



Виктория Мерц  
Владислав Познанский

# Лечение с помощью воды



Виктория Мерц

**Лечение с помощью воды**

«Научная книга»

2008

**Мерц В.**

Лечение с помощью воды / В. Мерц — «Научная книга», 2008

ISBN 5-7838-0901-2

В одной известной шуточной песне поется: «...без воды и ни туды и ни сюды...» Задумайтесь, ведь в этой фразе заключен глубокий смысл, потому что вода – это действительно основа жизни. Без воды наше существование просто немыслимо. Вода для нас все: и питье, и еда, и гигиена, и... лекарство. Да-да, с помощью воды можно вылечить массу заболеваний – начиная от нервов и заканчивая опорно-двигательным аппаратом. Причем вода – это самое распространенное, общедоступное и дешевое «лекарственное средство»! Ну а как им правильно пользоваться, вы узнаете, прочитав нашу книгу «Лечение с помощью воды».

ISBN 5-7838-0901-2

© Мерц В., 2008

© Научная книга, 2008

# Содержание

Вступление	5
Глава I	7
Глава II	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# Виктория Мерц, Владислав Познанский

## Лечение с помощью воды

### Вступление

Издавна многие люди спорили между собой, откуда же все-таки произошла жизнь на Земле? Одни утверждали, что инопланетные существа, некогда заселившие зеленый мир голубого шара в поисках наиболее благоприятнейшего для продолжения своей жизни места, открыли эпоху человечества методом скрещивания с другими, себе подобными, видами. Другие настаивали на том, что причиной жизни всего ныне существующего на Земле мира стал Святой дух, наделивший человека разумом.

Но и тот, и другой предполагаемый случай вполне можно оспорить, выдвинув мысль о том, что важнейшим источником жизни является вода. И действительно с этим нельзя не согласиться: вода способствует продолжению жизни каждого отдельно взятого живого существа – будь то насекомое или животное. А если она имеет свойство продлевать жизнь, то не исключено, что в ней эта жизнь и началась.

Сколько раз можно в этом убедиться, наблюдая за тем, как в наполненной водой бочке ни с того ни с сего заводятся головастики. А разве недостаточно для подтверждения этой гипотезы того, что в человеческом организме содержится около 70 % воды – не может же быть, что человек "вышел" из сухой среды?

И все же споры остаются спорами, гипотезы – гипотезами, а вода продолжает дарить всем радость и лечить от всех недугов.

Да-да, самая обыкновенная и встречающаяся в повседневной жизни человека вода, порой, является не только средством утоления жажды, но и своеобразным лекарственным препаратом.

Без воды невозможно было бы приготовить травяные настои или необходимую для работы организма пищу, произвести обезболивающие медицинские растворы, соблюдать правила гигиены, что является далеко не последним делом в поддержании здорового образа жизни любого живого существа.

Источником огромного количества различных болезней является загрязнение кожного покрова, и лучшим средством очистки от содержащихся на нем вредных веществ и микроскопических элементов является вода.

Содержащееся в любом организме количество воды регулирует внутри него правильный обмен веществ и поддерживает его нормальное состояние. Употребление горячей пищи на водной основе положительно отражается на работе желудочно-кишечного тракта.

Изобретательные японцы, во многом отличающиеся от других людей своей бурной фантазией, используют несколько необычный метод лечения остеохондроза и радикулита при помощи воды: огромная, поставленная на определенную высоту емкость заполняется холодной ключевой водой, после чего из заранее проделанного в ее дне отверстия вынимается пыж, и тонкая прозрачная струйка стремительно начинает бурить в земле ямку.

После того как небольшое количество воды стечет, больной подставляет спину под эту струю, чтобы она сначала падала в район позвоночника, а затем постепенно "подбиралась" от шеи к копчику. Потом эту операцию проводят в обратном порядке. После прохождения нескольких сеансов "водного массажа" радикулит отступает, ломота в суставах и костях снижается, а больной чувствует себя заново родившимся.

О целебных свойствах минеральной воды известно буквально всем. Употребление содержащихся в ее составе химических компонентов очень полезно людям, страдающим болезнями

желудка, почек, печени, двенадцатиперстной кишки. К тому же "минералка" хорошо помогает любителям "горячительных" напитков избавиться от похмельного синдрома.

Применяя гейзерные ванны, люди излечиваются от серьезных болезней и тем самым дают возможность своему организму отдохнуть по-настоящему. Такого рода водные процедуры помогают многим избавиться от лишнего веса.

Морская соленая вода – всегда благоприятный климат для человеческого организма. Она обладает свойством уничтожать определенного вида бактерии и нейтрализовать множество болезней. Свежайший морской воздух способствует очищению организма от шлаков и скапливающихся в нем со временем вредных веществ.

Замерзшая вода (лед) при правильном ее применении – прекрасное средство от головной или зубной боли, а также и от жара. Кроме того, при переломах костей, ушибах или растяжениях лед будет незаменимым помощником: резко снижая внешнюю температуру кожного покрова, он способствует сужению кровеносных сосудов и тем самым сокращает приток крови к поврежденному месту, предотвращая появление отеков и синяков, а также снижая болевые ощущения.

При выведении шлаков из организма с помощью голодания вода является основной и единственной в это время пищей для человека. Именно она "собирает" по организму вредные вещества и "выносит" их вместе с собой наружу естественным путем.

Иногда неочищенная или плохо отфильтрованная вода способствует расстройству кишечника человеческого организма, но это порой очень даже помогает тем людям, у которых по причине неправильного принятия пищи произошло образование запоров.

Ко всему сказанному, конечно, можно было бы добавить бесчисленное множество дополнительных примеров, доказывающих о действительных целебных свойствах воды, но было бы лучше, если бы читатель этой книги убедился в этом сам.

## Глава I

### Вода – бесценный дар

Вода окружает нас везде. Без воды не было бы жизни на земле. Если внимательно осмотреться вокруг, мы увидим, что вода сопровождает нас всюду. Она используется нами в чистом виде, содержится в овощах, фруктах, молоке, все напитки основаны на воде, даже человек на 65–70 % состоит из воды. Вода наряду с белками, жирами, углеводами, солями и нуклеиновыми кислотами входит в состав любой живой клетки, почти все химические реакции в живой клетке происходят в водных растворах. В пищевой, химической промышленности, в производстве лекарств большинство процессов протекает в водной среде. Вода поддерживает естественную влажность планеты и, как проводник тепла, и естественную температуру, характерную для того или иного климатического пояса.

Ученые-геофизики вычислили, что без воды земля совершенно остыла бы.

Изучением водных объектов занимаются многие науки. Океанология занимается изучением вод Мирового океана. Гидрология изучает поверхностные воды суши. Гляциология исследует льды, находящиеся на поверхности земли. Гидрохимия изучает химический состав поверхностных вод. Предметом наблюдения метеорологии являются воды, содержащиеся в атмосфере. Гидрогеология занимается исследованием подземных вод. Геокриология изучает воды в твердом состоянии в недрах земли.

Воду непосредственно как вещество изучает наука химия. Вода включает в себя всего два элемента: водород (H) и кислород (O), химики называют воду "аш два о". С одной стороны, это очень простое вещество, но, с другой стороны, очень интересное и противоречивое. Академик И.В. Петрянов назвал воду "самым необыкновенным веществом в мире". Без этого вещества невозможна жизнь ни одного живого существа: ни растения, ни животного, ни человека.

Живому организму, который долго не употреблял воду или получал ее в недостаточных количествах, грозит обезвоживание. Если без еды человек может прожить несколько недель, то без воды не может обойтись больше трех дней. Занимаясь лечебным голоданием, человек может не употреблять пищу больше месяца, но при этом обязательно должен поддерживать себя водой, это говорит о том, что в воде содержится достаточно питательных веществ, поддерживающих жизнедеятельность человека. Простая вода обладает целительными свойствами, водой лечат многие заболевания.

Вода – это еще и источник чистоты. Водой мы моемся, стираем, она – неизменный наш помощник в любой уборке. Вода освежает, охлаждает нас в жару, улучшает наше самочувствие; в то же время вода и согревает: в мороз нас спасает теплый душ и горячий чай.

Каждый человек расходует в сутки примерно 150 л воды. Мы настолько уже привыкли пользоваться водой, что даже не задумываемся над тем, какой это бесценный дар.

Поверхность земного шара примерно на 3/4 покрыта водой. Много это или мало? С одной стороны, много, а с другой стороны, большая часть водного запаса находится в твердом состоянии – в виде льда и снега.

В настоящее время увеличивается потребность в пресной воде. Запасы пресной воды с каждым годом уменьшаются, и перед специалистами встает много проблем, решив которые, им, может быть, удастся увеличить водные запасы (для этого предлагается вырабатывать пресную воду из морской и океанской, транспортировать айсберги из Арктики и Антарктики и т. п.). Сейчас уже научились опреснять океанскую и морскую воду, которую можно использовать как питьевую.

Россия очень богата запасами пресной воды. Например, озеро Байкал содержит в себе приблизительно 20 % пресной воды мирового океана. По России протекает много крупных рек (Волга, Енисей, Лена, Ока, Ангара и др.).

Мировой водный бассейн состоит из океанов, морей, рек, озер, болот, ручейков и т. п. Вода является местообитанием и жилищем многих живых существ. Без воды их жизнь невозможна. Существуют организмы, которые не способны самостоятельно передвигаться и которые перемещаются только с помощью течений. Это различные водоросли, бактерии, веслоногие и ветвистоногие рачки, коловратки, инфузории, радиолярии, крылоногие моллюски, медузы, фораминиферы, личинки, яйца и др., они получили название планктона. Те обитатели, которые способны к активному самостоятельному передвижению, получили название nekтона, к ним относятся рыбы, кальмары, водные змеи, черепахи, киты, ластоногие, пингвины. Бентос составляют живые организмы, обитающие на самой глубине, на грунте и в самом грунте, это различные водоросли, бактерии, крабы, морские звезды, скаты, камбалы, разные моллюски, ланцетники.

В пресной и соленой воде обитают разные организмы. Обитатели пресных водоемов не могут жить в соленой воде, а для океанских и морских жителей не годится пресная вода. Дело в том, что пресная и соленая вода имеет разный химический состав и разные питательные вещества, поэтому организмы, адаптировавшиеся в соленой воде, попав в пресную, могут погибнуть, и наоборот. Океанская и морская вода различается по степени содержания в ней соли. Пресная вода бывает жесткой и мягкой. Это также влияет на обитателей и их адаптацию к той или иной среде. Например, и в озере, и в реке вода пресная, но их населяют разные организмы.

Из-за того, что многие водные объекты загрязнены, обитатели их гибнут.

Водные ресурсы земного шара богаты, но неисчерпаемы, однако они, в отличие от некоторых других природных ресурсов, обладают свойством естественного самовозобновления. Реки с впадающими в них мелкими речками и ручейками, снабжают растительный и животный мир влагой и растворенными в ней минеральными веществами, вымывают и уносят продукты их распада и образовавшиеся вредные минеральные соединения в озера, моря и океаны, где эти вредные вещества перерабатываются и обезвреживаются мириадами океанских, морских и озерных обитателей, далее вода в виде испарений поднимается в атмосферу, собирается в облака и тучи и снова, уже очищенная, возвращается в реки.

При засухе, когда не хватает влаги, гибнут растения и животные, человек остается без урожая. Чтобы предотвратить это, в засушливых районах и в местах, находящихся далеко от водоемов, устанавливаются специальные оросительные сооружения, снабжающие почву и растения живительной влагой.

К сожалению, за последнее время в связи с развитием различных сфер промышленности увеличилось количество выбросов в реки и озера; создание гидроэлектростанций и водохранилищ нарушило течение рек и их естественную самоочистку. Сейчас человек больше загрязняет водные ресурсы, чем очищает. Вредные химические элементы, ядохимикаты и минеральные удобрения проникают и в подземные воды. Их высокое содержание находят уже и в водоносных горизонтах, которые расположены более чем на 50 метров вглубь земли, а ведь подземные воды – это самые чистые воды, так как в их образовании ведущую роль играет инфильтрация. Грунт, насыщенный этими ядами, уже не способен фильтровать подземную воду. В настоящее время этот вопрос встал наиболее остро. В связи с этим специалистам и экспертам необходимо усилить контроль за выбросами, на предприятиях устанавливать специальные фильтры и системы по обезвреживанию химических выбросов, а также разработать новые проекты по очистке питьевой воды и непосредственно самих рек и озер. Гидрогеологи продолжают открывать новые крупные водоносные горизонты, которых еще не коснулись ядохимикаты.

Современный человек должен понимать, что экологическая ситуация в настоящее время требует просвещения в сфере научного природопользования. Человек должен осознать, какую



роль в природе играет его деятельность и как правильно ее направить, чтобы не навредить природе, а наоборот, помочь ей.

Основы экологического и природоохранного знания должны быть включены не только в специальное образование, но и в общее. Такое образование даст знания о законах рационального природопользования и поможет правильно ориентироваться в окружающем нас мире природы. Важно воспитывать в человеке любовь к природе с детских лет, это должны делать родители, воспитатели, учителя. Но любовь к природе не избавляет нас от ответственности перед ней, любовь к природе должна сочетаться с экологическими знаниями, которые помогут человеку на протяжении всей жизни правильно использовать природные ресурсы и не навредить природе, которую он так любит.

Итак, мы видим, что вода – это действительно бесценный дар. Это и живительная влага, и питательное вещество, и среда обитания многих живых организмов. Сейчас главная задача для нас – не навредить природе, а помочь ей, для этого мы должны правильно воспитывать своих детей, показывая им достойный пример.

## Глава II

### Живительный источник

Простейший способ "добывания" воды доступен, как все гениальное. Надо взять и повернуть ручку водопроводного крана. А оттуда и горячая, и холодная, и пиво... Ну про пиво все пока мечты, а вода из крана для здоровья вредна, это даже дети знают. Хлорки много, да и других примесей хватает. Лучшим способом очистки является установка фильтра. Жидкость проходит сквозь дренажную мини-систему, избавляясь от ненужных добавок, и становится вполне пригодной к употреблению. Качество фильтра зависит от качества воды, прошедшей обработку. В хороших очистителях жидкость избавляется от примесей более чем на 95 %. Создатели фильтров, словно бы подтверждая возможности своего детища, нередко сравнивают их в названиях с естественными носителями чистой воды. "Источник", "Родник", "Роса"... Перечень можно продолжить.

И подобная связь не случайна – родниковая вода считается эталоном чистоты. И дело здесь в том, что эта влага, прежде чем выйти на поверхность, проходит сквозь самый лучший фильтр – земную кору. Вода, попадая в почву, подвергается серьезной обработке. Все примеси оседают в сложной системе коры, и когда вода оказывается в подземном водоеме, вредных для здоровья добавок в ней практически не остается.

Способы очищения, превращения соленой воды в пресную очень разнообразны и интересны, поскольку мы становимся свидетелями, а порой даже и участниками "оживления" воды. Из продукта, использование которого для внутреннего применения возможным не представляется, мы получаем живительный источник человеческой энергии, потенциал которого расходует и в виде обычных напитков для утоления жажды, и в качестве незаменимого лекарства.

Огромные запасы чистой пресной воды расположены во льдах Арктики и Антарктики. Кроме предельной удаленности, их использование затруднено важностью сохранения общего уровня воды на территории нашей планеты. Подъем уровня Мирового океана наблюдается уже сейчас, и на протяжении последних 100 лет приrost в среднем за год происходит около одного сантиметра за год. А если лед обоих полюсов будет подвергнут разрушению, то уровень воды может совершить резкий скачок величиной в несколько метров.

Зато айсберги – источник вполне реальный. Эксперименты с получением из них пресной воды уже имели место. Американские ученые таким образом пытались найти дополнительный выход из создавшегося пресноводного кризиса. Айсберг пригонялся на буксире к берегам континента, затем раскалывался на кусочки и доставлялся на берег. Там он растапливался и получалась питьевая вода очень высокого качества. А чтобы избежать таяния айсберга по дороге, он обвязывался специальным покрытием. Из одной такой ледяной громады люди в состоянии добыть сотни миллионов тонн воды.

Самые большие айсберги, которые доводилось встречать людям, достигали огромных размеров. Это целые ледяные массивы высотой до 450 метров. Длина доходила до 120, а ширина до 75 километров. При этом большая их часть находится под водой. Впечатляет?

Существовать айсберги могут до трех лет, проплывая при этом более четырех тысяч километров. В 1934 году остатки айсберга наблюдались возле берегов американского штата Флорида, а в семнадцатом веке неподалеку от крепости Бель-Иль (север Франции) подобная ледяная глыба сумела прожить целый год.

В течение одного года у берегов острова Гренландия рождается от 10 до 15 тысяч айсбергов. На побережье Антарктиды их образуется намного больше.

Айсберги – это не только захватывающее по своей неповторимой красоте явление, не имеющее в природе аналогов, но и источник редкой по качеству питьевой воды. Но эксплу-

атация этих ресурсов – дело государственных масштабов, а нас намного больше интересует обычный человек, вряд ли имеющий возможность перегнать к своему дому хотя бы самый маленький айсберг с целью испить водицы почище. При необходимости он тоже может воспользоваться практикой очищения живительной влаги с помощью льда.

Представим, что вы отдыхаете где-нибудь на турбазе или на даче. Лето, солнце, все замечательно, но вот вода только очень ржавая и мутная. Что делать? А вот что. Нужно набрать в емкость этой самой грязной жидкости, поставить в холодильник. Когда образуется лед, в центре него будет находиться мутный сгусток. Лед необходимо растопить, а сгусток выбросить.

Но если в вашем распоряжении холодильника не будет, тогда вы можете воспользоваться другим способом. Все, что нужно, – это две пластиковые бутылки из-под напитков, марля и обыкновенный песок. Возьмите ножницы или нож (тут уж что под рукой окажется), срежьте у первой бутылки дно, а у второй – верх. У первого из получившихся сосудов закройте изнутри марлей отверстие для пробки, насыпьте туда песка. Затем вставьте первую бутылку острым концом во вторую. Можно смело заливать в полученное устройство воду, которая, проходя через песок, избавляется от ржавчины и грязи. Меняйте песок почаще – и в вашем распоряжении окажется прекрасное очистительное устройство – простейший водный фильтр.

Но вернемся ко льду и снегу как к главным твердым источникам живительной влаги и здоровья человека.

Воздействие низких температур на живой организм не однозначно. В проводимых учеными исследованиях замораживались гусеницы кукурузного мотылька. Температура опускалась до минус 267 градусов Цельсия. После размораживания гусеницы не только оживали, но и производили потомство.

А вот ткани человеческого тела при отмораживании повреждаются. В ходе наблюдений выяснилось, что при замораживании образуются мелкие кристаллы, а при отогревании происходит перекристаллизация с образованием крупнокристаллического льда. К тому же из них начинают выделяться пузырьки газа. В связи с этими процессами живым тканям наносится вред.

Зато воздействие талой воды на организм весьма положительно. Так, А.Ф. Сысоев и А.А. Андриященко описали результаты опытов над самцами крыс, которые в силу своего почтенного возраста оказались неспособными к деторождению (подвержены импотенции). После трех-четырёхкратного охлаждения талой водой животные снова стали давать потомство. Их волосяной покров обновился, возросла подвижность.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.