

## **Качества благости и страсти у продуктов.**

### **Абрикос.**

85% благости. Он увеличивает гормональные функции, привлекательность у женщин. Абрикос связан с силой Солнца достаточно сильно, поэтому дает оптимизм. Раздражение и напряжение - 15% таких качеств характера. Если у вас слабый кишечник, абрикосы лучше не есть. Он очень хорошо укрепляет костную систему, улучшает зрение, тонизирует выход желчи из организма. Улучшается также слух и обоняние.

### **Ананас.**

Ананас дает оптимизм, улучшает быстроту и четкость мышления. Если он вам не подходит, то вы почувствуете во рту неприятные покалывания - это значит, есть его не надо. Он вам сделает неприятности в организме. Укрепляет костную ткань, активизирует зрение и слух. Активизирует и улучшает вкусовые рецепторы.

### **Апельсин.**

У него благости 60% и страсти 40%. Он имеет в себе силу Солнца и дает радость и психическую стойкость. Однако же едкость характера, напряжение, раздражение тоже усиливаются достаточно сильно, поэтому это не тот фрукт, который надо постоянно кушать. Иногда можно поест. Он активизирует сосудистую систему всего организма, снимает спазмы.

### **Арбуз, дыня.**

Арбуз. Имеет благости 70% и 30% страсти. Увеличивает твердость характера, жизнерадостность. В целом он дает организму в основном только прану - жизненную энергию, поэтому его нужно есть, когда чувствуете слабость. Если вы чувствуете, что сильно мерзнете, постоянно ломит суставы, позвоночник, очень поверхностный сон, тогда вам не нужно есть арбуз и дыню. Эти продукты вам сделают еще хуже.

### **Черноплодная рябина.**

Она дает спокойствие и доброту характера. 70% благости, 30% страсти. Напряженность, сухость характера увеличивается. Самое лучшее действие - она одновременно улучшает мозговое кровообращение и снижает давление. Это очень редкий случай, когда так бывает. То есть у кого нарушение мозгового кровообращения плюс гипертония, то черноплодная рябина самая лучшая пища, лучше всего использовать. Также лечит позвоночник, противовоспалительное действие на позвоночник, на суставы, на мелкие сосуды всего организма.

### **Гранат.**

75% благости и 25% страсти. Очень сильно связан с Солнцем, поэтому оптимизм увеличивает больше всего. Если у вас депрессия, по утрам гранаты надо есть, будет оптимизм. Оптимизм связан с функциями крови, поэтому гранат лечит также кроветворные органы, увеличивает выработку клеток крови, красных кровяных телец. Он активизирует слух, зрение, действует противовоспалительно на легкие, желудок и прямую кишку.

### **Гречневая крупа.**

60% благости, 40% страсти. Это уникальная крупа, потому что это не зерно, поэтому ее можно есть вечером и утром, в отличие от остальных зерновых продуктов. Она также имеет качество спокойствия. Это очень важно, потому что она успокаивает психически. В основном люди все суетятся, бегают, куда-то надо спешить, гречка

успокаивает их. Она стабилизирует деятельность бронхов, легких, щитовидной железы, кожные покровы, активизирует почки. Увеличивает активность мелких сосудов.

### ***Грецкий орех.***

Он очень полезен для здоровья. Он имеет 5% благости, 45% страсти. Грецкий орех можно есть как утром, так и вечером, он ничего плохого не делает организму. Он дает крепость, силу, спокойствие и уравновешенность. Таким образом улучшает функции ума, так как уравнивает психику. Сухость - это самый главный недостаток, если у вас сухость кожи, сухость характера - означает безэмоциональность. Значит он может не подходить вам. Он в основном действует на правое полушарие, поэтому он хорошо может лечить печень, воспалительные процессы печени. Вот пневмонию лечить очень хорошо - есть грецкие орехи. Грецкие орехи, гранаты - легочная ткань будет укрепляться.

### ***Имбирь.***

Согласно Аюрведе, эта специя всегда полезна, но так как, в основном, Аюрведа применяется для Индии, то здесь немножко другой климат, и имбирь можно есть только весной, летом и осенью. Всем, у кого влажность в организме повышенная и очень жарко, имбирь показан. Кто мерзнет постоянно, и сухость - наоборот имбирь нельзя есть зимой. Летом можно. У него 45% благости, 55% страсти.

Самая большая неприятность у него - увеличивает сухость, напряжение. Зато он дает активность, стойкость, выносливость, спокойствие, энергичность. Эта специя хорошо активизирует иммунитет. Она лечит кожные болезни у тех, у кого не сильно сухая кожа. Она улучшает пищеварение в летнее время, а зимой может наоборот испортить. И зимой, если у вас есть бронхит, то имбирем, как советует Аюрведа, лечиться нельзя в этом климате. Летом, если у вас бронхит - лечите, будет хороший результат.

### ***Кабачок.***

Кабачок - это один из самых лучших овощей. Если человек очень ослаблен, надо делать такую диету: овсяная каша только, кабачки и огурцы. Причем и кабачки, и огурцы надо тушить. Кабачки, патиссоны, огурцы. Если сильная инфекция, то есть весь организм поражен стафилококком. И просто такой диетой можно вылечить человека, у него пройдет эта болезнь. Если другие какие-то виды инфекции, то кабачок все равно никогда не вредит. Это такой овощ, который очень полезен, укрепляет организм, когда организм сильно ослаблен. Он дает спокойствие, стойкость. Также у него сила честности выражена в его характере, поэтому он хорошо лечит печень. Печень страдает от лживости. Кроме этого он лечит желудок, кожные покровы, позвоночник, костные ткани. Кишечник хорошо стабилизирует.

### ***Кешью орех.***

Он обладает огромной силой согреть организм. И он лечит суставы и позвоночник. Главное, чтобы он не был соленым. И по одной орешинке привязывайте на все четыре конечности, и будут лечиться суставы и позвоночник. Очень сильный эффект лечебный. Можно трое суток носить одну орешинку. Он обладает качествами: спокойствие, доброта. Крепость увеличивает. 70% благости. Страстное качество характера - несколько затормаживает психику. Он улучшает периферическое кровообращение. Увеличивает силу мышечной ткани, в том числе и сердца. Противовоспалительное действие на суставы и позвоночник оказывает. Увеличивает функции щитовидной железы, гипофиза и надпочечников.

### ***Кокосовый орех.***

Самое главное его качество - он увеличивает силу Луны. Это означает увеличение активности ума, работоспособности. Единственный недостаток заключается в том, что его нельзя использовать в пищу в больших количествах зимой. Он сильно охлаждает организм. Он может нарушить пищеварение. Поэтому самое главное его качество характера - стойкость, сила, активность. 60% благости - несет расслабление мышечной системе и снижение тонуса сосудов. Хорошо лечит позвоночник, суставы и желудок.

### ***Корица.***

Эта специя очень полезна для здоровья, потому что она укрепляет Марс и такие органы, как желудок, бронхи, печень. Половые органы, позвоночник, суставы будут иметь силу, она дает им силу. Корицу можно добавлять во все блюда в маленьких количествах, она имеет сладкий вкус. Можно ее есть как утром, так в обед. Но вечером не желательно ее использовать в пищу, потому что она перевозбуждает организм. Она полностью заменяет кофе, но не дает тех же самых результатов, что и кофе, то есть она не перевозбуждает организм.

Корица увеличивает сильно активность и обладает антидепрессивным действием. Также очень сильно увеличивает иммунитет.

### ***Кукурузная крупа.***

Если вы хотите сильно поправиться, то ее надо есть вечером перед сном - разнесет так, что мало не покажется. Она очень сильно усваивается и превращается в жир по вечерам, потому что сила Луны в ней очень сильна. Кукурузная крупа очень хорошо влияет на щитовидную железу - оно нормализует ее функции. Повышенные снижает, сниженные повышает. Очень хорошо влияет на желудок, улучшает кислотность - пониженную повышает, повышенную снижает. И она успокаивает бронхи, трахею и очень хорошо влияет на обмен веществ, потому что все гормональные функции улучшает. Очень показано женщинам и детям есть кукурузную крупу. Поэтому надо ее использовать в пищу. Ее надо готовить с молоком, и тогда она приобретает свою силу.

### ***Крыжовник.***

У него всего 5-10% страсти, напряжения. В основном благостные качества характера. Увеличивает жизнерадостность, оптимизм. Активизирует нервную систему, все органы чувств - слух, зрение и так далее, легкие активизирует, мочеточники. Лимфатическую систему крыжовник лечит очень хорошо.

### ***Лимон.***

Лимон имеет 45% благости, и 55% страсти. Лимон дает возможность летом увеличивать пищеварение и охлаждать организм. Если очень жарко, то самое лучшее - берете стакан воды, четверть лимона выжимаете, добавляете туда немножко соли. Очень сильное охлаждающее действие у такой смеси. Если то же самое сделать, натереть человека снаружи вот этой жидкостью, тоже температуру можно снять очень быстро. Зимой же лимон не надо есть совсем, потому что он увеличивает охлаждение организма, и приводит к большим проблемам - суставы, позвоночник начинают страдать. Если у вас гипертония, жарко постоянно - можете есть и зимой. Он увеличивает мозговое кровообращение, проницаемость сосудов, увеличивает диурез - выделение мочи. Снижает температуру тела и снижает напряжение нервной системы. Поэтому если, допустим, у вас очень сильная температура, можно натереть тело. Будет снижение температуры.

### ***Мандарин.***

60% благости, 40% страсти. Если апельсин влияет на правое полушарие, то мандарин на левое. Поэтому мандарины для женщин, апельсины для мужчин полезны. Мандарин дает нежность характера, привлекательность увеличивает. Он улучшает кровообращение сосудов, активизирует кишечник. И он очень хорошо лечит воспалительные процессы в глазах и ушах. Просто корки мандарина привязываете на руки, на ноги, и воспаление прекращается.

### ***Морковь.***

Все овощи, которые растут под землей, больше преобладание имеют невежественных качеств характера, корни. Все овощи, которые лежат на земле - смесь благости и страсти. И овощи, которые растут над землей, они больше имеют благостных качеств характера, за исключением помидора. Однако, морковь - тоже исключение. Она имеет сладкий вкус, и свекла. То есть они имеют много благости. морковь имеет 75% благости, 25% страсти. И морковь дает человеку стойкость и оптимизм. Отсюда она лечит кровь и лечит все органы по прямой линии, по центру. Желудок, трахею, бронхи, толстый кишечник, позвоночник, уретру. перевозбуждение психики от нее может возникнуть - единственный недостаток.

### ***Мускатный орех.***

Он обладает многими положительными качествами, что даже трудно все это описать. Самое главное - он активизирует кровообращение, улучшает иммунитет, предотвращает развитие злокачественных опухолей, обладает антиатеросклеротическим действием, лечит суставы, позвоночник, почки.

Мускатный орех, он может рассосать этот камень там постепенно. Он будет стоять месяца два, повязки эти делать - может камень рассосаться даже. Можно туда аирчку добавить еще, аир тоже рассасывающей силой обладает. Надо перестать лопать вечером зерновые продукты - это является основной причиной образования камней. Точно так же, как кристаллы, допустим, выращивают при определенных условиях, так камни в нашем организме. Самое главное условие - это зерновая пища после 4 часов дня. Хлебушек, еще что-то, кашка. Все, камешки начинают расти, особенно фосфатные.

Мускатный орех очень хорошо добавлять вечером в молоко, перед сном. Он расслабляет, успокаивает психику. Это удивительный продукт, он всем практически подходит, и гипертоникам, и гипотоникам. Он также увеличивает пищеварение.

### ***Рожь.***

Твердость характера и спокойствие - главные качества характера. 50% благости, 45% страсти. Сухость характера и жесткость - в этом недостатки. Рожь - одно из самых лучших средств для укрепления иммунитета. Также следует знать, что рожь лечит поясничный отдел позвоночника. Если у вас болевой позвоночник, можно сделать повязки из ржи, и поясница будет вылечиваться. Причем эффект наступает сразу, через пять минут уже боль пройдет. Или, если она сильная, то она притупится. Она улучшает функции костной ткани, снимает воспалительные процессы в почках, на коже - может кожу лечить, очень сильно лечит легкие, пневмонию. Лимфатическую систему тоже очень хорошо лечит. Это зерновой продукт, который сильно улучшает способность к сокращению мышечной ткани, поэтому рожь следует есть всем тем, кто физически трудится. Для физического труда рожь полезна, в обед, с 11 до 14. Если человек с утра ест рожь, то у него израсходуется психическая энергия, наоборот слабость увеличивается тогда в организме. А на ночь сильно увеличивается напряжение и невозможно заснуть.

### ***Персик.***

Персик дает привлекательность, действует на левое полушарие - больше для женщин подходит. Счастье, радость, жизнерадостность. Увеличивает силу костной ткани, нормализует работу легких, почек, половых органов. Несколько увеличивает проницаемость сосудов, поэтому при воспалительных процессах его лучше не использовать в пищу.

### ***Рябина красная.***

Это, наверное, одна из самых лучших ягод. Она практически воздействует на все стороны кроветворения и иммунитета. Если пить чай с красной рябиной, то уже возможность заболеть вирусной инфекцией очень и очень минимальна, потому что она обладает специфическим действием на вирусы, и также предотвращает развитие вирусного гепатита любой категории.

### ***Тыква.***

Это очень полезный продукт. Он лечит печень. Семена тыквы обладают нервнопаралитическим действием на всех глистов. У них теряется дар речи, парализуются жевательные мышцы, и они плывут по течению, они не могут уже держаться за кишечник зубами и ртом. Поэтому семечки тыквы можно кушать - хорошая вещь. Сырые сильнее действуют. Тыква дает смирение, и поэтому лечит печень. В основном воздействует на правую сторону организма, так как влияет на волевые функции. Она успокаивает, снимает напряжение в организме. Поэтому тыкву можно есть во второй половине дня.

### ***Патиссон.***

Это один из самых лучших овощей. Увеличивает спокойствие, жизнерадостность. 65% благодати, стабилизирует нервную систему, легкие укрепляет, воспаления в желудке снимает, в позвоночнике.

### ***Огурец.***

Огурец - очень хороший продукт. Это одно из самых лучших противовоспалительных средств. Особенно он хорошо лечит воспалительные процессы в легких и в почках. И в коре головного мозга тоже. Если организм сильно ослаблен инфекциями, то можно просто одни вареные огурцы есть, варить их, как супчик, и есть. И воспалительный процесс можно снять только этим, - очень сильное, хорошее средство. Огурцы почти всем подходят, и их, в принципе, можно есть и зимой, и летом. Однако же если вы кушаете, их можно есть только в обед зимой. И только первым блюдом самым - сначала надо есть салат, а потом уже все остальные блюда. Салат под конец есть не надо, иначе ваш кишечник затеет перестройку. Еще огурец лечит вены, то есть он варикозное расширение вен может убрать. И еще он очень хорошо воздействует на волосяные фолликулы. Если у вас перхоть в голове, можно мазать огурцом, и перхоть будет проходить.

### ***Топинамбур.***

Твердость характера увеличивает, крепкость, силу, однако очень много страсти - 65%. Он может перевозбуждать организм, будьте осторожны с ним. Лучше его не свежим есть, а немножко его подтушивать. Кипятком можно обдавать. Снимать с него эту чрезмерную силу. Топинамбур может перевозбудить поджелудочную железу, толстый кишечник. Активизирует иммунитет, легкие, позвоночник, зрение, слух, кожную чувствительность.

### ***Петрушка.***

Фактически при всех заболеваниях женской половой системы, придатки, матка, трубы - петрушка всегда их лечит, так же, как зверобой. Эти две вещи, петрушка и

зверобой, если увеличить количество потребления, то можно лечить любое воспалительное женское заболевание. Мужчинам петрушка тоже подходит, укрепляет костную систему, дает улучшение иммунитета. Еще петрушка хорошо лечит легкие и двенадцатиперстную кишку.

### ***Лист салата.***

Спокойствие и честность улучшает, поэтому если у вас больная печень, то фактически лист салата может стать единственным иногда продуктом, который можно есть. Его тушить надо немножко и есть. Самые тяжелые печеночные больные могут вылечиваться. Просто если сесть на эту диету - шпинат и лист салата. Лист шпината даже еще лучше.

Лечит кишечник, гортань, слизистую носа, легкие, бронхи, желудок, укрепляет иммунитет, сосудистую систему. Очень хороший продукт, рекомендую почаще использовать в пищу.

### ***Миндаль.***

Миндаль, никогда не горчит, он имеет сладковатый вкус, приятный, и косточка его, она намного шире и длиннее, чем абрикосовая косточка. Миндаль увеличивает активность гормональных функций и в целом нормализует их. Нормализует функции пищеварения и нервной системы. Лечит щитовидную железу. Влияет на левое полушарие, поэтому, в основном, подходит для женщин.

### ***Фундук.***

Это уникальный орех. Почему? Потому что он единственный, фактически, продукт, который увеличивает рост позвоночных тканей. Поэтому фундук надо уважать, особенно полезно кормить детей.

Также он укрепляет позвоночник, суставы лечит, легкие, костную ткань, оболочки мозга. Воспаление сердца может снять. Качества: стойкость, твердость, спокойствие, честность. Дает силу организму.

### ***Овес.***

Овес - это самый полезный продукт после молока, если говорить про здоровье. Пшеница дает умственную силу, а овес дает организму именно силу. Он воздействует на организм очень хорошо. Его пользу нельзя переоценить, невозможно, потому что, если, допустим, у вас после 45 возраст, и он вам по запаху подходит, если у вас что-то заболело - берите, делайте повязки с овсом просто на все на руки, на ноги, и вы увидите, что вам поможет. Практически мозговое кровообращение нормализуется, повышенное давление понижается, пониженное повышается. Кровообращение в почках нормализуется, в поджелудочной железе воспалительные процессы останавливаются, кровообращение улучшается, нормализуется работа мышцы сердца. Желудок - снимает воспалительные процессы. Кишечник - снимает перевозбуждение и воспаление. Мышечные ткани - улучшает активность, и одно из самых лучших средств для лечения грыжи, опущения органов и т.д.

Просто пожилые люди могут в качестве профилактики делать повязки с овсом. На ночь ставить, ложиться с ними и спать.

Куда ставить? Как всегда, на солнечные зоны, на запястья и на голени с ногтевой стороны. По чайной ложке овса в кусок ткани заворачиваете и привязываете, ложитесь спать. Следует знать, что так как растения имеют характер, поэтому близость растений - она воздействует на наш организм с огромной силой.

Итак, овес лечит все, что я перечислил. Еще лечит вены. Убирает вены. Поэтому большинству людей после 45 лет полезно месяцочек поносить повязочки на всякий случай, будет хороший результат.

Берете овес, в повязки накладываете в сухом виде. Надеваете повязки, носите. Месяц. Менять через каждые 24 часа.

### ***Перловая крупа, ячмень.***

Дает стойкость. Это самая лучшая крупа, которая увеличивает защитные силы организма. Но ее надо переварить - она очень плохо переваривается, поэтому есть ее надо только в обед, и добавлять в кашу достаточное количество масла, такую специю - асафетида. И специя асафетида - это вот можно купить здесь. И специя Шамбала. Еще кориандр. Вот эти три специи - они очень сильно увеличивают перевариваемость.

Очень хорошо лечит позвоночник, суставы, укрепляет легкие, пищевод лечит, мышечную систему укрепляет, самое лучшее средство для лечения лимфатической системы, фактически. Можно повязки тоже сделать. Это ячмень, перловка - это ячмень.

### ***Подсолнечник.***

Семена подсолнечника и капусты - это самое лучшее средство для активизации выделения соляной кислоты. Подсолнечные семечки и капуста белокочанная.

Подсолнечник дает спокойствие, доброту, мягкость характера, улучшает функции всех гормональных органов и лечит позвоночник, мозговое кровообращение. Есть можно весь день, постоянно щелкать. Но тогда у вас слюна потечет изо рта через некоторое время. Потому что соляная кислота выделяется же постоянно. Поэтому хоть его и можно есть в любое время, но это не значит, что надо есть весь день. Сама склонность щелкать семечки - она не приводит ни к чему хорошему. Чувство вкуса становится бесконтрольным, это приводит к большим проблемам в жизни, как психическим, так и к физическим.

### ***Чёрный перец.***

Это очень хорошая специя. А красный перец - это очень плохая специя. Красный перец я никому вам не советую есть. Она не дает ничего хорошего, здоровья никакого не дает человеку. Однако же черный перец, если его есть не вечером и не утром, а днем, он дает активизацию иммунитета и также лечит кожные болезни. Дальше, твердость характера, улучшает память, костную систему укрепляет, дает бодрость человеку и способность долго трудиться без усталости. Поэтому, согласно аюрведе, черный перец является одной из самых лучших специй. В плане работоспособности, лечения работоспособности. Лучше всего добавлять в пищу в обед.

### ***Боярышник.***

Эта ягода обладает качествами: благостными - 50%, 35% страсти и 15% - невежественными. Она обладает угнетающим действием на сознание. Поэтому боярышник лучше всего использовать вечером, перед сном, во второй половине дня. А также хорошо есть тем, у кого повышается давление и перевозбуждена нервная система. В целом очень хорошо действует. Свежие ягоды более полезны, чем сушеные. Также и сушеные можно использовать для лечения.

Успокаивает легкие, воспалительные процессы в легких. Костную систему лечит, снижает воспаление в кровяной системе, в нервной системе. Гипертонию снижает, и лечит сердце.

### ***Грейпфрут.***

Этот фрукт единственный в своем роде, который убивает бактерии. Бактерии, амёбы, и может также воздействовать на червяков. Также грейпфрут дает стойкость организму, оптимизм. В первую половину дня его надо есть, можно зимой. Увеличивает иммунитет организма. Лечит все инфекционные заболевания, в том числе вирусные, обладает противовирусным действием. Лечит позвоночник, суставы, в какой-то степени - избавляет от солей.

### ***Земляника.***

Некоторое в основном благостное действие, некоторое страстное, невежественное. Самое лучшее действие земляники - это лечение печени, щитовидной железы. Активизирует нервную систему, может перевозбуждать. В целом, эта ягода хороша для очищения организма - можно есть, чтобы организм очистить от солей лишних, шлаков. Когда она в варенье, то ее плохие свойства снижаются.

### ***Болгарский перец.***

Это очень полезный овощ. Он растет сверху, поэтому благости очень много в нем. Это самое лучшее средство для лечения лимфатической системы. Он улучшает силу лимфатической ткани, способность ее поражать бактерии. Стабилизирует нервную систему, легкие лечит, на кишечник противовоспалительное действие оказывает. В каких-то случаях лечит печень, активизирует печень, ферментативные функции печени улучшает. Лучше всего не есть вот этот перец болгарский, когда он опылен красным стручковым перцем и он такой, очень жгучий вкус имеет. Лучше всего он должен быть неопыленный, он сладковатый вкус должен иметь.

### ***Баклажаны.***

Дают некоторое невежественное действие - угнетение. Но, однако есть много благости, поэтому баклажаны хороши, когда человек работает там, где много ругаются матом, злятся друг на друга. То есть какое-то производство, где очень много ругани и бестолковых слов. Баклажаны - они дают иммунитет, выносливость психическую к этим всем вещам. Мозг становится несколько заторможенным, и реакция не такая сильная на эти все расстройства. Он успокаивает нервную систему, поэтому вечером можно баклажаны есть. Если у вас не больная печень, потому что баклажан может плохо воздействовать на печень.

Он снижает активность перевозбужденной щитовидной железы, легкие успокаивает, воспалительные женские процессы может убрать, и в целом половых органов. И у мужчин также.

### ***Редис.***

Этот продукт очень хорош для активизации иммунитета, но его есть можно только в обед. Только перед едой можете одну-две-три редиски съесть, и все, и больше его не надо есть в течение дня. Лечебный эффект будет сохраняться надолго. Если у вас сильные воспалительные процессы в организме, то есть редис нельзя. Активизирует нервную систему.

### ***Редька.***

Она очень полезная. Потому что она одновременно увеличивает иммунитет, и одновременно лечит желудочно-кишечный тракт. Улучшает мозговое кровообращение, укрепляет организм в целом.

Редька, зеленая, китайская - она тоже очень полезна. Она улучшает иммунитет, тоже активизирует мозговое кровообращение, даже лечит печень в какой-то степени, хотя она и имеет горький вкус. Дает организму жизнерадостность, честность, влияет и на правое, и на левое полушарие. Черная редька не является, как таковая, продуктом питания. Это лекарство. Ее можно есть, но только ее надо немножко отваривать, потому что она обладает огромной силой. И если вы ее хотите есть, то можно есть только в обеденное время. Не надо ее есть на ночь, вечером. Это очень хороший способ уничтожить свой ритм сердца. Поэтому черную редьку можно есть только в обед в небольших количествах. Она обладает одним из самых сильных средств по увеличению иммунитета в организме. Особенно иммунитет, связанный с уничтожением бактерий, минобактерий. А в частности стафилококка, в этом плане она хороша, особенно при пневмонии. Когда

стафилококковая пневмония, черная редька, она может сама просто убить стафилококк в легких.

### ***Свекла.***

Особенно зимой свеклу надо очень хорошо отваривать, а еще лучше ее чуть-чуть варить, а потом поджаривать. Тогда она будет еще полезней. Не надо в сыром таком, очень полусыром виде зимой ее есть, потому что от этого суставы могут пострадать, позвоночник. Дает доброту человеку, стойкость психическую. На гормональные функции воздействует также, на женские гормональные функции. Очень сильно улучшает мозговое кровообращение. Также активизирует печень, желчевыводящим действием обладает. Укрепляет нервную систему. Кстати кожица и корешок свеклы - они снижают сахар в крови. А сама свекла - она повышает сахар в крови. Если ее использовать всю вместе, то сахар не повышается. Хороша для диабетиков.

### ***Капуста.***

Качества доброты и спокойствия - самые главные в ней. Доброта означает хорошее пищеварение, поэтому она увеличивает выделение соляной кислоты и в этом ее самая главная заслуга. Поэтому капусту нужно использовать в супах всегда, для того, чтобы увеличить пищеварение. Суп нужно есть в середине обеда. Капусту можно также тушить. Зимой нежелательно есть свежую капусту. Кроме как детям. У взрослых людей может возникнуть перевозбуждение кишечника, газы начаться в кишечнике. Капуста лечит мигрени, можно, допустим, капустный лист даже просто к голове приложить, и пройдет головная боль. Ну, или легче станет.

***Цветная капуста*** - актуально очень зимой, потому что она улучшает теплообмен в организме, увеличивает количество тепла в организме и лечит таким образом суставы, позвоночник, успокаивает нервную систему. Поэтому цветную капусту зимой нужно больше кушать, если есть возможность.

### ***Картофель.***

Следует знать, что несмотря на нашу сильную привязанность к этому продукту его нежелательно есть ни утром, ни вечером, потому что он сильно портит здоровье. Однако же можно всегда есть в обед. В этом случае он активизирует нервную систему, лимфатическую систему, но есть и плохие качества - он снижает функции иммунной системы. Поэтому если у человека организм ослаблен - не нужно картофель есть. Может вызвать склонность к аллергии.

### ***Помидоры.***

Этот продукт нельзя есть ни утром, ни вечером, только в обед. То же самое касается томатов, томатной пасты. Помидоры сильно увеличивают пищеварительную активность в организме, однако же у них есть много опасного действия. Например, они сильно перевозбуждают желудок и увеличивают изжогу, если есть хотя бы небольшая слабость в этом направлении. И если больная печень - лучше не увлекаться, потому что помидоры воздействуют плохо на печень, снижают силу печени. 60% страсти, 25% благости, 15% невежества - такой продукт, можно использовать в пищу, но не очень сильно. Свежие помидоры полезнее, чем томатная паста, но тушеные помидоры зимой еще лучше. В обед всегда можно использовать понемногу, как продукт, улучшающий пищеварение. Если у вас сильное пристрастие к помидорам - это значит, что у вас очень много страсти, ненужной деятельности в жизни. Значит, у вас обязательно есть какие-то воспалительные процессы в организме. Сама склонность любить помидоры указывает на это.

### ***Фасоль.***

Разный цвет фасоли по-разному действует на организм, но в целом есть единство. Оно заключается в том, что фасоль всегда увеличивает силу мышечной ткани и силу иммунитета. И это бобовый продукт, поэтому есть нужно только в обед. Лечит суставы и позвоночник, также мозговые оболочки, легкие, костную ткань. Фасоль нужно сначала замачивать, потом отваривать хорошо. Черный перец, кориандр, мускатный орех - специи, которые помогают переваривать фасоль.

### ***Пишено.***

Довольно легко перевариваемая пища, однако все равно его лучше есть только в обед. Одно из самых лучших средств для активизации лимфатической системы. Иногда стабилизирует деятельность желудка, иногда может раздражать. Всегда активизирует позвоночник, несколько возбуждает кишечник. Иногда может вызывать склонность к кашлю - трахею перевозбуждает, пищевод. В целом этот продукт хорош, когда есть умственный труд, сидячая работа - он несколько тонизирует психику, дает концентрацию внимания.

### ***Асафетида.***

Это специя, которая обладает огромной пользой. Асафетида - это смола одного южного дерева. И она обладает запахом и вкусом как лук и чеснок вместе взятые. Её сила настолько велика, что в пищу можно добавлять только на булавочной головке, очень мало. Она дает очень сильный вкус. Она обладает качествами доброты, нежности, и всегда лечит половые органы, воспалительные процессы снижает, активизирует, нормализует функции, и так далее. Она очень хорошо лечит мозговое кровообращение. Желудок, десна. Если у вас десны кровоточат, сосать асафетиду достаточно, чтобы они перестали кровоточить. Также пародонтоз лечит асафетида. Она нормализует функции лимфатической системы, увеличивает тепло в организме, поэтому зимой хорошо есть, и она в целом улучшает пищеварение.

### ***Гвоздика.***

Эта специя полезна, когда у вас повышенное давление, потому что она очень сильно снижает артериальное давление. В основном, людям в пищу гвоздику надо добавлять в очень маленьких количествах. По одной, допустим, гвоздичке. Больше нельзя, кроме как гипертоникам. Расслабляет организм, снижает давление, поэтому если у вас нарушен сон, можно использовать, на ночь в молоко бросать гвоздичку, разжевывать ее. Гвоздика, она также обладает таким уникальным свойством - она затормаживает нервные ткани, поэтому если зубы болят, можно пожевать гвоздику и боль пройдет в зубах. Также она обладает противовоспалительным действием. Особенно воспаление головного мозга снимается. Снимает спазмы при движении камней по почкам. Гвоздика и душистый перец.

### ***Горчица желтая.***

Самое лучшее средство для лечения респираторных вирусных заболеваний. Самое лучшее доступное средство. Поэтому надо в пищу понемножку добавлять желтой горчицы, чтобы гриппом не болеть.

### ***Черная горчица.***

Это индийская специя. Она сильно улучшает мозговое кровообращение. Нормализует функции щитовидной железы, снижает лишнюю активность надпочечников, поэтому лечит гипертонию. Согревает зимой организм. Довольно полезная специя. Можно добавлять в супы, в тушеные блюда.

### ***Кориандр.***

Есть еще такая специя - кориандр, плоды. Она хороша тем, что дает защиту от агрессии. Она имеет некоторые невежественные качества, в том числе агрессию, но

она действует как защитный фактор. Поэтому люди, которые активно трудятся там, где много агрессии, плохо выражаются, плохо ведут себя люди вокруг, надо в обед кориандр себе сыпать в пищу. Он дает силу, стойкость сопротивляться этим всем вещам. И эта специя одна из сильных, кроме еще корня полыни, которая обладает сильным антионкологическим действием. То есть она лечит злокачественные опухоли.

И также следует знать, что она одна из самых лучших специй, которые переваривают хлеб, поэтому всегда, если вы готовите хлеб, надо кориандр туда добавлять и тмин. Эти две специи способствуют перевариванию пшеницы.

### ***Куркума.***

Эта специя очень полезная, все должны иметь ее дома обязательно. Потому что это единственная специя, которая одновременно и активизирует кроветворение и очищает кровь от всех стафилококков, стрептококков, она активизирует иммунитет, заживляет раны очень хорошо и стабилизирует, активизирует нервную систему. Дает стойкость организму. Это красного цвета специя такая. Желтая может быть, кирпичного цвета, красного, в зависимости от старости и давности ее, и корни сами бывают разного цвета. В зависимости от того, где она растет.

### ***Черный мак.***

Сейчас уже редко встретишь, потому что наркоманы насаждают. Однако эта специя хороша тем, кто плохо спит ночью. Вечером можно в молоко добавлять - улучшает сон. И сильно хорошо лечит повышенное давление. Также психическое перевозбуждение лечит.

### ***Душистый перец.***

Лечит сосуды, и также он лечит сосуды головного мозга, и мочеточники - снижает активность. Однако желчевыводящие пути он наоборот, тонизирует.

Душистый перец - одно из самых лучших средств, которые одновременно улучшает мозговое кровообращение, и одновременно снижает давление. Поэтому гипертоникам очень полезно. И он способствует рассасыванию атеросклеротических бляшек. Так же, как мускатный орех. Однако же если вы будете лопать мясо и рассасывать атеросклеротические бляшки, то будет еще хуже, потому что холестерин в крови будет очень сильно накапливаться. И при этом бляшки будут быстро образовываться там, где силен кровоток. Почки, головной мозг, сердце. Поэтому очень опасно так делать. Лучше, если вы хотите лечить атеросклероз, надо не есть мясо, рыбу, яйца.

### ***Лавровый лист.***

Это специя, которая лечит все органы по центру. Вот так, начиная с горла и кончая половыми органами. Мочевой пузырь очень хорошо лечит. То есть специя, которая будет воздействовать на бронхи, желудок, позвоночник, пищевод. И если есть склонность к онкологии, лавровый лист тоже лечит.

### ***Табак.***

Дает склонность к злокачественным опухолям всех органов, которые по центру находятся. В том числе прямая кишка.

### ***Шамбала.***

Эта специя очень полезна для здоровья. Она увеличивает периферическое кровообращение и зимой, таким образом, сохраняет тепло. Однако не стоит ей увлекаться тем, у кого повышается артериальное давление. Шамбала лечит суставы, позвоночник, мелкие сосуды. Ещё ее можно в крупы добавлять, в супы. Очень полезная зимой специя.

### ***Калина.***

Хорошая ягода. Она лечит сердце, кровообращение, печень. И самое главное - она восстанавливает обмен веществ. При сахарном диабете очень полезна.

### ***Брусника, клюква.***

Брусника лечит почки, клюква лечит желудок, печень.

### ***Горох, рис***

Рис - благостный продукт. Горох, он смесь благости, страсти и невежества. Это полезный продукт. В обед его нужно есть. Нужно хорошо его разваривать, чтобы он хорошо переваривался. Добавлять достаточно масла и специй: куркума, кориандр, мускатный орех, черный перец. Это самые лучшие специи, которые будут переваривать горох.

### ***Бананы.***

Банан - это продукт питания, который обладает благостной силой, и согласно ведическому знанию он улучшает наши психические функции, нашу психику. Банан воздействует, в основном, на мысли и эмоции человека, то есть на левое полушарие. Если у вас страдают мысли и эмоции, вы думаете о плохом, есть эмоциональная неуравновешенность, то по утрам можно есть бананы, они будут давать вам силу. Что происходит с характером? Увеличивается оптимизм, спокойствие, мягкость и нежность характера. Нормализует ритм сердца, хорошо воздействует на тонкий кишечник. Щитовидная железа успокаивается, хорошо выделяется желчь из печени.

### ***Анис.***

Вырабатывает честность, оптимизм. Влияет на центральную часть нашего организма, на поступки. От наших поступков страдают все органы, находящиеся по центру - горло, гортань, трахея, желудок, половые органы. А все эти органы лечатся анисом.

### ***Бадьян.***

Это специя такая звездочкой красного цвета, сладковатая на вкус. Увеличивает мягкость и жизнерадостность человека. Также она увеличивает привлекательность. Кроме того, он нормализует мозговое кровообращение, кислотность в желудке, тонус бронхов.

### ***Барбарис.***

Увеличивает больше всего оптимизм, поэтому люди, которые склонны к депрессии должны по утрам есть барбарис. Барбарис нормализует мозговое кровообращение, активность надпочечников, щитовидную железу несколько активизирует, улучшает работу сердца. Следует знать, что все благостные продукты в основном повышенную функцию снижают, пониженную функцию повышают.

### ***Виноград.***

Увеличивает гармонию между людьми, склонность любить, даёт позитивную окраску, заботливость. Поэтому женщинам очень полезно есть виноград, для его поддержания, потому что и любвеобильность, и заботливость, и нежность - это женские качества характера. Они связаны с женскими гормональными функциями. Поэтому виноград улучшает женские гормональные функции, активизирует их, нормализует. Виноград влияет на левое полушарие и по центру, таким образом он лечит сердце, поджелудочную железу, не смотря на то что он сладкий, если его по утрам есть поджелудочная железа будет восстанавливать силы, набирать. Для каждого человека виноград своего цвета подходит. Посмотрите просто взглядом, и вы увидите, если вам цвет нравится, значит этот виноград вам подходит. Если цвет

не нравится, значит не ешьте его, он вам не подходит. И речь идет об уме, нравится - не нравится означает умственную деятельность. В основном он влияет на гормональные функции, также надпочечники активизируют, единственное я бы не рекомендовал виноград не есть никому после обеда, это всегда вредно для здоровья. Утром все могут есть, особенно гипертоники. А если будут во второй половине дня есть - будут большие проблемы с давлением.

### ***Вишня.***

Это продукт, который увеличивает оптимизм и одновременно с оптимизмом такие черты характера, как нежность, спокойствие и гармонию с окружающими людьми. Пессимизм, апатия, депрессивность вызывает анемию в организме, не вырабатываются красные кровяные тельца, функции крови снижены. Виноград лишает человека депрессии и восстанавливает функции крови. Также следует знать, что вишня увеличивает мозговое кровообращение, а также кровообращение в сердце, селезенке и в мелких сосудах организма.

### ***Груша.***

Имеет очень большую силу оптимизма, радость, стойкость, влияет на правое полушарие. Груша дает волевою силу человеку, или вам предстоит экзамены сдавать - грушу надо съесть.

### ***Дыня.***

Можно ее отнести к благостным, хотя там есть какой-то элемент страсти. Основное качество характера нежность и простота, а качество простоты влияет на печень. И оказывается, что дыня может восстанавливать функцию печени, но дыню нужно есть вне остальной еды. Самое лучшее дыню есть во второй половине дня, через два - три часа после обеда. Это самое лучшее время для дыни. Она имеет очень много праны, вот смотрите клетки очень водянистые. Чем более водянистая структура, упругая структура в организме, тем больше праны или жизненной энергии.

### ***Золотой корень.***

Это благостный продукт, его можно использовать как специю, однако только в утреннее время. Он немножко горьковатый вкус имеет, но знайте, что аюрведа относит его к сладкому вкусу, так же как молоко. Золотой корень увеличивает стойкость и оптимизм, два качества характера основные, которые лечат депрессию. Но есть, использовать его можно только утром, потому что днем он может организм уже перевозбудить. Нормализует деятельность нервной системы, гипофиз, а гипофиз нормализует все остальные гормональные органы. Желудок, поджелудочная железа, почки, суставы - это все лечится золотым корнем.

### ***Кардамон.***

Есть еще одна специя очень благостная, называется кардамон зеленый, я вам рекомендую всем использовать в пищу практически в любое время суток, потому что даже ночью можно его использовать в пищу. Кардамон обладает огромной силой нежности, поэтому он лечит все сосуды организма, особенно сердце. Также он нормализует тонус нервной системы, улучшает мозговое кровообращение, поджелудочную железу лечит и все сосуды организма.

### ***Малина.***

Малина - это благостное растение, как благостный продукт, увеличивает жизнерадостность человека и оптимизм. Эта ягода нормализует кислотность, т.е. не уменьшает, не повышает, а нормализует, дает норму. Фенхель, малина и солодка - эти три продукта всегда нормализуют деятельность желудка, всегда делают из нее норму. Эти три продукта любые виды гастрита лечат.

### ***Манго.***

Обладает огромной силой привлекательности, чувство красоты увеличивает. Также он влияет на гормональные функции очень сильно, и действует на все сферы, психики, на все два полушария и по центру. Однако он полезен только в спелом виде, в основном его срывают незрелым для экспорта. Семечко от манго, если вы будете его есть, оно имеет очень терпкий и горький вкус, если вы будете хотя бы откусывать по чуть-чуть и жевать три раза в день, перед едой или после еды, лучше перед едой, то нет никаких шансов заболеть вирусным гепатитом. Корень дерева манго полностью убивает вирус гепатита. Манго фактически просто лечит все болезни печени. И нервную систему тоже, восстанавливает функцию нервной системы.

### ***Мед.***

Следует знать, что мед - это концентрация энергии любви, поэтому каждый человек должен найти себе, выбрать для себя тот вид меда, который ему подходит. А это не так просто, потому что не каждый вид меда может подходить. Для этого нужно рано утром понюхать мёд, если запах легкий, свежий, приятный, значит этот вид меда подходит, если запах сладкий и теплый - значит не подходит. Липовый мед можно есть на ночь, в вечернее время. Донниковый мед - улучшает иммунитет. Цветочный мед - можно есть в обед или утром, дает хороший психический тонус, точно также как мед, выращенный из горных цветов - горный мед называют, тоже дает тонус психический. Гречишный мед успокаивает и одновременно взбадривает.

### ***Облепиха.***

Облепиха - это благостное растение, оно увеличивает доброту, а качество доброты дает нормализацию всех гормональных функций, а злость, озлобленность наоборот ухудшают гормональные функции.

### ***Пшеница.***

Пшеница - считается самой благостной зерновой культурой. Поэтому говорят: "Хлеб - всему голова!" Все зерновые культуры, зерна - они влияют на мышление человека, на умственные способности. Поэтому, согласно ведическому знанию, человек, если он хочет быть умным, чтоб у него мозги работали хорошо, умственные способности были сильными, то он должен знать, как правильно использовать в пищу зерновые продукты. Есть три основных правила использования в пищу зерен. Первое надо их есть вовремя - это означает с одиннадцати до двух дня. В другое время стараться вообще не есть, потому что в другое время они приносят вред, а не пользу. Второе правило - зерна должны быть приготовлены с любовью, так как умственная сила в них вкладывается, если вы едите хлеб непонятно кем приготовленный - соответственно и такой будет результат от этого, ваша умственная деятельность. Если вы пойдёте в христианский монастырь, вы увидите, что белый хлеб у них в рационе где-то пятьдесят процентов. Они очень много белого хлеба едят, почему? Потому что он дает силу, для того, чтобы культивировать смирение, а Сергей Радонежский, вообще одними только сухарями белого хлеба питался. Есть три продукта, которые предпочитают святые люди. Они могут питаться только рисом - это означает, что они культивируют в себе аскетизм, только хлебом - означает, что они культивируют в себе покаяние; если святой человек питается только одним молоком - это значит он в себе культивирует любовь, увеличивает силу любви.

***Рис.*** Рис - тоже является благостной крупой. Поэтому и рис, и пшеница используются везде во всем мире. Если пшеница дает умиротворение, то рис дает твердость характера и честность, поэтому рис очень хорошо лечит печень. Если пшеница влияет в основном на левое полушарие человека, укрепляя у него мысли, эмоции, то рис влияет на правое полушарие, укрепляет волю. Поэтому, если печень очень большая, надо есть рис. Только в обед, в обеденное время.

### **Сливы.**

Спокойствие, размеренность в жизни, влияет на Сатурн очень хорошо. Улучшает мозговое кровообращение, и в целом, нормализует нервную и сосудистую системы. Если у вас гипертоническая болезнь или гипотония, если у вас с сосудами неполадки, меняется давление атмосферное - у вас спазмы сосудов - это означает надо лопать сливу. Есть побольше ее, можно есть в обед, сушенную добавлять в пищу, часто в рис добавляют. И можно есть свежую утром, или сушенную зимой. Чернослив тот же самый. Если у человека сосуды страдают, надо больше сливы есть - улучшится сила сосудов.

### **Черная смородина.**

Спокойствие, доброта, влияет на правое полушарие. Значит будет лечить легкие, печень. Очень хорошо влияет на мозговое кровообращение. Имеет противовоспалительное действие.

### **Солодка.**

Солодка или солодов корень, лакричный корень. Следует знать, что корень солодки - это тоже специя. Ее надо использовать рано утром, только в утреннее время, днем и вечером ни в коем случае использовать не надо. Солодка обладает огромной силой оптимизма, и поэтому она обладает огромнейшим антидепрессивным действием. В целом солодка влияет на все гормональные функции, лечит печень, желудок, легкие, причем идеально, хорошо лечит и активизирует деятельность нервной системы. Всем можно использовать в пищу рано утром подслащивать. Очень приторно сладкий вкус имеет корень, слаще чем сахар.

### **Фенхель.**

Он влияет по центру, на поступки. Самое главное качество характера - это твердость и спокойствие, поэтому он фактически лечит все воспалительные процессы, всех органов, которые находятся по центру. Это самое лучшее лекарство. Две специи кардамон и фенхель - эти две специи практически всем полезны.

### **Финик.**

Финик - это благодатный продукт. Финики влияют по центру, на поступки человека, и следует знать, что финики очень сильно увеличивают тонус разума. И финики очень благоприятно есть тем людям, которые занимаются духовной практикой, склонны заниматься самоосознанием. Также следует знать, что финик увеличивает активное долголетие, он увеличивает работоспособность человека. Косточка финика, например, она является тибетским лекарством по долголетию. Но чтобы размолоть косточку вам придется много трудиться. Самый легкий способ - это на напильнике пилить. Если вы будете добавлять в микродозах, а это так и надо делать, то одной косточки хватает на пять литров воды, чтобы, допустим, заваривать напиток. Вкус никак не изменится, однако же тонус будет сильно повышаться от этой воды. Только такой напиток не надо пить на ночь. Иначе будут сниться космические сны, то есть сна не будет, потому что активизация нервной системы очень сильная идет. С утра лучше всего использовать в пищу. Если муж ленивый, допустим, делать ничего не хочет, берете утром ему порошок косточки финика в пищу подсыпаете даже если он все равно будет хотеть лениться и будет лежать на диване, то он не сможет. Поэтому ну скажите: "Ну встань, ладно уж, ну что ты, иди гвоздь забей." Вот, так можно помогать мужу в чем-то. И также позвоночник лечит, трахею, пищевод, желудок, кишечник, половые органы.

### **Хурма.**

Хурма - благодатный продукт, увеличивает гармонию между людьми, нежность, любовь, заботу, оптимизм. Оказывается, что хурма влияет на хрящевую ткань очень сильно. Желудок лечит, трахею, кишечник. Имеет противовоспалительное действие.

### ***Шафран.***

Шафран - это специя, которая выглядит как очень тонкие бордово-красные тычинки, на конце трезубец. Он обладает огромной силой - это король специй считается. Почему? Потому что это самая красивая специя, то есть увеличивает силу красоты больше всего. Также увеличивает жизнерадостность, оптимизм. Все виды гормональных функций активизирует, обладает антидепрессивным действием. Это очень дорогая специя, потому что тычинки - представляете, как их собирать сложно. Однако же достаточно одну, две, три тычинки есть в день, и будут огромные психические изменения в лучшую сторону.

### ***Шиповник.***

Шиповник или роза, можно делать варенье из лепестков розы. Лепестки розы, шиповник - это благодатный продукт. Лотос и роза - два самых благодатных цветка. Действует благоприятно на все органы, а корень шиповника самое лучшее противовоспалительное средство, которое только существует. Корень шиповника - тоже практически все лечит. И следует знать, что самый лучший напиток - это напиток из шиповника, он полезен и утром, и днем, и вечером, круглый год, в любое время года. Поэтому не мудруйте лукаво, просто делайте всегда напиток из шиповника, и вы никогда не прогадаете. Если же вы сделаете три части примерно плодов шиповника и одну часть суданской розы - это тоже фактически дерево, розовое дерево - суданская роза. Вот, то еще лучше будет результат, потому что одновременно лепестки будут использоваться и плоды, то есть три части плодов и одна часть лепестков. Потому что по силе, лепестки гораздо сильнее действуют, чем плоды на организм. Для чего нужен? Он укрепляет организм, дает психическую, физическую стабильность, воспалительные процессы будут уменьшаться, если наоборот вялость в организме, то тонус будет повышаться.

### ***Яблоки.***

Яблоки - благодатное растение, увеличивает честность, таким образом лечит печень. Когда человек очень обманывает сильно - у него ферментативные функции печени нарушаются, а яблоки восстанавливают их. Снимает напряжение в суставах, происходит нормализация пищеварительного тракта, успокаивает пищеварительный тракт.