

ЗЛАТНИТЕ РЕЦЕПТИ ***НА РУСКАТА НАРОДНА МЕДИЦИНА***

КАЛИЗИЯ

чудодейната билка от Русия



ХОМО ФУТУРУС
СОФИЯ

ЗЛАТНИ РЕЦЕПТИ

на руската народна медицина



ЗЛАТНИТЕ РЕЦЕПТИ НА РУСКАТА НАРОДНА МЕДИЦИНА

КАЛИЗИЯ - чудодейната билка от Русия

© *Хомо Футурус*,
съставителство 2010

© Мария Василева,
редактор-съставител

© Боян Байчев, корица
Всички права запазени

Българска, първо издание

Отговорен редактор, **Савка Байчева**

Компютърна обработка
и дизайн Радостина Шекова

Формат 108/84/32

Печатни коли 7

ВАЖНА ПРЕДВАРИТЕЛНА ИНФОРМАЦИЯ

В тази книга са събрани лечебни рецепти, използвани от известни руски лечители*, сред които са *Владимир Огарков, Александър Кородецки, К.Г.Ткаченко, Роза Трофимова, Александра Алексеевна* и много други. В последно време интересът към лечебните свойства на кализията, отглеждана като стайно растение, нараства. В народната медицина препаратите от това растение се използват при заболявания на *стомашно-чревния канал, жлъчния мехур, бъбреците*, при *bronхиална астма, алергия, рак*. Те успешно облекчават *болките* с различна локализация, премахват *сърбежите*, ускоряват *зарастването на рани, изгаряния, измръзвания, травми и счуивания*, лекуват *дерматити, лишеи, екземи, язви, кисти*. Има много случаи на избявяне от алкохолна и никотинова зависимост с помощта на препарати от кализия.

❖ **Важно е да се знае, че при приготвянето на препарати** от кализия не бива да се използват метални съдове и прибори. Растителната суровина се реже с костен или пластмасов нож, размачква се в стъклени, порцеланови или пластмасови купички и хаванчета. За варене се използват емайлирани тенджерки. При съприкосновението с метал се губят лечебните свойства на кализията.

*Виж по-подробно книгите на издателство „Хомо Футурус“: „Чудодейната билка от Русия срещу болестите на века“ от Вл.Огарков, „Златните рецепти на руските лечители“ от Б.Болотов, Ал.Кородецки, В.Травинка. - Бел.ред.

- ❖ По време на лечението с препарати от кализия трябва да се спазва **диета**. Необходимо е от менюто да се изключат солените и маринованите зеленчуци, животинските мазнини, сладкарските изделия, алкохолните напитки, газираните напитки, картофите, месото, тестените изделия с мая, млечните продукти с високо съдържание на мазнини.
- ❖ Набляга се на рибата (варена и печена), сирената и кашкавалите с ниско съдържание на мазнини, ядките (без фъстъци), суровите зеленчуци, особено на морковите и цвеклото, както и сокове от тях, покълнали зърна, растително масло в неголеми количества.
- ❖ Подходящи са разделно хранене, вегетарианска кухня, средиземноморска и критска диета, диета GI (с нисък гликемичен индекс), японска диета, макробиотика и др.*
- ❖ Течните препарати за пиене приемайте бавно на глътки, а не наведнъж. **Най-добрата схема на прием, доказала се с времето** е следната: 3 седмици се пие, 1 седмица се почива, като лечението може да продължава 6 месеца. При всяко заболяване се посочват начинът и продължителността на лечението.
- ❖ **Лечебната доза** обикновено е 50 мл затоплена запарка или отвара, приема се 30–40 минути преди хранене 3 пъти дневно, или 1 чаена лъжичка спиртен извлек (тинктура), разтворен в 50 мл хладка вода, приема се 10–30–40 минути преди хранене 1–3 пъти дневно.
- ❖ **Лечебната субстанция** в кализията присъства в растението в особено концентриран вид, затова при изготвяне на лекарства за вътрешен прием

*Виж книгите на „Хомо Футурус“, посветени на тези хранения: „Балансирано разделно хранене“, „Вегетарианство и суровоядство“, „Вегетарианска кухня“, „Средиземноморска диета“, „Критска диета“, „Диетата GI“, „Защо японците не дебелеят и имат кадифена кожа“, „Кълновете“, „Макробиотика“ и др. - Бел.ред.

винаги строго съблюдавайте дозировките, съобразявайки се с факта кои части на растението се използват!

Предупреждения

- **Не превишавайте посочените дозировки** в рецептите, изпълнявайте точно указанията при изготвяне и приемане на лекарствата, не експериментирайте.
- **Използвайте само** добре „узрели“ растения – с достатъчно коленца, достигнали до лечебна зрелост – с лилави стъбла и мустачки и листа до 20 см.
- В никакъв случай **не правете компреси** и избягвайте всякакъв пряк контакт на чистия сок от кализия с лигавиците и очите!
- **Най-опасен** е силният биологично активен препарат, приготвен от стъблото на растението. След чувствително подобрение през първата седмица възможно е да настъпи т.нар. **пренасищане на организма** и състоянието на болния да се влоши, особено при заболявания на черния дроб и пролетно-лятна алергия към цъфтящи растения. Възможни са поява на главоболие, виене на свят, отоци в гърлото, увеличаване на щитовидната жлеза, увреждане на гласните струни – падане на гласа, който трудно се възстановява, труднолечими екзема и др.
- При **първите признаци за пренасищане на организма (автоинтоксикация)**, които са резултат от невъзможността му да изхвърли хомотоксичните вещества чрез черния дроб, бъбреците, кожата и други отделителни органи, веднага започнете очистителни процедури, включително и с ентеросорбенти.*

*За целта използвайте популярни методи за прочистване на организма, разгледани в книгите на известната руска лекарка Олга Елисеева: „Класическо природосъобразно прочистване на организма” и „Класическо прочистване на организма всеки ден”, издания на „Хомо Футурус”. - Бел.ред.

- От **основното стъбло на растението** може да се приготвя **само спиртен извлек** (4–5 колена с 0,5 л силна ракия или 70% спирт), който се използва **само за разтривки** при ставни болки и остеохондроза.
- Винаги **започвайте лечението** с по-слаби концентрации на препаратите, както и в по-малки дози, за да проверите дали не сте алергични към растението.
- В никакъв случай не давайте билкови препарати с кализия, а и с други билки на деца под 2 години. След тази възраст винаги се консултирайте с лекар за използването на билки при лечение на деца, поради опасност от алергична реакция!
- Много е важно преди да започнете лечението с кализия добре **да прочистите организма си**. Освен споменатите тук подходящи книги за тази цел, ви препоръчваме и два лесни метода на Владимир Огарков.

Прочистване с отвара от ленено семе

Това средство спомага за по-пълното изхвърляне от организма на химиопрепаратите, радионуклеидите и токсините.

Залейте 12 чаени лъжички ленено семе с 1 литър кипяща вода и го оставете да поври на слаб огън за 10 минути. Охладете до 40 °C и вземайте в топъл вид по 150 милилитра 6 пъти на ден от 12 часа през деня до 12 часа през нощта. Курсът на прочистване с ленено семе продължава 2-3 седмици.

Цикъл от 7-дневно прочистване с клизма от отвара от ленено семе за изхвърляне на хомотоксините

Сложете 1 супена лъжица ленено семе в 1 литър вода, поставете на огъня, докато заври, след това намалете максимално огъня и оставете да поври 20 минути. Охладете течността и прецедете. Направете си клизма с нея и се постарайте да задържите водата в червата колкото е възможно за по-дълго.

За началото на лечението е добре да изберете ден от месеца, когато луната се намира в първата си четвъртина. Вечер преди лягане си направете обикновена клизма. На следващата вечер – клизма с отвара от 1,5 супена лъжица ленено семе и 1,5 литра вода. На третия ден – с отвара от 2 супени лъжици ленено семе и 2 литра вода. На четвъртия ден – почивайте. На петия, шестия и седмия ден си направете клизма с отвара от 2 супени лъжици ленено семе и 2 литра вода.

След това *почивайте 15 дни*. Ако е необходимо, можете да повторите *цикъла на прочистване от 7 дни*. В случай на крайна нужда клизмите се правят в течение на месеци.

При лечението с клизми с ленено семе се препоръчва да преминете на *полусурово вегетарианско хранене* и да включите в менюто си *покълнали семена*.

Лечебните свойства на кализията са безспорни и многократно доказани. Все пак е необходимо да се подчертае, че на света не съществува панацея срещу всички болести и нито едно лечебно средство не може да гарантира пълно излекуване от всяка болест. Поради това към народните рецепти трябва да се подхожда внимателно и предпазливо и лечението може да се предприема само след консултация с лекар. В противен случай може да възникнат странични нежелани ефекти или лечението да не донесе очакваните резултати. Всеки човешки организъм е индивидуален и изисква индивидуален подход – в някои случаи дозата на препаратата може да се определи само от лекар, с оглед на възрастта, телесната маса, общото състояние на болния и другите медикаменти, които той приема, тъй като често пъти те са несъвместими с други лекарствени препарати.

Народните лечители, които са разработили схеми за прием на препарати от кализия, предупреждават, че растението не е универсално лечебно средство. Неговите лекарствени свойства все още се изучават, затова няма гаранция, че приготвените от кализия препарати ще бъдат стопроцентово ефективни при едни или други заболявания. Независимо от това лечението с кализия се практикува доста широко и резултатите от него са наистина силно обнадеждаващи.

КАЛИЗИЯ – КОЕ Е ТОВА РАСТЕНИЕ



Днес все повече нараства интересът към кализията като лечебно растение. Тя е известна в Русия и под много други имена. Наричат я *златен мустак*, *венерина* или *жива коса*, *домашен женишен*. Точното название на растението е *Callisia fragrans*, или ароматна кализия. Любопитно е, че първото описание е направено през 1840 година и първото му име, дадено тогава, е *Spironema fragrans*. Доста по-късно, след почти век, през 1932 година, то е преименувано на *Rectanthera fragrans*. А след десет години, през 1942, американският биолог и изследовател Р.Е.Уудсън дава на растението ново име – *Callisia fragrans*.

Ароматната кализия принадлежи към семейство Комелинови (*Commelinaceae*), което включва около 50 рода и 500 вида растения. Най-известна сред тях е традесканцията. Родина на кализията е Южна Америка.

Кализията е много разпространена като стайно растение вече повече от 100 години. Тя е доста голямо растение, достига до 1–1,5 метра на височина и притежава два вида стъбла. Основното е с изправени месести листа, които приличат на млада царевица. Развитите листа са с дължина 20–30 см и ширина 5–6 см. Освен основното стъбло кализията има и хоризонтални издънки, които приличат на лиана и се състоят от коленца, а в края им се образува китка от листа с форма на розета. При добри грижи растението понякога цъфти. Цветчетата са малки и ароматни, събрани в плътни снопчета в подобни на

метличка съцветия. Мирисът им е приятен, прилича на аромата на зюмбюла.

Кализията се развъжда чрез *резници* – отрязва се горната част на хоризонталните филизи, но така, че да има поне две коленца, поставя се във вода и се изчаква образуването на корени. Това става обикновено след 7–14 дни. Колкото по-силна коренова система се оформи, толкова по-мощно растение ще израсне. След като кореновата система се развие достатъчно, стръкът се засажда в саксия с пръст.

Почвата трябва да е плътна, състояща се от чимова пръст, парников хумус и речен пясък (в съотношение 2:1:0,5). Може да се приготви самостоятелно, като смесят компонентите в посочените пропорции, или да се купи готова смес с подобен състав от цветарски магазин. Ако се приготвя самостоятелно, желателно е почвената смес да се нагрее във фурна или да се попари с вряща вода, за да се предотвратят гъбичните заболявания, които могат да поразят кореновата система на растението. Тъй като кализията достига доста големи размери, препоръчително е да се засади в саксия с подходящ обем. На дъното непременно се слага дренажен слой от малки камъчета, счупени тухли или керамика. Саксията трябва да има отвор на дъното за изтичане на излишната вода.

Родена в Южна Америка, кализията обича *топлината, светлината и влагата*. Тя трябва да се полива редовно, не бива да се допуска пресъхване на почвата. В горещото време през лятото поливането трябва да е всекидневно, докато през есента и зимата то може да се ограничи до 1–2 пъти седмично. Прекаленото овлажняване на почвата обаче трябва да се избягва, тъй като може да доведе до загниване на корените. Трябва да се има предвид и че в пластмасови саксии влагата се задържа по-дълго. Препоръчва се да се използва вода със стайна температура (най-добре дъждовна или от разтопен лед). Количеството ѝ трябва да е достатъчно да навлажни ця-