



ЗДРАВНИ СЪВЕТИ ОТ ЛЕЧИТЕЛЯ ПЕТЪР ДИМКОВ Дестилирана вода

Целебната вода

- **Да, и лечение с вода, а не с билки.** Сама по себе си тя постига лечебен ефект, когато се взема в съответни количества през определени интервали и по определен начин (например след възвирание). Следователно лечебните растения не влизат в сметката. А как въздейства вълшебната вода на рака? „Схваща” го като огромна токсична система, като буца отрови, които трябва да се отнесат. Но опитът подсказва и друго: в това отнасяне „механичният момент” не е решаващият, тъй като водата въздейства не само върху „буцата”, но и върху целия организъм и без съмнение активизира ред процеси, поначало присъщи на човека в борбата му с напастите на заболяването. Ракът е страдание, изразяващо се в разрастване на тъкан. Но може да се допусне, че вълшебната вода, като се съприкосновява с въпросната тъкан, я „изгаря” или стопява. Нещо подобно може да става - науката ще потвърди или отрече, но лекарят философ (медицината е в някакъв смисъл философия!) може да предположи, че вълшебната вода амбицира, „въодушевява”, насърчава белите кръвни клетки и всички останали бранители на човешкото тяло да се нахвърлят непримиримо върху опасната тъкан и я унищожат. (Ще дойде време, когато в благоустроените селища първата грижа на управниците ще бъде да вкарват по специални тръбопроводи дестилирана вода до всеки дом, та да е на разположение на човека непрекъснато.)

Освободена от съставките си - минерали, соли, химически вещества, водата изведнъж се оказва по-силно действена от обикновено. Това е дестилираната вода. **Водата, която е махнала от себе си всичко, което не е вода.** Тъкмо тя се използва в повечето народни медицински за лекуване.

Въздействието на дестилираната вода е няколкократно по-голямо върху човешкия организъм, а и върху всяко живо същество, от въздействието на „обикновената” вода. Изглежда, че с освобождаването на водата от минерални и други съставки се премахват някакви препятствия, ограничаващи въздействието ѝ.

Целебната вода лекува всички болести. Това е една концепция, която лесно се доказва, но е трудна за обяснение. Човек в този случай действа, както и при толкова много други - възползва се от предимствата на чудото, което не е още разгадал.

Най-общото обяснение е, че **дестилираната вода прониква до всяка клетка** на човешкото тяло. За разлика от ред други лекарства и вещества тя въздейства буквално върху целия човешки организъм. Тя подобрява всички обслужващи системи в тялото и с

това предизвика всеобщо ободряване, подмладяване, „подновяване” на организма. Тя е - казано условно - панацеята на всички болести или единствената панацея, с която разполага сега човекът. Универсализмът на въздействието ѝ оправдава това определение.

При определени дози, прибавка на други вещества, обеми на употребяване, начини и време ефектът на **дестилираната вода се „съсредоточава” и „конкретизира”**, при което сякаш цялата му сила се насочва в една желана цел. Това е основният принцип на лечението с нея.

Какво трябва да се знае за употребата на дестилираната вода?

Първото се отнася до самата нея: **еднаква ли е по въздействие, активност, лечебност и прочие всяка дестилирана вода?**

Не, не е еднаква. Тя се получава в специални приспособления от стъкло с вместилище за водата, където тя се нагрява със спираловидна стъклена тръба, през която парите минават и се охлаждат, за да изтекат в друг съд като дестилирана вода.

Такива апарати се набавят трудно. Използването на други, в които има гумени елементи, влияе на крайния продукт и получената вода всъщност не е достатъчно дестилирана.

Такава е например водата, която се продава за доливане в акумулаторите.

Доброто лечение изисква идеално дестилирана вода по описания по-горе начин, **без да е престояла дълго време.**

Народът ползвал **стопена снежна вода зиме** и опитът му е насърчителен. Така може да се постъпва и днес. Основното изискване е да се събира сняг от абсолютно чисти места, до които не достига дим от заводи или мотори, да се разтопява в чисти емайлирани или стъклени съдове.

<< При гладуване (един ден, 36 часа, три дни) за предпочитане е да се пие **дестилирана вода**. Препоръчва се също (продължително) пиенето на **дегазирана вода**, която притежава определени лечебни качества, „синхронни” с лечението глад. Нейното **получаване:**

А) От обикновена вода за пиене, която се загрява до кипване, веднага се покрива плътно с подходящ капак (ограничаване достъпа на въздух), достигащ до нивото на водата и се охлажда.

Б) ”Изтеглянето” на газовете от водата (при кипене се отделят мехури от газовете, проникнали преди това в състава ѝ) е процес аналогичен на дестилирането: премахват се някакви прегради за въздействие, които се „олицетворяват” от газовете. Почти е доказано, че дегазираната вода притежава въздействие, твърде близко до въздействието на дестилираната и може да се схваща като дестилирана наполовина. **Обезгазяването** – съд с вода се покрива с плаващ пластмасов капак, възвират се, охлажда се и се пие почти по същата схема, по която това се прави с дестилираната вода. Условието е само дегазирането да е станало непосредствено, тъй като **за**

три-четири часа водата се „газира” отново и преминава в обикновено състояние.

- При всички случаи на лечебно гладуване процедурата започва с **клизма** (с отвара от лайкучка). Тя подпомага изхвърлянето на всички излишни вещества (заедно с тях и токсичните), които са се натрупали в тялото. >>

*Главен принцип за действие на дестилираната вода е да се приема винаги преди ядене и на гладен стомах. На гладно дестилираната вода се влива **пряко в организма, не се подлага на риска от бърза или внезапна ре-дестилация, макар че тази опасност, теоретически необорима, на практика почти не компрометира лечението.** Не е от значение бавното или бързото изпиване на дозата, важното е да се пие на гладно преди ядене.*

Лечението с дестилирана вода се прилага след осемгодишна възраст. Деца до осем години могат да се лекуват с дестилирана вода по изключение и под наблюдение на специалист.

Има и противопоказания за лекуване с дестилирана вода, които трябва да се знаят. Това са заболявания, довеждащи до задържане на течности в организма: асцити (все едно какви са причините за тях), оттичане на краката, задържане на вода в организма вследствие на сърдечна слабост. Също и при хипертония като последствие на атеросклероза.

Дневното количество дестилирана вода се колебае **от 300 до 1500 мл** (деца - възрастни). Основно изискване при провеждането на лечението е да не се употребява никаква друга напитка, включително и обикновена вода.

Продължителността на лекуването зависи от заболяването и от заболялия (това е указано на съответното място).

По принцип дестилираната вода се приема добре от организма. Много рядко се предизвиква тежест в стомаха или напън за повръщане и тогава трябва да се мисли дали водата не е „компрометирана”. Организмът бързо свиква с дестилираната вода и тя му става приятна.

Лечителя не пропускаше да отбележи една особеност на организма, на която отдаваше почти философско значение: готовността и желанието да приема лечението определено време и да установява сам, че повече няма нужда от него. „Организмът сам подсказва докога трябва да се взема едно лекарство (билка)” - обичаше да напомня Лечителя.

Най-общо въздействието на дестилираната вода може да се определи като тонизиращо, жизнеукрепващо, оптимистично, витално. Пиещият дестилирана вода усеща прилив на сили, на жизненост, приятно усещане от това, че е здрав и може да се труди.

Бързо се регулират всички неразположения, стабилизира се апетитът, укрепва се нервната система, изчезва чувството на умора. Регулира се храносмилателната система, изчезва запекът, ако го е имало („поощряват се” така наречените лениви черва да не задържат остатъците от храната - нещо, което е от изключително значение за здравето и живота, за трудоспособността и жизнеността на човека).

Най-сетне се нормализира и теллото: ако човек има излишни тлъстини, те се стопяват, без да се спазва някаква диета, „от само себе си”. Това също е важно доказателство за коригиращите и лечебни свойства на дестилираната вода: премахва се по естествен начин онова, което не е нужно на организма.

Предвид казаното дотук се налага един принцип:

Пийте дестилирана вода!

Правете го не постоянно, както това може да се наложи при лечение, а в определен период - **примерно един месец в годината когато практически е най-изпълнимо: през зимата.** Зимата е тежък сезон за човешкия организъм и помощта, която той получава чрез пиене на дестилирана вода през този период, е много резултатна и жизнеукрепваща.

Пиенето на дестилирана вода може да се въведе и целогодишно. Тогава човек може да я използва при правене на чай или да пие всеки ден по две-три чаши. Билков чай, приготвен с дестилирана вода, усилва ефекта си върху човека. Това е доказано отдавна от народите, които традиционно са свикнали да употребяват дестилирана вода за чайове и билкови отвари. Трябва да се отбележи, че и редица билки увеличават въздействието си, когато са приготвени с дестилирана вода.

Практиката е доказала, че **въздействието на дестилираната вода се усилва, като се прибави сода бикарбонат към нея.** Постъпва се така: в чашата се слага една равна чаена лъжичка сода бикарбонат, разбърква се с две-три супени лъжици студена дестилирана вода, която се съхранява в идеално измито шише на хладно място, след това се долива още 200 мл вода, сварена в чист емайлиран съд. Тази чаша се изпива наведнъж или на два пъти, все едно дали бързо, или бавно, на глътки. Получената напитка е непривична, но човек свиква с нея особено когато съзнава колко е нужно и полезно това.

Всичко това се прави на гладно сутрин веднага след ставане от сън.

В случаите, когато не се препоръчва сода бикарбонат (при някои хронични ентероколити), тя не се употребява. Содата може да се избегне при непоносимост или неприятно усещане.

Освен първото поемане на дестилирана вода със сода бикарбонат сутрин, веднага след ставане, вода се пие още поне три пъти дневно - преди закуска, обяд и вечеря - на гладно, 10 мин преди ядене. Тъкмо тогава стомахът е освободен напълно от поетата храна, тя е отишла в червата и дестилираната вода се смесва с най-малко вещества, които могат да я променят.

Тези три дози - преди закуска, обяд и вечеря, са по-големи от първата - 250 - 300 - 350 мл, с оглед общото дневно количество да постигне 1200-1500 мл.

За подобряване вкуса на водата могат да се капнат две-три капки лимонов сок.

Онова, което се яде по време на лечението, е от голямо значение за въздействието на дестилираната вода. Препоръчва се през този период храната да бъде вегетарианска. Солта в нея да се сведе до минимум. За подкиселяване на храната може да се използва лимон или слаб оцет. Необходимо е да се увеличи количеството на зеленчуците и плодовете.

Разумно е след поемане на дестилираната вода и преди да изтече интервалът от 10 мин до започване на яденето да се употребява като аперитив една глава кромид лук, изпечен като ябълка, без подправки. Препоръчва се и всякаква прясна салата - зеле, моркови и др.

Да се избягват трудносмилаеми варива - боб, леща (или да се сведат до минимум). Избягват се храни, които се задържат повече в храносмилателната система, предизвикват по-голямо напрежение в нея, създават натовареност и като цяло потискат въздействието на дестилираната вода. В храната трябва да преобладават картофите, оризът, зеленчуците, плодовете.

Възможно е да се изяждат едно до три яйца на ден; те по принцип добре допълват

лечението, но довеждат до образуване на по-големи количества пикочна киселина, която намалява въздействието на дестилираната вода.

Всички ограничения в храната през периода на лечението засягат нейното качество (вид), а не количество.

Не се предвиждат никакви други ограничения в храненето! И въпреки това след едномесечно лечение с дестилирана вода неизбежно човек загубва излишните си килограми, без да е вземал особени мерки и без да се тормози с тежки диети.

Това е едно от най-ярките и ползотворни въздействия на дестилираната вода. Отстраняването на излишната мастна тъкан привежда отделните органи в оптимално съотношение. Това се изразява най-ясно с намаляването на теглото, но като общ резултат засяга целия организъм.

Особена част от лечението представлява края на деня, заключителната част. Тя е обща за всички случаи и *включва две процедури*: поемане на последната доза дестилирана вода за деня и клизма.

Последната чаша дестилирана вода е добре да се изпие два часа след вечеря и непосредствено преди лягане; към нея може да се прибавят няколко капки лимонov сок. После лекуваният се трябва да легне и по възможност да полежи на дясната страна двадесетина минути.

Малко преди това трябва да се направи клизма. Лечителя препоръчваше клизма с отвара от лайка (3 супени лъжици от билката, запарени в 1 л кипяща вода, престоява 20 мин и се прецежда). За възрастен се употребява 500 мл от отварата, за деца - 200 мл.

И така програмата за лечение с дестилирана вода или използването ѝ за тонизиране и подмладяване на организма, за превантивно укрепване на здравето е следната:

- 1. Ставане в шест часа, изпиване на чаша дестилирана вода 250 мл със сода бикарбонат.**
- 2. Изпиване на хладка дестилирана вода 250 мл десет минути преди закуска.**
- 3. Изпиване на чаша хладка дестилирана вода в 12 часа, десет минути преди обяд. „Ордьовър“ - глава печен лук. Вегетарианска храна.**
- 4. Изпиване на чаша хладка дестилирана вода в 18 часа.**
- 5. Клизма с отвара от лайка.**
- 6. Изпиване на чаша хладка дестилирана вода два часа след вечеря (20-21 часа). Лежане (надясно) в продължение на 20 минути. Сън.**

Посоченият режим може да продължи един месец, когато се провежда за общо укрепване. Организмът сам ще покаже докога това му е нужно.

При всеки случай на непоносимост към дестилираната вода трябва да се преосмисли цялото лечение. Възможно е неприятното чувство да се появи изолирано - след поемане на сутрешната чаша със сода бикарбонат. Тогава се изпиват допълнително една-две супени лъжици хладка дестилирана вода.

<< В немалко случаи не се препоръчва употребата на сода бикарбонат. Изобщо содата може да се избегне при всички случаи на непоносимост или неприятно усещане.>>

Като вкусова подправка се допуска единствено лимонов сок – почти символично.

Тази генерална схема на лечение претърпява целесъобразни промени в случаите, когато освен общото укрепване на организма и повишаване на неговата устойчивост се лекува и конкретно заболяване.

Участието на мисълта в лечението с дестилирана вода се изразява в гласно изявената готовност да се постигне целта и увереност, че тази цел непременно ще се постигне. Използват се самовнушителни формули, които трябва да изразяват пълната солидарност на боледуващия със самия себе си - стремежът му да надделее болестта.

Сутрин - при събуждане тя е: *„Чувствам се добре, по-добре от вчера, по-добре от всеки друг път досега, лечението дава добри резултати, вървя към подобрение, ще се излекувам напълно.“*

Цитираната формула, която всеки може да редактира съобразно конкретния случай, е приложима, когато с дестилирана вода се лекува определено заболяване и когато се използва веднъж в годината, за да се тонизира организъмът.

ЛЕКУВАНЕ НА НЯКОИ БОЛЕСТИ С ДЕСТИЛИРАНА ВОДА

ИЗТОЩЕНИЕ, ПОНИЖЕНА ЖИЗНЕНОСТ, НЕРВНА ПРЕУМОРА, НЕВРАСТЕНИЯ

Лечението се провежда по посочената схема с дестилирана вода.
Продължителност 3 седмици.

Главните особености се отнасят до храненето:

1. Определено количество **жито** - например 100 г, предварително накиснато във вода, докато омекне и се приближи до стадий на покълване. Житото замества хляба при това лечение. Изяжда се на 3 пъти - сутрин, обед и вечер.

2. Повишено количество **сурови ядки** - орехи, фъстъци, лешници, бадеми, кайсии, кашу - общо до 100 г на ден, разпределени в 3 порции: закуска, обед и вечеря. (Не се допуска да се ядат ядки постоянно, защото това влияе върху цикъла на поемане на дестилирана вода, която трябва да постъпва в стомаха на гладно.)

3. **Пчелен мед.** По принцип той се препоръчва за всички болни (с изключение на диабетците). До 150 г на 3 пъти - закуска, обед, вечеря.

4. **Много плодове и зеленчуци** (по време на закуската, обедата и Вечерята). Плодовете задължително да са с обелена кора поради опасност от химикали, с които се пръскат овошките.

5. Определени количества **смлени черупки от яйца**: след леко препичане се натрошават ситно, забъркват се с мед и се гълтат - 1 до 3 лъжички.

Забележка. Черупки от яйца не се препоръчват, ако болният има атеросклероза, артрит, подагра, ревматизъм.

6. При допълнителни оплаквания - например упорито главоболие - в програмата на лечение (3-те седмици) се включват и съответни **процедури**. При безсъние, главоболие, нервност, силна раздразнителност, безпокойство

се приготвя двойна шапка от тензух, между **двата** плата на която се разстила хлебен квасец, приготвен 4ч. преди употребата и подсилен с настъргани диви кестени. Вместо кестени **може** да се използват корени от бязак (тревист бяз). Те трябва да са **добре** измити, ситно нарязани и вкашкавени в дървен хапан.

7. Ако болният не страда от главоболие, уместно е лечението да се комбинира с **въздействие върху централната нервна система**. За целта се приготвя торбичка от тензух с поставени в нея ситно нарязани сурови картофи, полени с чаша прясно мляко и добре изцедени, поръсени с царевично брашно за отнемане на влагата. Торбичката се слага на тила (проекция върху малкия мозък) и се държи с часове.

8. Общоукрепително действат и **компреси от лайка** - 3 супени лъжици лайка се запарват в 1/2 л. вода, варят се 5 мин., прецежда се, натопява се хасе с отварата и изстискано се слага на корема като компрес. Преди това е полезно да се направи масаж по гръбначния стълб от горе до долу и обратно. Тези процедури се извършват в интервала след вечеря и преди поемане на последната доза дестилирана вода, след което лекуващият се трябва да спи.

* * * * *

ПРАКТИКА ОТ ДРУГИ ИЗТОЧНИЦИ:

*** Пречистване на вода**

Водата годна за пиене наричаме **питейна вода**, тази която не може да се използва като питейна вода, може да се преработи чрез специални **филтри** или чрез **дестилация**. Дестилацията се прилага главно при вода за новородените, където **болестотворните организми** представляват сериозен проблем.

"Загриването на водата до 65 градуса по **Целзий** убива всички **бактерии, вируси и паразити**. Този процес се нарича **пастьоризация** и както е известно се използва за обработката на **млякото**".

Освен с **дестилация и пастьоризация** водата може да се пречисти и по други **начини**:

- Пречистване с престояване - Водата се оставя да престои няколко часа в подходящ **съд**. По този начин се **дехлорира** и се **отстраняват други нелетливи компоненти, които остават в дъното на съда**. Водата може да се изсипе в друг съд, без съдържанието в дъното на първия съд.

- Пречистване чрез **заледеяване** - Водата (може и престоела от предния метод) се поставя в **хладилна камера** и се държи, докато се получи **първият слой лед**. Той съдържа бързо замръзващите **примеси**, които са вредни, затова се изхвърля. Процедурата се повтаря, само че този път се изчаква замръзването до половината от обема и. Тъй като се предполага че вече бързо замръзващите примеси са премахнати, то в леда се съдържа чистата и безвредна вода. Останалото количество се изхвърля.

Недостатъци при пречистването на водата

Филтрите с обратна осмоза отстраняват опасните бактерии, но и минералите, а те са нужни на организма. Същото важи и за дестилираната вода. Друг недостатък е, че

поглъща от въздуха въглероден диоксид, което повишава **киселинността** ѝ. Д-р Ерик Гаухман от **Германия** счита, че преварената вода губи своята микроструктура и действа върху нашия **организъм** фактически като чуждо **тяло**, стимулирайки патологичното увеличение на **червените** и **белите** кръвни телца. В развитите страни, около 90% от всичката използвана вода отива непречистена в местните реки и **потоци**. Питейната вода, която се пречиства за битови нужди все още се **хлорира**, но през последните години бе потвърдено, че хлорирането на водата може да доведе до нежелани последици, включително и **рак**. Алтернатива е озонирането, при което вместо хлор се използва **озон**.

*

Всеки знае, че по произход и чистота природните **води** са валежни, речни, изворни, минерални, термални, океански и др. Трябва да знаете още, че никоя от тях не е идеално чиста. За най-чиста се смята валежната, а морската и океанската са най-замърсени. Валежната вода съдържа твърди разтворени вещества - средно 0,03 г на литър; речната - 0,5 г; изворната - 2 г. Ако водата съдържа по-големи количества разтворени вещества, се определя като минерална. Ако е с по-висока температура, е термална. **Минералните води**, независимо термални или не, са : горчиви, солени (NaCl), железни (Fe(HCO₃)₂), серни (H₂S) и др. На нашия пазар отдавна има изобилие от бутилирана минерална вода, друг е въпросът, че потребителите не винаги четат етикетите, за да се ориентират правилно какво точно пият. Затова нашият съвет е да избирате по-слабо минерализирани води или такива, на които има надпис **„Изворна“** или **„Трапезна“**.

* **Снежната вода** е друг вид пречистена вода. Това е **питейна вода**, подложена на замразяване, която след размразяването си е изчистена от химически вещества, но преди всичко е променена **структурата на водните молекули**. **Те вече са адекватни на молекулите в организма, като му придават повече енергия**. Снежната вода съдейства за преодоляване на умората, полезна е за децата, за хора, занимаващи се с умствен труд. Много полезна е за кожата, не случайно в миналото жените са обтривали лицето си със сняг.

Можете сами да си направите такава вода, като я **замразите** в хладилната камера по следния начин. В емайлиран съд или по-голям съд от йенско стъкло наливате вода и я замразявате. След 45 часа я изваждате, ледът се счупва и незамръзналата вода се пресипва в друг съд от същия материал. Ледът се изхвърля, защото той съдържа молекули на тежката вода (деутерий - стабилен изотоп на водорода), тези молекули замръзват по-бързо. Поставяте съда с пресипаната вода пак в камерата и го изваждате, когато замръзне 2/3 от водата. Изливате незамръзналата вода. Оставяте леда да се втечни при стайна температура. Това е и пречистената **снежна вода**. Пие се по 2-3 чаши на ден, 1 час преди ядене, като водата е със стайна температура. Трябва да се съхранява в чист затворен съд, за да не се замърси.

Възможно е да вземете и сняг, който да стопите, но за жалост се съмняваме, че има такова чисто място в природата, за да се получи наистина значително чиста вода.

Накрая искаме да завършим с мнението на японския учен д-р Масару Емото, който твърди, че водата има памет, а едно от уникалните ѝ свойства е, че „тя може да се пречиства. Когато се изпарява, водата се отърсва от боклука, натрупан в нея и си връща началната структура, т.е. програмата на живота.“

Категорично е мнението на **Пол Брег**:

“Никога не пийте вода с неорганични минерали!”

Забележете, не просто чиста вода, пречистена от замърсяващи вещества, но и от неорганични минерали. А такава вода най-лесно може да се получи след дестилация. **Днес, когато около нас е замърсеният и отровен свят, най-чистата течност на земята трябва да се счита дестилираната вода. В нея няма никакви разтворени или суспензирани вещества. Тя се състои само от два елемента: кислород и**

водород. Никакви минерали, органични или неорганични вещества няма в нея. Тя може да се употребява като питейна вода или за готвене.

Когато дестилираната вода попада в организма, тя не оставя в него никакви отлагания, включително и соли. Именно тази течност е най-полезна за обезпечаване нормалното функциониране на жизнено важните "филтри" на нашето тяло – бъбреците. С други думи, дестилираната вода е най-полезната за нас течност. Тя е идеална за ефективната дейност на белите дробове, стомаха, черния дроб и други органи на тялото. Тази вода е толкова чиста, че лекарите в целия свят ни предписват лекарства, които се произвеждат на основата на дестилираната вода.

Може да се добавят в дестилираната вода органични минерали. **Най-подхожда за това натуралната минерална хранителна добавка "Коралов калций Alka-Mine"**, получена от корал от вида *Coralium rubrum* /намиращ се само около остров Окинава, Япония/.

Известно е, че интоксикацията на организма води до повишаване на киселинността на кръвта – ацидоза, а кораловият калций създава в организма алкална среда, нормализирайки киселинно-алкалния баланс. Известно е също, че всички обменни процеси в организма на клетъчно ниво протичат с участието на йоните на калция. Калция, постъпващ с хранителните продукти и водата, като правило, биологически е малко активен. Важно преимущество на кораловия калций е неговата биодостъпност: при контакт с вода калция преминава в йонна форма и лесно се усвоява от клетките /по-подробно за кораловия калций прочетете по-долу/.

По такъв начин, дестилираната вода може да се препоръча за приготвяне на храна, а тази вода обогатена с калций – за пиене. На особено "напредналите" може да се предложи да отидат по-далече – да използват за пиене размразена дестилирана вода, обогатена с коралов калций.

Ето това е формулата на "живата" вода. "Жива вода = дестилирана вода + коралов калций"

*

* Не е прието да се пие редовно дестилирана вода. Дестилираната вода има рН 5.5, което автоматично я прави с кисел характер. Редовната консумация на такава вода може да подкисели организма и това от своя страна да даде сигнал на микроорганизмите в човека да го разграждат. В природата, мъртвата животинска тъкан се подкислява заради гниенето и именно това дава сигнал на бактериите да започнат да я редуцират до по-прости съединения.

* От разните прочетени статии по повод различните бутилирани води, а именно минерална, трапезна и изворна е това, че само минералните са с най-малък процент на преработка (само в някои от тях се добавя озон), а **трапезните и изворните се дообработват с някакви неща** (не се знае точно с какви). Друго е да бъде налята директно от извора, друго е да бъде бутилирана. Просто, за да бъде по-дълготрайна, се налага някаква допълнителна обработка. Най-доброто съхраняване на вода е в стъклени бутилки. Колкото и да е специална пластмасата на бутилките за вода, все пак не е това, което си е стъклото.

* Трапезните води също не са препоръчителни за пиене; те се обработват за да могат да се пият и всъщност са обикновено водопроводна вода. Минералните води са си минерални. При общата замърсяемост на планетата и водоизточниците, са останали само дълбоките геотермични води все още да не са замърсени до момента.

* "Направи Си Сам... гладуване" е основната идея днес. За да го направиш Ти е необходима мотивация, воля и вяра в Себе Си - приоритет на разума, на рационалното мислене. Вярата в Себе Си е основно изискване във всички духовни школи.

*Сурен Аркелян: "В дните на гладуването два пъти на ден - сутрин и вечер си прочиствам червата и си изплаквам устатата със соден разтвор, в който се добавят десет
<http://e-learning.cpecs.com>

капки йод на една чаша; с напоени в този разтвор тампони почиствам ушите и носа си, вземам душ и се мия с детски сапун".

* Както и да разглеждаме различните напитки, не можем да се разминем без обикновената вода. Повечето специалисти смятат, че **на ден трябва да изпиваме поне един литър чиста вода**. Трябва да обърнете внимание на термина "чиста". Това значи идеално прозрачна, безцветна, без примеси и вредни химични вещества вода. И задължително биологично пълноценна. Само дестилираната вода е идеална (без последния критерий). А каква е другата? Най-разпространена естествено е водата от водопроводната мрежа, от чешмата. Нейната чистота директно зависи от водопроводните тръби и от годишния сезон. През пролетта и есента тя е по-мръсна. Хлорът, който добавят в нея, убива микрофлората, освен това е токсичен и способен да образува редица отровни вещества. При постоянна употреба на хлорирана вода тези вещества се натрупват, а нашият организъм не е в състояние да ги разруши.

Има няколко правила, които е желателно да се спазват при използване на вода от чешмата. Когато развъртите крана, оставете водата да потече няколко минути и след това си налейте в чашата. Но не я пийте веднага. Нека постои известно време.

*** НАЙ-ПОЛЕЗНА Е РАЗМРАЗЕНАТА ОТ РАЗТОПЕН ЛЕД ВОДА**

За преварената вода съществуват много митове. Смята се, че тя може да ври, докато мехурчетата започват да се издигат от дъното нагоре. Приема се, че не трябва да се преварява повторно, защото ставала тежка. Това не може да се приеме за истина. Преварената вода не нанася никаква вреда на организма, а напротив - полезна е за предпазване от инфекциозни заболявания.

Дъждовната вода някога се смяташе за много полезна. Но това беше някога. Нека не забравяме, че в атмосферата има различни замърсявания, вкл. киселинни дъждове. Така че, не само не трябва да се пие такава вода, дори и зеленчуците не трябва да се поливат с нея. Същото важи и за снежната вода. Съвсем друго нещо е размразената вода (от разтопен лед). Когато водата се замрази и след това разтопи, тя пак се прочиства. Първо се отмива най-горният слой лед, защото той е най-замърсен. И последният слой лед се изхвърля. Народните лечители препоръчват такава вода.

* **"Живата" и "мъртвата" вода**. Това е обикновена вода, подложена на електролиза (пускане на електрически ток). Част от молекулите се разпадат на катиони (придаващи на разтвора киселинни свойства) и аниони (алкални свойства). При електролиза катионите се натрупват при анода ("мъртва" вода), а анионите - при катода ("жива" вода). "Живата" вода има алкален вкус. Тя е мека, светла, понякога с бяла утайка от соли. Няма клинични доказателства за ползата от такава вода. Но системната ѝ употреба е пряк път към язва на стомаха или дванадесетопръстника - в това съмнения няма. "Мъртвата" вода се използва като външно средство и помага чрез изплакване при ангина, но пречи на зъбите. Силициева вода. Този елемент е един от най-необходимите за организма и играе особено важна роля във възстановителните процеси. Силицият се съдържа в много хранителни продукти, а за приготвяне на силициева вода се слагат няколко парченца от минерала в обикновена вода. От нея може да се пие не повече от половин литър на ден. Но тук е мястото да предупредим, че силицият стимулира регенерацията, а много туморни заболявания фактически възникват при излишна регенерация. Затова не се увличайте по такава вода.

София

С пожелание за дълготрайно здраве,

Ансапги