

# ПРОВЕРЬ

## ЧЕТВЕРОНОГОЕ ЛЕКАРСТВО

Люди давно заметили, что, если кошка ложится на больное место, боль проходит. Кошачье мурлыканье успокаивает, а ласка зверька снимает нервное напряжение. Ученые смогли найти объяснение этим фактам — все дело в биорезонансе. Когда-то дикая кошка впервые подошла к жилищу человека, привлеченная вкусными запахами, теплом огня и обилием мелких грызунов, да так и осталась рядом с ним.



# МОЙ ПУЛЬС, ВАСЬКА

Человека всегда привлекали в кошке не только незаурядные охотничьи способности, красота и грация движений, но и ее удивительная особенность находиться рядом и в то же время быть самой по себе, рассеивая повсюду флюиды умиротворения и спокойствия. Люди давно обратили внимание на выдающиеся способности этих животных к врачеванию, может быть, поэтому сегодня почти в каждой городской квартире живет пушистое милое создание — кошка.

Когда человек гладит кошку, держит ее на коленях, играет с ней — у него нормализуется пульс, снижается повышенное артериальное давление, снимаются спазмы сосудов сердца, уходит боль.

Существует так называемый эффект биорезонанса, когда биологические объекты, то есть живые существа, включаясь в единый поток энергии, образуют что-то вроде единой биоэнергетической системы.

Кошки — природные биорезонаторы. Даже просто находясь в жилище, они создают особую атмосферу покоя. Общаясь

с кошкой, возбужденные дети становятся уравновешеннее, а нытики — активнее и веселее.

Как настоящие экстрасенсы, кошки очень тонко чувствуют состояние тревоги, агрессии, тоски у хозяина и сами запрыгивают на колени или ложатся на грудь, заводя свое мурлыканье. И это не просто кошачья песенка, это особая вибрация, которую можно и почувствовать, и услышать.

Постепенно дыхание человека вступает в резонанс с кошачьими вибрациями и выравнивается. Вслед за этим восстанавливается пульс, расслабляются мышцы, и минут через 10 человек ощущает комфорт во всем теле. Когда состояние человека придет в норму, кошка уйдет сама. Удерживать ее силой бесполезно.

Нередко проблемы со здоровьем в той или иной степени есть у всех членов семьи. В таком случае кошка выбирает самого по ее представлениям больного (как правило, это ребенок) и в первую очередь начинает его лечение.

Поток энергии человека составляет его

ауру. Прибор, основанный на эффекте Кирмана, позволяет сделать ауру видимой. У здорового человека она представляет собой кокон, у больного — появляются разрывы ауры, дыры, изменение цвета. Так вот, по наблюдениям ученых, после длительного общения с кошкой у человека выравниваются контуры ауры, меняется цвет.

Но не все кошки врачуют одинаково хорошо. У многих элитных клубных кошечек утрачена способность лечить человека. Ведь выведение породы с определенными экстерьерными качествами очень часто влечет потерю других, очень ценных. Среди кошек персидской породы очень редко встречаются хорошие "лекари", гораздо больше их среди обычных животных. Стерилизованное животное, каким бы умным оно ни оставалось, уже не сможет лечить так, как это делают животные с ненарушенными природными свойствами.

По материалам популярных медицинских изданий.

## ЧТОБЫ НЕ БЕЖАТЬ В АПТЕКУ

Какими продуктами  
можно заменить  
лекарства, если у вас...

### НЕЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ

**Хрен.** Заешьте любимое блюдо хреном, он подавляет микробы, а значит, кариесу будет не так просто одолеть ваши зубы.

**Твердый сыр.** Он не дает бактериям вырабатывать кислоту, разрушающую зубы. А кальций и фосфор, которыми богаты твердые сыры, укрепляют зубную эмаль.

**Зеленый чай.** В нем есть фтор, поэтому зеленый чай способствует укреплению зубной эмали. Но не переусердствуйте — не более трех чашек — иначе на зубах могут появиться белые точки.

### ПРОБЛЕМЫ С ЖЕЛУДКОМ И КИШЕЧНИКОМ

**Овес.** Овсяные отвары (овсяные хлопья разного помола продаются в продуктовых магазинах, а иногда в аптеках) нормализуют работу кишечника, поэтому полезны при запорах и поносах. Их назначают при обострении язвенной болезни желудка, при гастритах.

**Йогурт.** Молочные бактерии улучшают пищеварение и нормализуют кишечную флору.

### БОЛЬНОЕ СЕРДЦЕ

**Бобовые.** Ешьте фасоль, горох, чечевицу — они выводят из организма холестерин, избыток которого приводит к инфарктам.

**Свекла.** Она богата минеральными веществами, которые борются с сердечно-сосудистыми заболеваниями и полезны при гипертонической болезни. Свеклу лучше есть в сыром виде или пить ее сок. А если готовить, то лучше в духовке. В кастрюле с водой погибают некоторые полезные вещества.

**Чеснок.** Вещество аллицин, содержащееся в чесноке, улучшает капиллярное кровообращение и предохраняет нас от инсульта.

**Темный шоколад.** Чем темнее шоколад, тем больше в нем вещества, которое предохраняет сосуды от атеросклероза. Немного темного шоколада принесет только пользу.

# АХ ТЫ ДУШЕЧКА, МОЯ ПОДУШЕЧКА

Что объединяет американского президента Джона Кеннеди, британского премьер-министра Уинстона Черчилля, испанского художника Сальвадора Дали?

Все эти известные люди любили поспать днем. Хорошо это или плохо?

Ученые из техасского университета утверждают: кто сделает днем перерыв в работе и поспит немного, тот, пробудившись, становится работоспособней, энергичней и — на перспективу — живет дольше.

Известно, что несколько лет назад активисты немецких профсоюзов потребовали от руководителей предприятий ввести на производстве 20-минутный дневной сон и обеспечить всех спальными принадлежностями. Основания своего требования сформулировали так: после короткого дневного сна у людей повышается производительность труда. Ничего, правда, из этой затеи не вышло: во-первых, где организовать эти постельные места, а во-вторых, мало кто имел желание засыпать в середине рабочего дня и на столь короткое время.

Тем не менее, дневной сон — это не новшество. Известно, что в России полуденный отдых был весьма популярен. В южных странах давно существует "сиеста" — время для дневного отдыха. В Испании, Италии, некоторых южноамериканских странах в самое жаркое время дня рабочие и служащие обычно спят и весьма продолжительное время.

Ученые из мюнхенского института обнародовали результаты своего продолжительного исследования: 30—90 минут дневного сна — поистине благодать для тела, души и духа. К 13 часам, утверждают ученые, жизненная энергия человека сходит на нет. Это закономерно. Человек нуждается в двух фазах сна: долгой — ночью, короткой — днем (и не только в детские годы).

Известный британский исследователь сна профессор Джеймс Хорп подтверждает: "Наши внутренние часы требуют в течение суток двукратного сна. 20 минут днем было бы идеально!"

Но даже если двукратный сон разумен, то он часто неосуществим. Во-первых, не все предрасположены к дневному сну. Многие долго засыпают и не чувствуют потом себя посвежевшими и энергичными. Другие так крепко засыпают, что к началу работы во второй половине дня могут и не проснуться. А некоторые после

дневного сна не в состоянии хорошо заснуть ночью.

Австрийские медики предлагают компромисс. Пусть днем спят те, кто быстро "отключается" и бодро чувствует себя после дневного сна. А те, кто делать этого не умеет или не хочет, должны найти другой способ восстановления сил. Например, легкие или даже интенсивные физические упражнения. Можно погулять в ближайшем скверике или что-нибудь почитать. А можно чуть-чуть позавидовать тем, кто после короткого сна примется за работу с новой энергией. Ведь природой заложено отдыхать всему живому тогда, когда приходит пора поддержать свои истраченные силы, то есть не только ночью.

По материалам зарубежной печати.

## ТИХИЙ ЧАС



РЕЦЕПТ ИЗ КОНВЕРТА

## АВИТАМИНОЗ

Весной я спасаюсь от авитаминоза с помощью такого снадобья. Надо растолочь полкилограмма клюквы, 100 граммов чеснока и поставить эту смесь в темное прохладное место на 12 часов. Потом добавить 250 граммов любого меда и еще раз хорошо перемешать. Принимать по 1 столовой ложке до еды 2 раза в день. Хранить смесь в холодильнике. Это средство хорошо и для сосудов, исчезает головокружение, шум в голове.

Орловский р-н.

Г. ЧЕРЕМУШКИНА.

Полосу подготовила Ирина ПОЧИТАЛИНА.