

# ИСТИННОЕ Здоровье

№ 12

22 марта 2012

## МАЛЕНЬКИЕ АНГЕЛЫ



Дети - это маленькие ангелы, спустившиеся к нам с небес. Они не лгут, они любят нас беззаветно... Их слезы всегда искренни и все, что они делают, идет от чистого сердца... И нет более замечательной музыки, чем залихватский детский смех... И лучших объятий, чем объятия маленьких ручек... Так хочется, чтобы их хрустальные души как можно дольше оставались чистыми, любовь беззаветной и за спиной никогда не исчезали счастливые крылья!

OPEN.AZ

inpearls.ru

- ◆ Рецепт омоложения
- ◆ Почему седеют волосы
- ◆ Как избавиться от веснушек
- ◆ Талисман удачи

2 стр.

- ◆ Народные рецепты от гастрита, мигрени, себореи, аллергии, гипертонии, воспаления десен, насморка, отита, метеоризма, боли в горле. Как бросить курить

3 стр.

- ◆ Целительный рисунок от глоссалгии
- ◆ Куда девать волосы с расчески
- ◆ Можно ли стричь волосы самому

4 стр.

- ◆ 8 самых простых способов выглядеть моложе
- ◆ Как увеличить потенцию народными средствами
- ◆ Почему события повторяются
- ◆ Когда сбываются сны
- ◆ Оригинальные салаты «Забавные цыплята» и «Грибной салат»

5 стр.

- ◆ Ксения Петербургская
- ◆ Народная медицина для очищения печени, лечения пиелонефрита, пневмонии, пиодермии

6 стр.

- ◆ Сила Луны
- ◆ Загадки «Каменных могил». Рассказ очевидца

7 стр.

### В Украине запретят аборт?

<http://www.likar.info>. В парламенте Украины зарегистрирован законопроект, запрещающий проводить добровольные аборты. Законным основанием для искусственного прерывания беременности могут быть только медицинские и социальные показания.

Автор проекта депутат Андрей Шкиль считает, что аборт возможен только в случаях, если беременная страдает туберкулезом, диабетом, тяжелыми заболеваниями легких, почек, печени, сердца, сердечно-сосудистыми или онкологическими заболеваниями. Кроме того, основаниями к аборту может являться возраст беременной (до 16 лет), случаи, когда женщина находится в местах лишения свободы; уже имеет пятерых детей; а также в случае смерти мужа или инвалидности уже имеющегося ребенка.

Народный депутат уверен, что принятие этого законопроекта улучшит демографическую ситуацию в стране. А представители женских организаций прогнозируют, что он спровоцирует рост количества незаконных абортов и женской смертности.

### Японцы снимают стресс в кошачьих кафе

<http://www.likar.info>. Японские офисные сотрудники лечат стресс в кошачьих кафе. В последние годы заведения, где котиков используют в качестве психологов, стали чрезвычайно популярны.

Сеанс кошачьей терапии продолжается в течение 1 часа. За это время посетитель выбирает себе любую кошку и играет с ней. Дело в том, что в больших городах многие люди живут на съемных квартирах, поэтому не могут себе позволить держать кошку дома, а в таких кафе они имеют возможность снять стресс.

### Названы самые пьющие профессии

<http://www.likar.info>. Специалисты Британской медицинской ассоциации составили рейтинг самых пьющих профессий. Вопреки распространенному мнению, наиболее пьющими оказались не представители рабочего класса, а специалисты интеллигентных профессий.

По данным медицинской статистики, в Великобритании алкоголизмом страдают 24% юристов и около 7% врачей. Многие из них выпивают даже среди рабочего дня.

### Врачи рассказали, как правильно пить кофе

<http://www.likar.info>. Украинские терапевты не рекомендуют пить кофе на голодный желудок. Такая привычка может стать причиной обострения хронических болезней, приводит к повреждению слизистой желудка.

Чашка кофе в день безопасна для здоровья, но выпить ее стоит после еды. Врачи рекомендуют отдавать предпочтение натуральному, а не растворимому кофе.

Кроме того, эксперты напомнили, что злоупотребление напитками-энергетиками, содержащими кофеин, может вызвать бессонницу, тахикардию, нарушение обменных процессов, токсический гепатит.



**Т-МедиЛ** г. Мариуполь  
МЕДИЦИНСКИЙ РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
**ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК**  
Лечение острых болей в позвоночнике, сколиозов, нарушения осанки, остеохондрозов; послеродовое восстановление тазовых костей, восстановление функций позвоночника, лечение протрузий, грыж дисков, парезов.

[www.tibet-medil.com.ua](http://www.tibet-medil.com.ua)  
ул. Лавицкого, 23  
Тел. (0629) 40-71-54  
Моб. (096) 504-41-49, (050) 054-03-55

**КУРСЫ КЛАССИЧЕСКОГО МАССАЖА**  
(лечебный, спортивный, оздоровительный и т. д.)  
Организационный сбор 29 марта 2012 года  
В 17.00 в городском шахматном клубе  
(ул. Энгельса, 35а)

**ЭКСПРЕСС-СОВЕТ**  
Вещи, которые мы носим, соответствуют нашему внутреннему миру. Что снаружи, то и внутри. Начинать меняться можно как изнутри, так и снаружи.

ЗДОРОВЫМ БЫТЬ ЗДОРОВО!

[www.zdravica.ua](http://www.zdravica.ua)

**ЗДРАВИЦА**  
СЕТЬ АПТЕК

**ПРИГЛАШАЕМ НА ОТКРЫТИЕ**  
**30 марта в 12:00**

**150 ПЕРВЫМ ПОКУПАТЕЛЯМ ПОДАРОК**  
при покупке на сумму более **100 грн**

**СКИДКА 3%**  
предъявителю купона

скидка не предоставляется на товары, которые участвуют в действующих ценовых акциях

г. Мариуполь, пр. Ленина, 106, телефон: 34-45-92

Срок действия купона с 30.03.12 по 30.04.12

**ПОДПИШИСЬ ДО 20 АПРЕЛЯ - И ПОЛУЧАЙ ГАЗЕТУ С МАЯ!**

# Как ? и Почему

## ПОЧЕМУ СЕДЕЮТ ВОЛОСЫ

**«Добрый день! Являюсь постоянным подписчиком вашей газеты. Ответьте, пожалуйста, прочему седеют волосы? И как остановить этот процесс?»**

**Иван Барабаш».**

Причин называется много, но чаще всего вспоминают о генетике, наследственности.

Ранее поседение волос также говорит о неустойчивой нервной системе человека, постоянной стрессовой ситуации, в которой ему приходится находиться.

У других преждевременная седина - это нарушение обмена веществ или начало серьезной болезни щитовидной железы или половой системы. Йоги утверждают, что причину надо искать в духовной сфере человека: если дух неспоко-

ен, неуравновешен, то появление седины - это первое предупреждение организма о надвигающихся болезнях.

Конечно, не последнюю роль в появлении ранней седины играет и плохая экология мест, в которых мы живем постоянно, неправильный образ жизни, питание, вредные привычки.

Знахари предлагают очень простой способ избавления от седины. Необходимо ежедневно во время приемов пищи употреблять сырые проросшие пшеничные зерна. Через некоторое время у седых волос появится свой, натуральный цвет.

Кстати, этот же способ помогает избавиться от облысения. То есть на облысевших участках головы начинают расти новые волосы. И, конечно же, не седые.

## КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ВЕСНУШЕК

**«Пришла весна, а за ней и лето. У меня вечная проблема – веснушки. Может быть, вы подскажете, как от них избавиться?»**

**Таня Т.»**

Несколько вечеров подряд перед сном умывайте лицо и шею соленой водой. И не вытирайте. Когда раствор просохнет, мягко сотрите высохший со-

левой слой. Потом натрите проблемные участки кожи следующим составом. Шесть частей горчицы (в порошок), одна часть миндального листа и одна часть лимонного сока. Держите, сколько захотите или сможете, затем смойте теплой водой. Где-то через неделю более темные места кожи становятся светлее и почти уравниваются с остальной кожей.

## ТАЛИСМАН УДАЧИ

**«Какой талисман нужно приобрести женщине-предпринимателю, чтобы ее дела шли успешно?»**

**Алина К., Мариуполь»**

Если вы выбрали стезю бизнесвумен, то такой талисман, как кулон в виде лягушки поможет вам в вашей карьере. Он не только нацелит вас на удачу и увеличит сильные стороны вашей личности, но и добавит вам женственности и обаяния. А в общем сочетании все это – прямая дорога

к победе. Так что, отправляясь на переговоры – не забудьте прихватить с собой лягушку!

Ведь не зря же Василиса в известной сказке, сбросив с себя лягушачью кожу, превращается в писаную красавицу. Сказка ложь, да в ней намек: в образе лягушки таится скрытая красота, а следовательно, скрытые резервы и возможности. Так что все ваши самые прекрасные качества раскроются в полной мере и обретут еще более яркую окраску.

## РЕЦЕПТ ОМОЛОЖЕНИЯ

**Неслучайно чеснок в народе нарекли главным целителем. Чеснок - настоящее сокровище для человечества, которому приходится бороться с сотнями болезней. Об этом свидетельствует древнейший рецепт гомеопатического средства, найденный экспедицией ЮНЕСКО в 1971 году в тибетском монастыре и переведенный с глиняных табличек на все языки. Датируется примерно 4 - 5 тысяч лет до нашей эры.**

**НАЗНАЧЕНИЕ:** очищает организм от жировых и известковых отложений. Резко улучшает общий обмен веществ в организме, в результате сосуды становятся эластичными, чем предупреждается инфаркт миокарда, стенокардия, склероз, паралич, образование различных опухолей, исчезает шум в голове, восстанавливается зрение.

**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:** тщательно промыть и очистить 350 г чеснока, мелко нарезать, протереть в сосуде деревянной ложкой, взвесить 200 г этой массы, взяв ее снизу, где больше соку, положить в стеклянный сосуд, взять 200 г 96% спирта. Сосуд плотно закрыть и хранить в темном про-

хладном месте 10 дней. Затем массу процедить через плотную ткань, отжать. Через два-три дня можно начать лечение. Пить каплями с холодным молоком строго по схеме (на стакан молока) за 15 - 20 минут до еды до полного использования.

Повторный курс лечения не раньше, чем через шесть лет.

**Валентина ШИМАНОВСКАЯ, постоянный читатель**



День приема	Завтрак	Обед	Ужин
1-й день	2 капли	2 капли	3 капли
2-й день	4 капли	5 капель	6 капель
3-й день	7 капель	8 капель	9 капель
4-й день	10 капель	11 капель	12 капель
5-й день	13 капель	14 капель	15 капель
6-й день	15 капель	14 капель	13 капель
7-й день	12 капель	11 капель	10 капель
8-й день	9 капель	8 капель	7 капель
9-й день	6 капель	5 капель	4 капли
10-й день	3 капли	2 капли	1 капля
11-й день	25 капель	25 капель	25 капель

## Лунный ежедневник

**Воскресенье, 25 марта, Луна в Тельце, 4 лунные сутки с 6:44, I фаза**

Желательно оставаться в одиночестве, не предпринимать никаких активных действий, не принимать скоропалительных решений, избегать конфликтных ситуаций. Лучше всего заняться домашними делами, спокойно отдохнуть в кругу семьи.

**Понедельник, 26 марта, Луна в Тельце, 5 лунные сутки с 7:07, I фаза**

Важно определиться со своими целями и четко стремиться к их достиже-

нию. Не сдерживайте свои эмоции, если не хотите нажить стрессы и болезни. Пищеварительная система работает лучше, чем обычно.

**Вторник, 27 марта, Луна в Близнецах, 6 лунные сутки с 7:36, I фаза**

День радости, обретения благодати, любви и прощения. В течение этого дня сохраняйте спокойное гармоничное состояние. Проведите день в уединении. В эти сутки обостряется интуиция. В такой день хорошо делать процедуры по омоложению.

**Среда, 28 марта, Луна в Близнецах, 7 лунные сутки с 8:14, I фаза**

Это непростой, чреватый стрессами день. Велика вероятность простудных заболеваний горла и дыхательных путей. Благоприятное время для молитв.

**Четверг, 29 марта, Луна в Близнецах, 8 лунные сутки с 9:01, I фаза**

Этот день хорош для освобождения от грехов, для покаяния и всепрощения. Важное условие вашего здоровья – освободиться от претензий к самому себе. Это время благоприятствует голоданию, очищающему и душу, и тело.

**Пятница, 30 марта, Луна в Раке, 9 лунные сутки с 9:58, II фаза**

Энергетика этих суток крайне неблагоприятна для человека. Следует опасаться обмана. Откажитесь от дальних поездок, не начинайте новых дел. Сдерживайте эмоции, даже если кто-то будет провоцировать вас на конфликт.

**Суббота, 31 марта, Луна в Раке, 10 лунные сутки с 11:04, II фаза**

Главный девиз этого дня – созидание. В этот день мы обычно сильны и энергичны. Полезно всей семьей делать что-либо во благо своему дому: покупать вещи для интерьера, проводить генеральную уборку, перестановку мебели.

## ✓ Налоговый ликбез

### Благотворительность и налоговая скидка

Каждый человек самостоятельно решает, когда, кому и в каких размерах ему предоставлять пожертвования и благотворительные взносы. Сделав такой жест доброй воли неприбыльным организациям, благотворитель может не только получить благодарность, но и воспользоваться правом на налоговую скидку.

В соответствии с пп. 166.3 Налогового кодекса Украины, физическое лицо имеет право отнести к налоговой скидке сумму денежных средств или стоимость имущества, которые оно передало неприбыльным организациям в виде пожертвований или благотворительных взносов. Однако отнести упомянутые расходы в налоговую скидку можно только при условии, что на дату передачи денежных средств или имущества такие неприбыльные организации были зарегистрированы в Украине и внесены в реестр неприбыльных организаций. Необходимо помнить и о таком нюансе: правом на налоговую скидку может воспользоваться только резидент, который в течение отчетного года не был предпринимателем и получал зарплату.

Существуют ограничения относительно включения расходов в налоговую скидку. Согласно пп. 166.3.2 НКУ, подобные расходы не должны превышать 4% от суммы общего налогооблагаемого дохода физического лица за отчетный год. При этом в доход включают не только заработную плату, но и вознаграждение по гражданско-правовым договорам и другие налогооблагаемые выплаты.

И, конечно, к налоговой скидке можно отнести расходы, которые подтверждены документально. Подтверждающими документами относительно передачи пожертвований или благотворительных взносов должны быть:

- копия решения о включении неприбыльной организации в реестр
- договоры о пожертвовании
- квитанции банков
- квитанции приходных кассовых ордеров
- платежные поручения.

**Отдел массово-разъяснительной работы Жовтневой МГНИ Мариуполя**

# РЕЦЕПТЫ из конверта



## Аир заменил таблетки

Хронический гастрит у меня появился еще в студенческие годы. Чтобы регулярно и правильно питаться, не было ни желания, ни времени, ни денег. Вот и заработал себе гастрит. С тех пор прошло много лет, и чтобы хорошо себя чувствовать, приходилось каждый год проходить профилактический курс медикаментозного лечения. Пока ко мне в руки не попал такой рецепт. Он избавил меня от необходимости пить лекарства. Стоит пропить каждые полгода настой аира в течение 3 - 4 недель, и обычное обострение просто не наступает.

Готовится настой так: 1 чайную ложку измельченного корневища залить 1 стаканом кипятка, настоять 20 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

К слову, как утверждает энциклопедия народной медицины, настой этот полезен также при поносах, гепатитах, холециститах, воспалении мочевого пузыря и почек.

Виталий Горловой, п. Сартана

## Лечим себорею вместе

У меня была перхоть. Сколько способов я испробовала! И шампуни от перхоти, и маски, и народную медицину. Никакого толку не было. Но все же мне удалось найти отличный рецепт, который избавил меня от перхоти буквально за пару недель. Приготовить отвар дубовой коры, добавить 1 ч. ложку меда и тщательно перемешать. За час до мытья головы необходимо втирать эту смесь в корни волос.

Ирина Болянская

## Гипертония не пройдет!

Я гипертоник, но за последний год с помощью природных средств лечения мне удалось существенно снизить себе давление. Помог мне в этом порошок из корней валерианы. Сухие корни нужно истолочь в ступе и хранить в плотно закрывающейся баночке. Принимать по 2 г порошка 3 раза в день. Хочу предупредить, что лечение валерианой длительное, т. к. эффект развивается медленно. Чтобы добиться результата, следует регулярно принимать порошок как минимум 2 месяца подряд. Периодически повторяйте курс лечения с перерывом в 2 - 3 месяца.

А еще я для снижения давления употребляю постоянно обыкновенный репчатый лук. Ем по 1 - 2 луковицы в день и чувствую себя прекрасно.

Аркадий Витальевич



## Как вылечить насморк быстро

У меня насморк продолжался около месяца, назальные препараты спасали буквально на пару часов. В конце концов, я обратилась к народной медицине. Вычитала в книге народных рецептов, что насморк можно вылечить согреванием подошв и икроножных мышц. Можно делать горчиные ванны: 1 ст. ложку горчиного порошка развести в 6 л горячей воды (такие ванны нельзя делать при варикозном расширении вен и повышенном давлении). Очень эффективное средство. Насморк вскоре пройдет!

Мария Васильева



## Уксус от фингала

Вот как быстро можно избавиться от синяков. Сначала нужно приложить холод, а потом ватно-марлевую подушечку, смоченную в наполовину разведенном водой яблочном уксусе. В последующие дни делайте компрессы с уксусом на 2 - 3 часа, так как он оказывает противовоспалительный эффект и усиливает кровообращение.

Также как успокаивающее средство хорошо помогают несколько растолченных в ступке капустных листьев, которые необходимо прикладывать к месту ушиба.

Виктория Миронова

## Дышим горлом

Когда у меня только начинает болеть горло, я принимаюсь быстро дышать (как дышат собаки) по 30 секунд. Затем 10 - 15 секунд отдыха, и снова полминуты «собачьего» дыхания. После 3 - 4 сеансов боль в горле уходит. Все дело в том, что учащенное дыхание усиливает кровообращение в зоне воспаления, а это частично снимает отек слизистой оболочки горла.

Элина Федоровна

## Бросить курить не так сложно!

Я курил 12 лет. Желание бросить было неимоверное! Но сколько раз пробовал, хватало ненадолго. Когда в доме появился ребенок, я решил серьезно взяться за проблему курения. Нашел способ в интернете и решил попробовать. Необходимо взять по 100 г зерен овса, ржи, проса и ячменя и перемешать. Смесь залить литром воды и довести до кипения. Кипятить в течение 10 минут. Залить отвар в термос и настаивать ночь. Утром процедить. Принимать 3 - 4 раза в день по 100 мл до еды, пока не появится отвращение к курению. Также хочу добавить, что особую роль играет мотивация - до тех пор, пока курильщик сам не захочет бросить курить - ради чего-то, ни один из способов ему не поможет, каким бы эффективным он не был. Вот уже год как я забыл, что когда-то курил.

Максим Соколовский



## Если замучила мигрень

Мне 20 лет, и раньше меня очень часто мучила головная боль в висках и в области глаз, при этом очень больно было читать и напрягать глаза. Было такое ощущение как будто голова «горела». Я пролистала тетрадь бабушки с народными рецептами от различных недугов, нашла рецепт от головной боли и решила попробовать. Рецепт очень простой: прикладывать ко лбу листья чабреца. Держать до исчезновения головной боли. Еще один способ: смачивать голову отваром чабреца.

Ангелина Большан

## Боремся с аллергией

Как только наступает весна, у меня начинается аллергия. Мне делали пробы, выявили аллергию на ряд деревьев, растений. Я нашла способ, как бороться с этой проблемой. Смешать по чайной ложке травы череды и растертых шишек хмеля и залить 150 мл кипятка. Настаивать полчаса. Выпить настой на ночь полностью. После нескольких дней применения я почувствовала невероятное облегчение! Аллергия проявлялась не так сильно, даже, можно сказать, пропали все симптомы аллергии.

Анастасия Онищенко



## Воспаление десен, и как с этим бороться

У меня был пародонтит. Мучилась полгода, ничего не помогало. Я вылечила воспаление десен народным методом. Хочу рассказать вам о таком народном лекарстве, которое успешно лечит пародонтит - отвар коры дуба и липового цвета. Для его приготовления нужно смешать 2 части порошка коры дуба и часть липового цвета. Залить стаканом кипятка чайную ложку смеси. Греть на огне три минуты, затем процедить. Это очень эффективное, а главное доступное и простое народное средство лечения пародонтита.

Юлия Шевченко

## Избавляемся от отита



У меня начался острый отит левого уха. А через 3 дня нужно было ехать на соревнования, и я просто не мог их пропустить! Перерыл весь интернет в поисках спасения и нашел его. Мне помог отвар лаврового листа. Готовится он так: поставить на огонь 200 г воды и добавить 5 листов лаврового листа.

Довести до кипения, снять с огня, убрать крышку. Укутать полотенцем и оставить на 2 - 3 часа. Закапывать в больное ухо по 8 - 9 капель теплого отвара. Для лучшего эффекта это средство можно принимать внутрь по 3 столовых ложки. Процедуру повторить 3 раза.

Дмитрий Белый

## И метеоризм не проблема

Несколько лет я страдала от метеоризма. Вздутие живота просто не давало покоя! И, как обычно, на помощь пришла народная медицина. Как оказалось, от метеоризма помогает укроп. Можно приготовить настой: 2 ч. ложки укропа заварить стаканом кипятка. Настаивать один час. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день. Также можно сыпать порошок укропа на пищу (в качестве пряности). Тоже один из эффективных методов лечения.

Виктория Щ.

Свои рецепты присылайте по адресу: 87547, Мариуполь, а/я 47073. Или по электронной почте: i-zd@mail.ru.

Помогите другим, и судьба непременно поможет вам!

## 18-й лунный день – Зеркало

Сохраните эту публикацию и пользуйтесь ею в 18-е лунные сутки.

Каждый из нас видит мир через свое зеркало. Этот день покажет, какое оно: кривое, увеличительное, уменьшительное или вообще искажающий реальность осколок. Происходящее с нами в этот день является отражением нашей сущности.

Последите сегодня за собой – дайте волю своим мыслям и чувствам.

### АФФИРМАЦИИ 18-го ЛУННОГО ДНЯ

Благословляя чужой успех, я благословляю свой собственный.

Я – настоящее чудо, я прекрасен, уникален и неповторим.

Во мне есть все, что необходимо для полного успеха.

**Здоровье.** Заболевший в этот день может долго пролежать и не поправиться, но болезнь не будет смертельной. Рекомендуется голодание и очистка кишечника, очищение кожи, а также сауна, баня с хорошим паром и процедуры омоложения. Хорошо удаются целительство, кармическая работа.

**Уязвимая часть тела.** Почки – они в этот день ослаблены. Могут также появиться кожные болезни, вскрыться тайные раны.

**Сны.** Сны часто сбываются, стоит к ним только прислушаться. Снится состояние здоровья, а также то, что впустую уносит наши силы, иными словами, сон может показать, что мешает вам жить. В снах даются подсказки на улучшение ситуации, пути к исцелению от болезни.

**Новые дела.** Неблагоприятен для любых начинаний.

**Принятие решений.** Не подходит для принятия решений.

**Бизнес.** Возможны потери, затруднение деловых связей, возникновение неожиданных проблем «из ничего». Хороший день для оценки взятых на себя обязательств и закрепления наработанных позиций. В целом этот день хорош для работы.

**Деньги.** Финансовыми вопросами лучше не заниматься.

**Творчество.** Вполне подходит для продолжения творчества. Хорош для обладателей актерских талантов.

**Общение.** Тяжелый день для общения, старайтесь не проявлять тщеславия и эгоизма. Оказывайте помощь, поддержку, защиту, соблюдайте справедливость. Контролируйте свои мысли, займитесь собой, но будьте полезны и для других. В эти сутки окружающая действительность будет, как зеркало, демонстрировать вашу истинную сущность. Все, что неприятного скажут о вас в этот день, – правда, поэтому не обижайтесь, а задумайтесь, как избавиться от недостатков. Если скажут что-то хорошее – порадуйтесь: это тоже чистая правда.

**Выяснение отношений.** Проявляйте мягкость, споры сегодня неуместны.

### ✓ Лунный ежедневник

**Общение с начальством.** Можно обращаться к начальству с мелкими вопросами.

**Физические нагрузки.** Хорошо подходит для физических нагрузок.

**Домашняя работа.** Благоприятен для небольших домашних дел. Святите дом: свечи, лампы, благовония, святая вода.

**Секс.** Лучше воздержаться.

**Питание.** Можно устроить небольшое застолье, но рекомендуется вегетарианская диета: орехи, побольше растительного масла.

**Алкоголь.** Противопоказано.

**Календарь стрижек.** Стрижка волос приведет к потере собственности, крахам, могут заболеть ваши домашние животные (они чувствуют грозящие вам опасности и переживают за вас). По тибетским традициям, это сжигающий день, и стрижка волос принесет вам серьезное ухудшение состояния здоровья.

**Практика дня:** очищение внутреннего и внешнего зеркала. Мы, как зеркала, отражаем происходящее вокруг. Наша реакция отражения зависит от состояния наших внешних и внутренних зеркал. Они не должны быть тусклыми, кривыми, грязными – в этом случае отражение мира будет искажено. Внешнее зеркало еще как-то «полируется» и регулируется воспитанием и культурой человека. А вот за состоянием внутреннего зеркала мы несем ответственность сами. В 18-й лунный день мы можем очистить наши внутренние зеркала.

Представьте себя внутри «колбы». Внешнее зеркало должно быть умеренно выпуклым, отражая окружающее. Посмотрите на него в 18-й лунный день и оцените его состояние: если оно в паутине трещин, местами смято, забрызгано чужой грязью – все это необходимо исправить, помыть, почистить, отполировать. Представьте, что вы его отмываете, протираете с внешней стороны, а с внутренней стороны исправляете его поверхность. Придайте «колбе» ту форму, которую считаете лучшей для себя, покройте поверхность «колбы» отражающим средством. Посмотрите, как она сияет.

Теперь нужно поработать с внутренним зеркалом, и лучше это делать регулярно – эта сторона бывает очень грязной и искривленной. Посмотрите на себя внутри своей «колбы». Всеми способами очистите свое пространство внутри нее. Теперь, когда вы очистили внутреннюю поверхность своего зеркала, его можно сделать волшебным. Просто пожелайте этого, и оно станет таким. Новое внутреннее зеркало всегда будет отражать вас красивым, счастливым, полным сил и здоровья человеком, с идеальным весом и фигурой. Внутри себя вы всегда улыбаетесь, довольны собой и радуетесь.

Приведите свои зеркала в порядок вечером в 18-й лунный день, сразу после восхода Луны и спокойно усните, пожелав себе, чтобы ничто и никогда не изменило ваши зеркала. Утром посмотрите на себя в зеркало, и вы увидите, как вы хороши!

## Куда девать ВОЛОСЫ?

### ✓ Вопрос? Ответ!

«Куда девать волосы после расчесывания, которые остались на расческе? Как поступать с волосами, оставшимися после стрижки? Что делать с обрезанными ногтями?»

Екатерина Сомова, Горловка».

Срезанные ногти, как и волосы, лучше всего сжигать. Но можно их смывать в унитаз. Некоторые народы северной Европы предпочитают закапывать их в землю, – тоже хороший вариант. Если вы стрижетесь дома, когда в роли парикмахера выступает кто-то из близких, волосы после стрижки также следует сжечь, закопать в землю или же бросить в проточную воду (в ручей, речку и т. д.) На парикмахерские заведения эти условия не распространяются.



## Можно ли стричь волосы САМОМУ СЕБЕ?

### Анекдот в тему

Средство против облысения: возьмите 1 кг мазута и втирайте его в голову каждого, кто скажет, что вы лысый.

В волосах заключается жизненная сила. Соответственно, стричь самому себе волосы – намеренно укорачивать свой век. Волосы человека являются связующим звеном между человеком и небесами. Когда человек отрезает сам себе волосы, он меняет свою судьбу против воли неба, естественно, в худшую сторону.

Существуют поверья: сама волосы стрижешь – всех женихов отстрижешь. Стричь саму себя – к одиночеству.

К этой теме относится и ограни-

чение стричь волосы до года у малышкой. А когда в год стригли волосы, то собирали их в первый детский носочек и хранили всю жизнь. Когда у человека возникал трудный выбор, он доставал эти волосы и трогал их, смотрел, разбирал... и приходило решение вопроса.

Данный вопрос просматривается у всех народов на всех континентах. И рекомендации – что и как стричь появились 5 тысяч лет назад.

Стричь мужа жене – можно.

<http://www.oracle-time.com>

## ГЛОССАЛГИЯ

Эзотерический рисунок «ГЛОССАЛГИЯ» принят из космической компьютерной системы в цветном плоскостном изображении.

Энергетика рисунка поможет избавиться от воспаления слизистой оболочки языка, десен и полости рта.

Для постановки лечебной программы работы с энергетикой рисунка не менее двух минут. При просмотре рисунка мысленно давать установку:

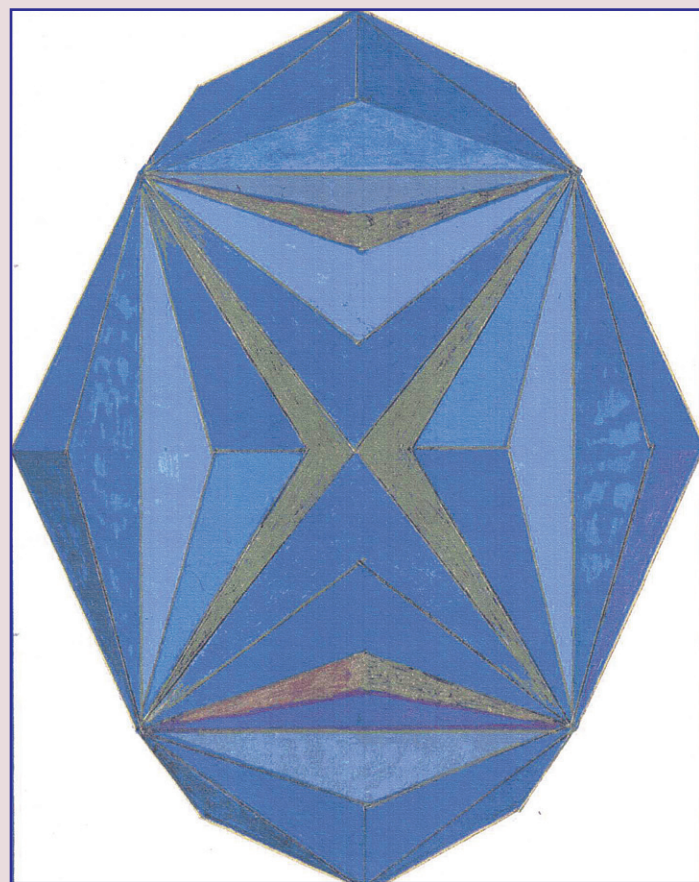
- УБРАТЬ ГЛОССАЛГИЮ!

Лечебную программу можно усилить энергетикой эзотерического рисунка «Инфекционист».

Лечить детей от этого заболевания сложно. Можно установить фотографию ребенка над рисунком при помощи полоски оконного стекла, лицом к рисунку на расстоянии 5 – 7 см. Работать до полного выздоровления.

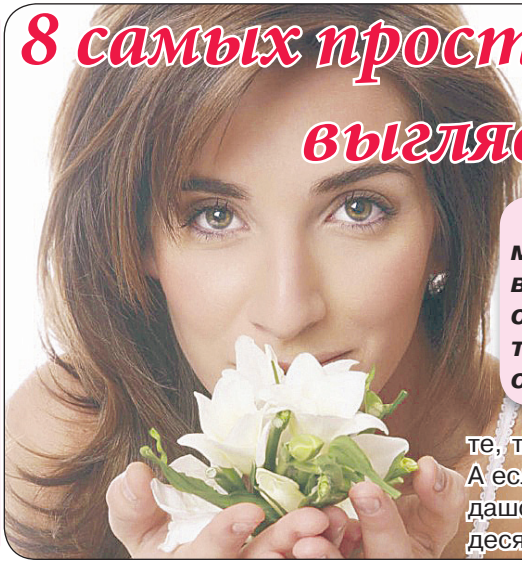
Энергетику эзотерического рисунка могут использовать целители в лечебной практике.

Виктор ЧИХ, биоэнерготерапевт высшей категории, Мариуполь



Между нами, девочками

## 8 самых простых способов выглядеть моложе



Зачастую, чтобы выглядеть моложе, не нужно придумывать велосипед. Ведь существует ряд простых правил, которые помогут вам побороть старость.

**1. Стригите волосы на уровне между подбородком и плечами.** Такая длина волос определенно скинет годы. С такой стрижкой вы будете выглядеть свежее и моложе.

**2. Оттенок помады может прибавлять годы.** Чем старше вы становитесь, тем более кремовыми должны выглядеть ваши губы. Избегайте матовых помад, помад коричневого оттенка. Вместо этого используйте помады с кремовыми текстурами, а еще лучше использовать блеск для губ, особенно омолаживает.

**3. Используйте кремовые румяна и тени.** Старая кожа обычно является синонимом к понятию сухая кожа, поэтому кремовые тени и румяна будут оптимальным выбором. К тому же порошковые румяна и тени склонны скатываться и собираться в складках кожи и морщинах, а кремовые «наполняют» кожу.

**4. Сделайте акцент на глазах.** Загнутые ресницы моментально «раскрывают» взгляд. Первый трюк - вы можете завить ресницы после того, как их накраси-

те, только убедитесь, что тушь высохла. А если маленькие глаза подвести карандашом или подводкой, то они выглядят в десять раз больше, чем на самом деле.

**5. Брови-ниточки - не ваш выбор.** Когда вы достигли своих 30, будьте осторожны, не выщипывайте брови слишком рьяно, поскольку в этом возрасте они начинают расти медленнее и будет очень сложно отрастить их вновь.

**6. Осветляйте зубы.** Со временем зубы могут темнеть от кофе, чая, красного вина. Вы можете отбеливать зубы и в домашних условиях при помощи систем для отбеливания зубов, которые продаются в аптеках или посетить стоматолога, который сделает профессиональное отбеливание зубов.

**7. Держите осанку.** Подумайте обо всех красивых женщинах, которых вы знаете. Что их объединяет? Конечно же, ровная, уверенная в себе осанка. Это заставит вас выглядеть не только на 10 фунтов тоньше, но и как минимум на 5 лет моложе.

**8. Хорошо высыпайтесь.** Отекшие глаза, тусклая кожа землистого оттенка и помятое лицо - это все последствия плохого сна. Вы ведь этого не хотите? Высыпайтесь!

<http://health.mail.ru>

## КАК Мужская территория увеличить потенцию народными средствами

Существует много препаратов, которые помогают мужчинам восстановить силу. Но ведь можно увеличить потенцию народными средствами, которые проверены временем. Итак, что же все-таки нужно делать для того, чтобы увеличить свои мужские возможности?

Кушайте сырой лук. Еще с древних времен мужчины, которые употребляли в пищу много сырого лука, могли похвастаться отменным мужским здоровьем на протяжении долгого времени. Этот овощ способен восстановить гормональный баланс в организме мужчины, что в свою очередь положительно влияет на потенцию.

Ешьте салаты, в которых есть петрушка и укроп.

Пейте чай со зверобоем, мятой, тмином и чабрецом. Эти травы усиливают сексуальное желание, а соответственно, и повышают возможности.

Непосредственно перед половым актом употребите семена огородной репы. Они сильно повышают потенцию, а также возбуждают сексуальное желание.

Кушайте сырые тыквенные семечки. Знаменитый психолог Зигмунд Фрейд говорил, что ржаной хлеб, тыквенные семечки, а также грибы способ-

ны значительно увеличить потенцию.

Употребляйте много белковой пищи.

Для тех, кто желает увеличить потенцию, продуктами-помощниками являются морепродукты. Это - мидии, моллюски, ракообразные и креветки. Блюда из них способны увеличить потенцию в несколько раз.

Купите желудок верблюда. Естественно, этот продукт не продается в обычном продуктовом магазине, но если вам действительно нужно увеличить потенцию народными средствами - вы его найдете. Рекомендуются употреблять 3 г этого продукта непосредственно перед половым актом (кусочек размером с горошину). Именно желудок верблюда является одним из самых сильных средств для увеличения потенции. Причем этот метод является очень популярным среди бедуинов.

<http://www.kakprosto.ru>

## ПОЧЕМУ События повторяются

Момент истины

Возьмем такой пример - женщина уходит от агрессивного партнера, который жестоко обращается с ней. Она ненавидит свое прошлое и не хочет с ним никаких отношений. Она точно знает, чего не хочет и точно знает, что хочет партнера, который бы любил ее и относился к ней с уважением.

После ухода от прежнего партнера, она чувствует себя одинокой, в душе пустота, и спустя некоторое время начинает искать нового спутника жизни. Наконец, она знакомится с другим, который кажется добрым и любящим. Но Закон Притяжения сблизит ее с тем, что в ней доминирует - а именно с тем, чего она не хочет, потому что в ее сердце остал-

ся осадок от прежних отношений и негативная память о них, в ее мыслях содержатся нежелательные установки последних отношений и их намного больше, чем новых намерений. В стремлении избавиться от одиночества она бросается в новые отношения и получает то, что доминирует с ее вибрациями - то есть новый мужчина оказывается таким же жестоким, как и предыдущий партнер. Она снова становится жертвой.

Поэтому прежде, чем начинать новые отношения, нужно избавиться от негативного груза, пока позитивные мысли не станут доминирующими. И только тогда бросаться в новые отношения.

<http://www.vika-nika.com>

## Когда сны сбываются

Оба-на

Издревле человек пытался предугадать свое будущее. Одним из способов общения с миром предсказаний с тех самых незапамятных времен и до сего времени считаются сновидения. В них люди полностью раскрывают свое сознание и на подсознательном уровне, непредвзято, логично и бескомпромиссно решают проблемы, поставленные перед самим собой.

Примерами тому могут быть как библейские истории о толковании снов египетского фараона, так и современные научные открытия, совершенные во сне. Менделееву, например, приснилась таблица химических элементов. Итак, сны - наилучшие предсказатели. Главное - не ошибиться с их расшифровкой.

Сновидения перед рассветом имеют несравненно большее значение, чем сон в начале ночи.

Важнейшими сновидениями недели считаются сны в ночь на субботу.

Сновидение, однажды виденное, не всегда оправдывается, поэтому большое значение нужно придавать снам, которые повторяются до 3-х раз.

Сновидения обыкновенно сбываются в промежуток от следующего дня до девяти месяцев.

Сновидениям во время дня в большинстве случаев нельзя придавать значение, и вообще дневные сны очень редко сбываются.

Сны с 20 часов вечера до 24 часов ночи сбываются через весьма продолжительное время, с 24 часов до 3 часов пополуночи - в течение 3-х месяцев, с 3-х часов утра до рассвета сбываются очень скоро.

<http://tonos.ru>

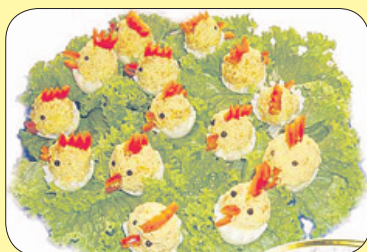
## Забавные цыплята

Кулинарный эдем

## Грибной салат

150 грамм вареного куриного мяса, 3 вареных яйца, 1 вареная морковь, соль, перец, 60 грамм сливочного масла, 2 столовые ложки майонеза, перец сладкий красный, листочки салата зеленого.

Яйца разрезать поперек на половинки, вынуть желтки. С белков срезать низ для устойчивости. Мякоть курицы и морковь измельчить, добавить масло и немного взбить. Из массы полученной сделать шарики, обвалить их в измельченных желтках. Готовые



шарики вложить в яичные белки.

Из сладкого перца вырезать гребешки и клювики, из перца-горошка сделать глаза, детали прикрепить к цыплятам. При подаче на стол выложить на блюдо, устланное листьями салата.

400 г грибов, 1 луковица, 3 вареных яйца, 3 шт. отварного картофеля, майонез.

Для украшения: 1 вареная морковь, 1/2 помидора, оливки, зелень.

Грибы порезать и обжарить на сковороде с луком. Картошку натереть а большой терке. Белок и желток по отдельности натереть на средней терке.

Выложить на плоское блюдо в форме гриба:

- 1 слой - картошечку;
- 2 слой - грибочки с луком;
- 3 слой - желток;
- 4 слой - майонез;



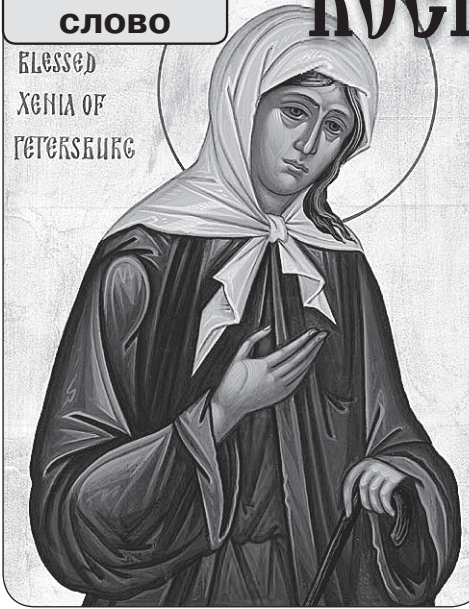
5 слой - белок.

Для украшения шляпки используем тертую морковь, божью коровку делаем из половинок помидора и оливок. Травку - из зелени и оливок.

<http://nym-nym.msk.ru>

✓ Святое слово

BLESSED  
XENIA OF  
PETERSBURG



## КСЕНИЯ ПЕТЕРБУРЖСКАЯ

сама стала скитаться по улицам Петербурга.

Родные посчитали ее сумасшедшей, а жители города стали называть блаженной. В народе такие люди всегда почитались как отмеченные Богом: к их словам прислушивались и воспринимали как предсказания.

И действительно, «Андрей Федорович» мог исцелить больного лишь одним только прикосновением руки, беременные женщины обращались к нему с просьбой сохранить дитя и помочь в родах.

А уже родившие просили прикоснуться к голове ребенка - считалось, что это даст малышу здоровье и счастье. Торговцы наперебой потчевали «Андрея Федоровича» товаром: было замечено, что торговля после того, как блаженная Ксения Петербургская что-либо возьмет, пойдет успешно. Извозчики уговаривали ее сесть к ним хотя бы на минутку - считалось, что в такой день выручка будет особенно высокой.

Часто ей предлагали одежду и деньги, но она брала лишь монетки с изображением Святого Георгия, которые тут же раздавала другим нищим. Днем она бродила по городу, а ночью отправлялась в поле и там молилась на коленях до самого рассвета. Даже в стужу Ксения, одетая не по сезону легко, ни разу не заболела, и в этом тоже видели умысел Творца, который хранил свою любимицу. Более того, после смерти мужа она еще 45 лет помогала людям.

Ксения Петербургская гордилась тем, что она нищая - величие духа блаженной и презрение к земным благам снискали к ней любовь и поклонение жителей города.

Приобрел известность и пророческий дар блаженной. Так, войдя в один дом, она увидела трапезничающую молодую девушку. «Ты вот тут чаи распиваешь, а твой муж сегодня хоронит жену». Вначале слова Ксении никто не понял и не придал им никакого значения. Но спустя некоторое время девушка познакомилась с молодым вдовцом и вышла за него замуж. Выяснилось, что как раз в день визита Ксении он действительно хоронил жену...

Вечное упокоение Ксения нашла на Смоленском кладбище. Ее могила стала объектом паломничества, многие старались унести с собой хоть малый комочек земли, который почитали за талисман. В начале прошлого века на месте захоронения святой Ксении была выстроена часовня. До революции бывали дни, когда количество посетителей святого места достигало 5 тысяч! И до сего времени люди со всех концов России приезжают сюда помолиться, попросить святую о заступничестве и об исцелении. Немало среди них и женщин, озабоченных вопросами зачатия, благополучного хода беременности и успешных родов. Ходит поверье, что даже прикосновение к надгробью способно избавить человека от напастей и сделать счастливым.

<http://www.mageia.ru>

Более 200 лет ее судьба волнует и священнослужителей, и обычных граждан, интересующихся Житиями Святых. Но тайна не раскрыта и до нашего времени... Что же такого таинственного в жизни Ксении Петербургской, и вообще - чем она знаменита и почему ее причислили к лику Святых?

В возрасте 18 лет Ксения вышла замуж за Андрея Федоровича Петрова, певчего церковного хора. Брак был счастливым, но недолгим: спустя 7 лет муж скоропостижно скончался без покаяния.

Смерть любимого супруга настолько потрясла молодую женщину, что она решила... поменяться с ним обличьями. В день похорон Ксения Петербургская надела одежду Андрея, просила называть себя не иначе, как Андрей Федорович, и вообще всем говорила, что муж перевоплотился в Ксению, которая давно умерла. Все имущество, что у нее было, включая и жилье, Ксения раздала нищим, а

## УКРАИНСКИЙ ЖЕНЬ-ШЕНЬ

Для профилактики и лечения язвы желудка и 12-перстной кишки, болезней почек, печени, поджелудочной железы, мочевого пузыря, заболеваний сердечно-сосудистой системы, а также для нормализации артериального давления используют листья и цветки железняка - украинского женьшеня. Их измельчают, смешивают, затем 2 ст. л. смеси заливают в эмалированной посуде 1 л воды, доводят до кипения, тут же снимают кастрюлю с плиты и оставляют на 10 - 12 часов. После этого процеживают содержимое и принимают по 1 стакану настоя 3 раза в день за 1 - 1,5 часа до еды в течение 24 дней. Делают перерыв на 10 дней и вновь повторяют лечебный курс. И такими курсами с перерывами лечатся до полного выздоровления.

Можно 2 ст. л. смеси листьев и цветков залить 1 л кипятка, укутать посуду одеялом и оставить на 5 - 7 часов. После этого процедить и пить при всех перечисленных выше болезнях по 100 мл 3 раза в день за 1 - 1,5 часа до еды, такими же курсами, как и предыдущий настой. Долго не заживающие

раны и ожоги лечат примочками, смоченными в горячем (50 - 60°C) настое. Прикладывают их на 15 - 20 минут не реже двух раз в день.

Настой железняка, используемый для лечения рака, в том числе лейкоза (белокровия), готовят так же, как и в предыдущем рецепте, только на 1 л кипятка берут 4 - 5 ст. л. смеси листьев и 5 цветков растения. Принимают по 50 мл 3 раза в день за 1 - 1,5 часа до еды.

Экспериментом доказано, что настой травы железняка вызывает значительное сужение сосудов, его длительное употребление помогает избавиться от хронического гастрита с любой кислотностью желудочного сока, бронхита, пневмонии, малокровия, отечности, малярии и судорог. Необходимо 2 - 4 ст. л. измельченной травы залить 400 мл кипятка, настоять до охлаждения, процедить и пить по 0,5 стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Можно 10 г измельченного сырья залить 100 мл водки, через 8 - 10 дней процедить и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

При туберкулезе легких траву железняка заливают водой,

✓ Зеленая аптека



настаивают до образования густой массы, затем этот концентрированный настой разводят наполовину молоком и пьют с сахаром до улучшения.

Экзему, внешние раны, трофические язвы, грибок на ногах, дерматит, трещины на пятках, геморрой лечат компрессами, примочками и тампонами, смоченными в настое железняка. Благодаря этому удается за довольно короткое время преодолеть недуги.

Во время лечения железняком алкоголь, таблетки и уколы категорически нельзя принимать!!!

Доверьтесь железняку, и он одарит вас здоровьем.

**Валентина Ивановна Тодорова, г. Славянск**  
Телефон (06262) 3-97-96,  
мобильный 050-843-54-70

АЗБУКА БОЛЕЗНЕЙ

## Печени очищение

Сныть обыкновенная

2 ст. л. травы сныти заварить 1 стаканом горячей воды и кипятить на водяной бане 15 минут, настоять 45 минут и процедить. После этого добавить кипяченой воды до первоначального объема. В течение дня выпить 1 стакан настоя.

## Пиелонефрит

Аир болотный

1. Взять в равных частях корень аира, цветки липы, траву череды, траву яснотки белой. 2 ст. л. сбора залить 1 литром кипятка, настоять в термосе 3 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана настоя 3 - 4 раза в день до еды. 2. 1 ч. л. измельченного корневища аира болотного залить 1 стаканом кипятка, настоять 20 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды. Отвар можно разбавить водой в соотношении 1:1 и делать обертывания и сидячие ванны.

Вероника лекарственная

1. Принимать сок вероники, выжатый из всего растения. 2. 2 ч. л. сока смешать с 2 ч. л. козьего молока. Пить ежедневно 2 раза в день перед едой.

Календула лекарственная

Взять по 1 части цветков календулы и листьев крапивы двудомной. 1 ст. л. сбора залить 1 стаканом кипятка, настоять. Принимать по 1/2 стакана 3 - 4 раза в день спустя 1 час после еды.

Крапива двудомная

1. 1 - 2 ст. л. сухих листьев крапивы залить 1 стаканом кипятка, настоять на водяной бане 15 минут. Принимать по 1/2 стакана до еды 3 раза в день.

2. Взять в равных частях листья крапивы и цветки календулы. 1 ст. л. сбора залить 1 стаканом кипятка, настоять. Принимать по 1/2 стакана 3 - 4 раза в день спустя 1 час после еды.

Ромашка лекарственная

1 ст. л. сухих цветков ромашки аптечной залить 1 стаканом кипятка. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

Хвощ полевой

2 ч. л. измельченной травы хвоща полевого залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час и процедить. Выпить в течение дня. Применять вне обострения.

## Пиодермия

Девясил высокий

Взять поровну девясила высокого, корня лопуха большого и ореха грецкого. 1 ст. л. измельченной смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Пить по 1 стакану через каждые 3 часа.

Чистотел большой

10 г травы чистотела смешать с 1/2 стакана подсолнечного масла. Протирать этим маслом кожу.

## Пневмония

Горчица сарептская

1. Насыпать в ведро 150 г порошка горчицы и 200 г соли, залить горячей водой. Погрузить в воду ноги до голеней и накрыть их вместе с ведром теплым одеялом. По мере остывания доливать горячую воду. После ванны сполоснуть ноги теплой водой, надеть теплые носки и лечь в постель.

**ВНИМАНИЕ!** Такие ванны противопоказаны людям с варикозным расширением вен.

2. В 1 ст. л. порошка горчицы добавить 1 ч. л. воды. Дать настояться 20 минут, затем нанести эту массу на бумагу, накрыть сверху кусочком марли и положить самодельный горчичник на грудь или спину. Укутаться. Держать 10 минут.

3. Взять по 1 ст. л. муки, порошка горчицы, подсолнечного масла, мёда (лучше липового) и 1,5 ст. л. водки. Всё перемешать, подогреть на водяной бане. Полученное вещество, похожее на липкое тесто, положить на сложенный вчетверо кусочек ткани и приложить к тому месту на груди, где слышны хрипы или просто болит, сверху положить кусочек клеёнки, завязать теплым платком или шарфом. Повторять процедуру несколько дней подряд на ночь.

# Сила Луны

Сила Луны – ей подчиняется вся наша жизнь. Каждое событие, наш покой, наши страхи, наши победы и поражения – все подчиняется лунным ритмам. Надо только научиться слышать эту лунную музыку, которая звучит в каждом. Не зря говорят, что мы живем в подлунном мире.

У большинства людей зависимость от Луны не столь сильна, но то, что она существует у всех людей без исключения – факт. Причем, на женщин лунные ритмы действуют гораздо сильнее, чем на мужчин. Это неудивительно: Луна – планета с женской энергетикой.

И в мифах Древней Греции Луна предстает в женском облике: это дочь титана Гипериона и Теи, сестра Гелиоса-солнца. Имя ее Селена. Древние греки считали, что, когда угасает день и приходит ночь, прекрасная Селена садится в свою величественную колесницу, запряженную белоснежными быками, и неторопливо движется по своим небесным владениям.

Одета она в длинные шафрановые одежды, во лбу у нее сияет молодой

месяц – символ молодости и красоты. С появлением богини на небесах море шумно вздымало волны и бросалось к берегу, навстречу прекраснейшей из прекрасных. Люди, замечая ее власть над силами природы, проникались благоговением перед ней. Не было на земле смертного, не испытывшего с появлением богини Селены неясного томления и печали. Чувства тоски и грусти, навеваемые лучами Луны, греки объясняли великой скорбью, поселившейся в сердце Селены от безответной любви к прекрасному юноше – Эдимиону. Он был так хорош собою, что сам Зевс взял его за красоту в сонм богов на Олимп. Но красота сослужила ему плохую службу. В сердце Геры (главной жены Зевса) он вызвал любовь и желание.

Зевс заточил юношу в пещеру, с помощью бога сна Гипноса обрел его на вечный сон. Селена, случайно бросив лучи под свод пещеры, увидела прекрасный лик Эдимиона и навек потеряла покой.

И сколько она ни ласкала его, нашептывая слова любви и нежности,

*«Дерево, которое не гнется, легко сломать. Твердость и сила уходят. Мягкое и слабое будет жить».*

Лао Цзы  
(древнекитайский мудрец)

сколько ни целовала смежившиеся очи, юноша не мог приподнять веки, ответить на ее ласки.

Печальна поэтому Селена... И ее тоска столь велика, что порождает грусть и печаль у всего живого на Земле. Воют на Луну собаки и волки, а люди, охваченные непонятным беспокойством и тревогой, не находят себе места и подчас совершают такое, чему удивляются с приходом Гелиоса-Солнца.

У Луны – женское лицо. Живя в гармонии с Луной, женщины раскрывают в себе лучшие качества – это доброта, мягкость, душевность, интуиция, гибкость, умение приспособить мир для жизни, сделать его уютным и комфортным, не прибегая ни к насилию, ни к войнам, ни к революциям.

Человечество способно выжить и жить нормально только до тех пор, пока существуют женщины. И в XXI веке человечество выживет, если в нем останутся настоящие женщины, которые не стремятся быть похожими на мужчин, умеющие сохранять женственность, мягкость, душев-

✓ Жизнь или легенда?



**Жизнь в соответствии с ритмами Луны поможет женщине стать гибкой и сильной в своей слабости. Тем самым деревом, которое гнется, но не ломается.**

Жизнь в соответствии с ритмами Луны поможет женщине стать гибкой и сильной в своей слабости. Тем самым деревом, которое гнется, но не ломается.

А жить по лунным ритмам всем помогает любимая газета «Истинное Здоровье».

Успехов в жизни, в труде, в любви во все времена года и в любую погоду.

С весной вас, дорогие хранительницы планеты Земля!

**Тамара КАШКАЛОВА,**  
космоэнергет

✓ Рассказ очевидца

**Много лет проживая рядом с чудесным райским уголком, жемчужной Приазовья, я хочу поделиться с вами своими наблюдениями и историями из жизни.**

**ЗАПОВЕДНИК** «Каменные Могилы» – удивительное место. Кроме культурного, природного, исторического, археологического и художественного значения, заповедная зона обладает необъяснимой энергетикой, способной исцелять людей, возвращать веру, любовь к жизни, да и просто приносить удовольствие и радость в наши не легкие дни.

Есть на территории заповедника, рядом с протекающей речкой Калка, родник, вода из которого обладает, по моему мнению, целебной силой.

На протяжении многих лет я наблюдал, как знакомые и незнакомые мне люди с близлежащих и дальних сел и поселков приезжают сюда за водичей. Набирают ее из источника в емкости, чтобы хватило на несколько дней. В основном, это люди среднего возраста и пожилые. К роднику ведет наезженная дорога. Пообщавшись с некоторыми, выяснил, что большинство десятилетиями пользуются этой водой. Многим она нравится по своим вкусовым качествам, другие принимают ее как лечебную – «вместо таблеток», а некоторые просто не могут употребить другую

## Загадки «Каменных Могил»

воду и уже «даже жизни без нее не представляют».

**НА ТЕРРИТОРИИ** заповедника произрастают многочисленные травы, многие из которых сами по себе обладают лечебными свойствами. Могу предположить, что дождевая, талая вода с территории возвышенности «Каменных Могил», проходя через скальные породы, обогащается минералами, солями, впитывает в себя частички трав и, возможно, насыщается необъяснимой энергетикой. Это все в совокупности благотворно сказывается на людях, которые ее пьют. Согласно этическим нормам, я не могу публично назвать имена и фамилии людей, которым эта вода помогла. Могу сказать за себя. Вернулся со службы в армии в 1979 году со 2-й группой инвалидности. По заключению военных врачей Главного клинического госпиталя им. Бурденко (г. Москва), мне оставалось жить немного. Еще находясь в госпитале, мне часто снились «каменные горы» – как мы их в простонародье называем. Ничуть не умаляя заслуг врачей, скажу, что в моем выздоровлении немаловажную роль сыграла эта заповедная зона.

**ОДНА** из загадок заповедника находится на экскурсионной тропе. Это так называемая каменная баба, которая исполняет желания. Возможно, насчет желаний громко сказано, но то, что она помогла многим женщинам обрести материнство – это точно.

Со слов очевидцев (имена и фамилии также по этиче-

ским нормам называть не буду): женщина, в молодости отдавшая себя науке и уже имеющая за плечами многочисленные научные труды, звания, опыт, решила стать матерью. Да что-то не вышло. Лечение в клиниках Украины, России и дальнего зарубежья положительных результатов не дало. Вердикт врачей был однозначен – детей быть не может. Как-то, попав на территорию заповедника, она узнала о каменной бабе. Можно только догадываться, как человек, имеющий несколько высших образований, высокое научное звание, титулы и прочее поверил эту в легенду. На сегодняшний день у нее уже трое детей. И таких примеров обретения материнства больше двух десятков.

Второй, на мой взгляд, показательный пример, связанный с каменной бабой: уважаемый солидный мужчина, руководитель крупной компании, далеко не бедный человек, возрастом за 60 случайно посетил с сыном заповедник. Чувствовал он себя на момент посещения, мягко говоря, неважно. Перед этой поездкой проходил курс лечения в России и США. У меня сложилось впечатление, что он совершал прощальный тур по своим предприятиям, параллельно вводя в курс дел своего сына. Попросил устроить экскурсию по заповедным местам, которую ему любезно организовал руководитель заповедника «Каменные могилы» Виктор Си-

ренко. Естественно, кто-то рассказывал о загадочных свойствах каменной бабы. Все это событие произошло у меня на глазах. Как он стоял, обняв каменную бабу, и что-то про себя ей говорил, как перекрестившись, посетил церквушку на территории заповедника, как затем буквально за считанные минуты ему стало лучше, да до такой степени, что он уже на пруду дважды его переплыл. Многие дни после того он рассказывал своим знакомым и друзьям о чудесном улучшении своего самочувствия и поправки здоровья.

**ЕСТЬ** в заповеднике и прилегающей к нему территории энергетические зоны, зоны повышенного излучения, которые по-своему влияют на здоровье человека. Я почти уверен, что они улавливают и понимают даже настроение человека, успокаивая его или же наоборот – повышая бодрость и тонус всего организма.

Многие тайны еще хранит урочище Бешаш. Это и обнаруженное древнейшее поселение в охранной зоне заповедника, и огромные пустоты под слоем почвы на территории заповедника, и тайна нерасшифрованных



**Одна из загадок заповедника находится на экскурсионной тропе. Это так называемая каменная баба, которая исполняет желания. Она помогла многим женщинам обрести материнство.**

надписей на камнях в заповеднике, также тайна размещения курганов вокруг заповедника, легенды о спрятанном сокровище и пр.

**Я** же нашел свой клад, представляющий огромную ценность для меня. Это неповторимые виды цветущих целинных полей, это непередаваемые запахи – ароматы в воздухе, которыми невозможно насытиться. Это вода в пруду, мягче которой я не встречал. Это восход и закат солнца через призму так называемых «Каменных Солнечных ворот». Это вкус дикой кисло-сладкой земляники и бодрящей заварки из шиповника и чабреца. Это первозданная природа Моего края.

**Анатолий КУРИЛОВ,**  
житель пгт Розовка  
Володарского района

<http://izdorovie.info>

Сайт для тех, кто хочет быть здоровым и успешным в третьем тысячелетии!

Подписаться на еженедельник **"Истинное Здоровье"** можно во всех почтовых отделениях Украины!

Подписной индекс-2012

91276 - региональный  
89437 - всеукраинский

По вопросам размещения рекламы в еженедельнике «Истинное Здоровье» обращаться по телефону 096-201-27-67. E-mail: [valentina-rostov@mail.ru](mailto:valentina-rostov@mail.ru)

Газету «Истинное Здоровье» спрашивайте в киосках торговой сети «Натали», газеты «Приазовский рабочий», во всех почтовых отделениях Мариуполя и Донецкой области

### Подскажет гороскоп

**ОВЕН.** Пожиная плоды своих трудов, постарайтесь не расслабляться, иначе ваши планы окажутся построенными на песке.

**ТЕЛЕЦ.** В этот период желательно не разбрасываться вашей драгоценной энергией впустую, поэтому необходимо четко составлять план действий.

**БЛИЗНЕЦЫ.** На этой неделе у вас появится возможность убедиться в преданности тех, кого вы любите.

**РАК.** Удачное время для решения многих вопросов мирным путем, вероятен компромисс без ущерба для ваших интересов. Постарайтесь быть решительным и принципиальным.

**ЛЕВ.** Вы опять удивите окружающих, постарайтесь только, чтобы удивление их было восхищенным, а не возмущенным.

**ДЕВА.** Неделя складывается весьма удачно, что позволит поверить вам в свои силы и возможности, однако для реализации задуманных планов желательно учитывать интересы окружающих.

**ВЕСЫ.** На этой неделе вас ожидают благоприятные перемены. Контакты и встречи в эти дни отнимут много времени, но принесут доход в будущем.

**СКОРПИОН.** Наступает благоприятная неделя, позволяющая поменять свое отношение к жизни и начать планировать новые дела.

**СТРЕЛЕЦ.** Благоприятный период для расторжения отживших свое договоров, снятия с себя обременяющих обязательств и, заодно, гармонизации окружающего пространства.

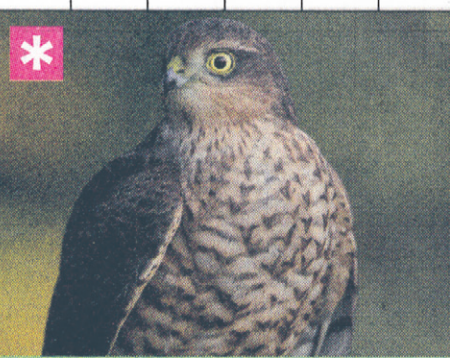
**КОЗЕРОГ.** Появится возможность успешно проявить социальную активность, и вы сможете управлять сложившейся ситуацией, влияя на события, которые произойдут в ближайшем будущем.

**ВОДОЛЕЙ.** Займитесь решением накопившихся дел, самое время предпринять действия для укрепления собственных позиций.

**РЫБЫ.** Вы будете полны всевозможных идей - хоть их реализацию и придется несколько отложить. Не нужно пытаться проявлять бурную инициативу, результаты вряд ли оправдают усилия.

## Сканворд для вас

Бутылочная "щепка"					Вулканическая чаша	Платёж в бюджет страны		Этап заготовки сена	Карточная игра								
Закваска для пирога	Жёлтый пигмент из моркови	Соблазнитель женщин	"Багровые реки", актёр					Приют отшельника	Тёрка пяток	Украшение на шею	Фортепьяно						
					Генеральная ... ООН												
Процесс на бензоколонке	Окольцованная планета	Родина Жванецкого	Младенческая присыпка						Круг карточной колоды	Статья в газете	Сьерра...						
					Житель в своём месте												
Пирушка	Оперная рабыня		Состязание яхтсменов							Учитель с кафедры	Продажа по конкурсу	Пёстрый голубь					
"Быть в хорошей форме"	Ингредиент шоколада	Подросток-переросток	Дом-скос идёт на ...							Любит поспать							
Разбил войско Спартанца																	
Весёлый танец	Меховая шапка	"Начинают разбер" в апреле															
Вершина (лат.)					Палка для мокрой тряпки					Золотодобываемое место	Часть одежды от плеча	Мягкий подлокотник					
					Бечёвка	Таинственный писатель	Ценимая за свой пух утка	Пора свадеб на Руси (христ.)									
Австралийский мишка	Нарьян-Мар, река			Водоём для рисковых		"... притона" (х/ф Гордона)				Энергополе человека							
Под прищипом внука					Чебурашкин друг			"Трещина" в коллективе									
Фосфат, минерал	Домик "за чертой бедности"					Ледяная избушка				Повозка по снегу							
					Когда нет света			Европеец									



Хищная лесная птица

## СМЕХОТЕРАПИЯ



Жена сообщает мужу:

- Дорогой, сегодня у меня не хватило денег, я зашла к тебе на работу, и, поскольку тебя не оказалось на месте, взяла из кармана пиджака 100 тысяч.

- Ничего, дорогая, я уже месяц работаю в другом отделе.

Надо ввести огромные штрафы на бедность. Тогда бедным быть станет невыгодно и все быстро разбогатеют.

Интересно, а пить водку в полночь считается после работы или до?

Объявление в газете: «Ищу мужа! Корящего, пьющего, гулящего! Считаю, что у супругов должны быть общие интересы!»

- Пойдем за тестом.
- Каким?
- Обычным...
- На беременность?!
- На пирожки!

За столом:

- Ну, тамаду мы выбрали, осталось выбрать аналитика.
- ??? И что он будет делать?
- Он будет проверять, А НАЛИТО ЛИ у всех...

Восьмиметровый карась, пойманный из Москвы-реки, заставил рыбака выполнить три его желания...

Ответы на кроссворд из №11

По горизонтали. 5. Стоматолог. 10. Лиризм. 11. Изверг. 12. Банкомет. 13. Лось. 14. Ночь. 15. Волхв. 18. Извоз. 21. Кебаб. 22. Лагуна. 23. Манок. 24. «Предсказание». 27. Колон. 29. Иксдон. 32. Устав. 34. Сакко. 36. Рязжск. 38. Роца. 39. Ушиб. 40. Астрагал. 41. Кларер. 42. Апогей. 43. Рекламация.

По вертикали. 1. Стамбул. 2. Смирнова. 3. Потемкин. 4. Позитив. 6. Тимофей. 7. «Сильва». 8. Кванза. 9. Крючков. 16. Оборона. 17. Хлодник. 19. Западная. 20. Омнибус. 25. Монокль. 26. Затишек. 28. Осадка. 30. «Контроль». 31. Оригинал. 33. «Скупой». 35. Кларнет. 37. Желатин.

В следующем номере «Истинного Здоровья»

• Как правильно вести себя на похоронах

• Полезная и бесполезная соль на нашем столе

• Благоприятные дни для всех дел в апреле

• Лечение камнем: просто и надежно

ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ КАКИМ-ЛИБО РЕЦЕПТОМ, ПОСОВЕДУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ!

Учредитель-издатель ФЛП Ростова В.П.  
«Истинное Здоровье»

Подписной индекс  
региональный: 91276  
всеукраинский: 89437

Редактор  
Валентина Ростова

Свидетельство о государственной  
регистрации КВ №17669-6519Р,  
выдано Минюстом Украины 07.04.2011 г.

Пишите нам по адресу: 87547,  
Донецкая обл., г. Мариуполь,  
а/я 47073

Звоните по телефонам:  
(0629) 40-53-55, 096-201-27-67.

E-MAIL: [iz-d@mail.ru](mailto:iz-d@mail.ru)  
<http://izdorovie.info>

Изготовитель - ЧАО «Газета «Приазовский рабочий»»,  
87500, г. Мариуполь, пр. Ленина, 19.  
Свидетельство о внесении в Государственный реестр  
субъектов издательской деятельности:  
ДК №4169 от 04.10.2011 г.

Заказ № 205 Объем 2 п.л. Тираж 14485