приятно-таки поразительны. Во-первых я стал таким гибким, делаю такие упражнения по гимнастике, что в 16 лет не делал. Практически как таковой остеохондроз у меня исчез. Осложнения, которые были у меня на позвоночнике в нижней части спины образовался как бы жировик (там где у меня был поясничный остеохондроз), в том месте где у меня был шейный хондроз образовалась болячка, которая уже прошла, жировик тоже понемногу уменьшается.

С пятьдесят четвертого размера я перешел на сорок восьмой. Физические упражнения я делал в комплексе с сытинскими настроями на здоровый образ жизни. Сейчас у меня вес 70 кг, АД 110/70, пульс 64. Раз в месяц я делаю полный анализ крови, анализы естественно все очень хорошие, кардиограмма сердца прекрасная. Это все благодаря Вашим книгам.

Многие кто меня знает, интересуются, как я достиг таких поразительных результатов, всех я отсылаю к Вашим книгам. Все эти занятия изменили не только мое физическое тело, но и внутренний мир. У меня совершенно другим стал характер, я стал более терпим, более внимательным к людям, научился управлять собой, стал верующим». (Настоящее оздоровление меняет человека полностью. Практически, это другой человека.)

.....

БОЛЕЗНИ И ИХ ЛЕЧЕНИЕ ГОЛОДОМ И УРИНОТЕРАПИЕЙ

Для облегчения оздоровительной работы, я решил привести перечень болезней, изложенный в этой книге, которые исчезли, либо исчезают в результате применения голодания и уринотерапии.

Вы смотрите название той или иной болезни в списке. Далее, смотрите номера примеров, в которых упоминается данная болезнь и то, как применялся голод, уринотерапия и другие оздоровительные средства, с помощью которых произошло исцеление или облегчение.

Подобный перечень поможет Вам в практической работе, укрепит уверенность в своих силах, методах естественного лечения и оздоровления организма.

Аллергия - 42, 61, 126.
Адаптация к другому климату - 19.
Аденома - 37.
Ангина - 41, 45, 48, 88.
Аппетит - 116.
Артрит ревматоидный -33, 36, 71.
Астма - 28, 42, 79.,
Атеросклероз - 71.
Бессонница - 4.
Бородавки - 2, 59, 80.
Бронхит - 26, 87.
Волосы - 23, 57, 77, 87, 118.
Вес тела, нормализация - 9, 13, 17, 87, 121.
Газообразование - 105.
Гайморит - 6.
Гастрит - 125.
Гастродуоденит -107.
Грибковые заболевания - 1, 9, 116, 124.
Гинекология - 3, 8, 23, 55, 56, 61, 63, 64, 65, 88, 89, 101, 108, 110, 116, 119.
Гемоглобин крови -110.
Геморрой - 9, 84, 89, 102, 125, 126.
Гепатит - 35.
Гипертония - 5, 24, 32, 52, 66, 84, 99, 126, 127.
Глисты - 88.
Головная боль - 3, 11, 14, 51, 80, 122, 125, 127.
Головокружение - 61.
Грудь, боли - 7, 39.
Грипп - 41, 86.
Депрессия - 2.
Диабет - 85, 87, 122.
Дискинезия - 16.
Дистрофия - 3, 86.
Дифтерия - 43.
Запоры - 34, 74, 80, 126.
Зрение - 5, 52, 59, 74, 79, 81, 82, 87, 102.
Зоб - 90, 98, 107, 108.
Зубные болезни - 4, 59, 83, 84, 112, 114, 118.
Желудок - 51.
Желчный пузырь - 95.
Изжога - 80, 84, 86.
Камни в желчном - 1.
Камни в почках - 14.
Катаракта - 37.
Кашель - 11.
Киста - 45.
Кожа, внешний вид - 4, 23, 54, 59, 61, 68, 72, 74, 75, 76, 77, 80, 81, 115, 116, 119, 125.
Колит - 20, 42, 107, 125.
Лишай - 14, 120.
Мастопатия - 74, 100.
Мигрень - 111.
Миокардит - 107.
Мозговое кровообращение - 31.
Молочница - 110.
Насморк - 4, 48, 115, 119.
Нейродермит - 27.
Ногти, болезни - 50, 59, 125.
Опухоли - 1, 26, 45, 92, 93.
Обоняние - 81, 114.
Общее оздоровление организма - 4, 7, 8, 12, 17, 18, 25, 42, 46, 47, 52, 58, 59, 66, 70, 87, 88, 89, 91, 104, 109, 121, 122, 124, 128.
Одышка - 11.
Ожоги - 48, 50, 118, 125.
Отложение солей - 114, 127.
отравление - 117.
Остеохондроз - 124, 128.
Отит - 113.
Отеки - 126.
Отрыжка - 60.
Память - 86, 105, 114, 122.
Панкреатит - 1, 107.
Парадонтоз - 117.
Паралич - 97.
Паропроктит - 78.
Перхоть - 47, 80, 105.
Печень, болезни - 95, 126.
Пиелонефрит - 117.
Плеврит - 114.
Пневмония - 29, 30.

Поджелудочная железа - 95.
Полиартрит - 8.
Полип - 106, 110.
Порча - 62.
Почки - 108.
Предстательная железа - 96.
Простуда - 5, 56, 74, 79, 122.
Проблемы с суставами - 6, 75, 82, 87, 88, 89, 112, 122, 125.
Псориаз - 8, 15, 21, 113.
Радикулит - 4, 22, 79.
Рвота - 111.
Ресницы - 73.
Родинки - 12.
Родовая деятельность - 19.
Сердце, болезни - 6, 20, 44, 53, 106, 114.
Сон, нормализация - 12, 87.
Стул, нормализация - 75, 89, 119.
Ступни ног - 67, 69.
Тонус организма - 38, 60, 68, 74, 81, 118.
Тошнота - 61.
Травмы - 51, 79, 117.
Тройничный нерв - 123.
Туберкулез - 103.
Укус - 50.
Уши - 59, 79, 80, 102, 110 .
Чесотка - 57.
Шизофрения - 93.
Экзема - 84, 94, 116, 126.
Эмоции - 105, 106.
Эпилепсия - 97.
Язвы - 55, 117.
Ячмень глаза - 105.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

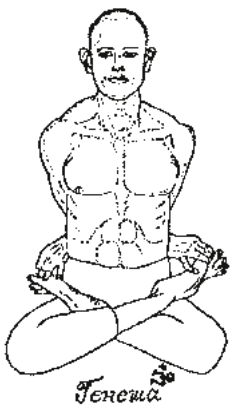
Мы с Вами разобрали самые сильные естественные оздоровительные средства - голодание и уринотерапию. Они во все времена применялись людьми в борьбе со своими недугами. Еще раз предупреждаю Вас - осторожно применяйте их, набирайтесь собственного опыта, берите ответственность за свое здоровье в свои руки!

Даю Вам очень важный совет: как только Вы заболели, сразу же применить эти два средства. Они быстро помогут. Но если Вы запустите свою болезнь, ослабите свой организм неправильным лечением (таких примеров очень много в моих книгах), Вам будет гораздо труднее применять указанные оздоровительные средства. Вы должны будите пройти через ряд оздоровительных кризисов, которые могут сломать ослабленный организм, подавить волю к жизни.

Шлите свои отзывы о книгах серии «Основы Здоровья»

Надпись на обложке книги

В этой книге описаны самые сильные оздоровительные средства - голодание и уринотерапия. Именно они позволяют самым эффективным образом работать человеку с собственной жизненной силой и добиваться замечательных успехов.

В этой книге дана современная трактовка целительных механизмов голода и уринотерапии, их совместного действия. Описано получение высокоэффективных препаратов из урины - мочегона и гравидана. Многочисленные практические примеры иллюстрируют с разных сторон действие голода и уринотерапии. Вы, ничем не хуже людей пишущих об исцелении голодом и уринотерапией, и можете добиться таких же потрясающих успехов как и они.

Эта книга - бесценный подарок всем людям желающим знать, как эффективно самостоятельно оздоравливать свой организм, лечить, продлить активный возраст.