

Чудо  
исцеления



# АСТРОЛОГИЧЕСКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ



# АСТРОЛОГИЧЕСКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ

Москва



наука  
пресс

2006

УДК 615.89  
ББК 53.59  
А 91

## Оформление серии *M. Суворовой*

**A 91 Астрологическая фитотерапия.** — М.: Эксмо; Ростов н/Д: Наука-Пресс, 2006. — 352 с. — (Чудо исцеления).

**ISBN 5-699-17265-3**

Фитотерапия, то есть лечение целебными травами, приобретает в последнее время все большую популярность, и это неудивительно: при отсутствии побочных эффектов, свойственных химическим препаратам, результат от такого лечения зачастую много выше.

С другой стороны, сегодня человечество в большей степени осознает свою неразрывную связь со всем сущим, с Космосом. Астрологические знания теперь уже не считаются уделом гадалок и прорицателей, стали полноправной наукой.

Прочитав эту книгу, читатель узнает о том, какие из целебных трав и деревьев наиболее подходят тому или иному знаку Зодиака. Здесь можно найти интересную информацию о планетах, минералах и т. д. для каждого знака. Подобные знания позволяют значительно увеличить эффект от применения с лечебной целью растений и трав, это доказанный факт.

Издание представляет несомненный практический интерес и рассчитано на широкий круг читателей.

**УДК 615.89  
ББК 53.59**

**ISBN 5-699-17265-3**

© «Наука-Пресс», 2006

© Оформление.

ООО «Издательство «Эксмо», 2006

# Раздел первый



## Деревья- целители и звезды

(дэндротерапия  
по знакам Зодиака)

# Основные понятия

Существует такое понятие — дендротерапия, т. е. лечение с помощью энергии деревьев различных пород, которое становится популярнее с каждым днем. И это не удивительно — ведь целительный эффект от такого лечения подтвержден не только вековым народным опытом, но и конкретными случаями, описанными в работах по клинической научной медицине.

Еще в древности индийские йоги утверждали, что деревья вбирают в себя прану (жизненную энергию), приходящую к нам из Космоса, они способны, при выполнении определенных условий, подпитывать ею человека. Сегодня считается, что разные породы деревьев обладают различными свойствами, с точки зрения присущей им энергии, но и в старину на Руси народные целители знали об этом: так, осиновой корой лечили зубную боль, дуб использовали для восстановления сил, плохую энергию можно отдать ели, а хорошую — взять от сосны и т. д.

Далее мы расскажем, как воспользоваться силой деревьев, но прежде отметим следующее:

- не овладев определенными навыками, к дендротерапии прибегать ни в коем случае не следует;
- начинать работу с деревом во всех случаях необходимо с того, чтобы наладить с ним своеобразный контакт: приветствуйте его, подходя, и прощайтесь с ним, уходя, благодарите его каждый раз, и тогда почти гарантировано, что биоэнергетический обмен будет не только благотворным, но и очень мощным;
- накопление энергии лучше всего происходит у совершенно спокойного человека, нервная система которого полностью уравновешена;
- сильные эмоции страха, зависти ослабляют энергетику, раздраженный человек теряет много энергии; для общения с деревьями необходимо иметь внутреннюю доброту;
- при подпитке энергией от дерева одним из важнейших условий является образное представление процесса накопления энергии, без которого практически невозможно накопление и ассимиляция энергии человеческим организмом;
- чем образнее, ярче такое представление, тем большим станет терапевтический эффект,

поэтому нужно стремиться чувствовать, как сила дерева вливается в каждую клеточку тела.

Кроме того, важно сделать грамотный выбор. Об этом еще будет сказано далее, но, в первую очередь, нужно знать следующее:

- с точки зрения биоэнергетики, у различных пород есть свои периоды покоя и бодрствования;
- лучше всего подпитываться энергией от отдельно стоящего дерева. Если оно энергетически мощное, то вокруг него, как правило, на расстоянии около шести метров не растут другие деревья;
- кучно растущие деревья разных пород не обладают мощным энергетическим воздействием;
- каждое дерево имеет определенные участки с наиболее интенсивным выходом энергии;
- очень важное значение имеет сезонность: в разное время года энергетический уровень сильно отличается;
- практически всегда он значительно выше весной и летом (у вечнозеленых пород энергетический потенциал повышается в среднем на 20 %, а у лиственных — и того больше: от 50 до 70 %).

# **Энергетические свойства деревьев**

В наши дни исследованиями целительных свойств деревьев занимаются многие специалисты и ученые. Сегодня мы уже точно знаем: деревья имеют мощное биополе, воздействие которого на человека проявляется не только в несомненном оздоровительном эффекте, но и в том, что с его помощью вполне реально лечить очень многие заболевания, в том числе, и серьезные, не хуже таблеток и операций, — и, главное, без побочных эффектов, безо всякого дополнительного вреда для организма больного человека. Однако при этом необходимо точно знать, какое дерево от какой болезни способно излечить.

Между тем проведенные научные опыты подтвердили, что взаимодействие человека с деревом возможно трех видов:

- подпитка человеческого организма живительной энергией;
- напротив, отбор деревом энергии у человека;
- наконец, нейтральное.

К числу подпитывающих деревьев однозначно относятся:

- дуб,
- береза,
- сосна,
- акация,
- рябина,
- клен,
- яблоня,
- каштан,
- ясень,
- липа.

Забирают энергию:

- осина,
- ель,
- тополь,
- черемуха,
- ива,
- ольха.

Однако для каждого человека существует свои, наиболее предпочтительные деревья — как подпитывающие, так и забирающие.

*При этом дуб является подпитывающим примерно для 60 % людей, береза — для 25—30 %, сосна — для 10—15 %.*

Оказывается, что чувствительные в энергетическом плане люди могут самостоятельно проверять и оценивать энергетический потенциал дере-

вьев. Для этого достаточно с расстояния в полтора метра от дерева выставить вперед ладонь и медленно приближаться к стволу. Примерно с расстояния одного метра ладонь начнет ощущать некую повышенную плотность, затем — тепло, а, у особо чувствительных, может даже ощущаться легкое покалывание (описанное происходит в том случае, если биоэнергетическая сила дерева достаточно высока. Поднося руку к дереву-потребителю, чувствительные люди ощущают не тепло, а легкую прохладу вкупе с некоторым чувством притяжения к дереву).

*У каждого человека есть дерево, наиболее близкое ему по энергетическим характеристикам. Именно оно является хранителем вашего здоровья. Если вам плохо, придите к этому дереву, прижмитесь к нему, расслабьтесь, вслушайтесь в шелест листвы, отрешитесь от всех мыслей — и оно поделится с вами своей силой. Вы можете носить амулет из этого дерева. Всем другим видам древесины предпочтите мебель и другие предметы, изготовленные из него.*

Считается, что при грамотном подходе к дендротерапии дерева — потребители биоэнергии (осина, ива, тополь) помогут очиститься от отрицательной информации, улучшить пропускную

способность энергетических каналов человека или состояние его биополя. Деревья-доноры подарят заряд оздоравлиющей энергии и наполнят вас природной жизненной силой.

## Подпитка положительной энергией

*Подпитка* энергией необходима во всех тех случаях, когда ощущается недостаток ее в организме. Помимо общего недомогания и, нередко, сопутствующей бессонницы, признаками такой нехватки могут служить обострения хронических заболеваний и значительно выраженная общая депрессия. Из острых проявлений наиболее часты:

- простуда,
- ангина,
- желудочно-кишечные расстройства,
- артрит.

### *Описание процесса подзарядки*

1. Выберите наиболее могучее дерево со здоровыми блестящими листьями. Обойдите дерево, вызовите в себе чувство симпатии и доброжелательности к дереву, внимательно

прислушайтесь к своим ощущениям, уловите доброжелательное отношение дерева к себе. Если же таких ощущений не возникает, значит, это дерево вам не подходит.

2. Найдя дерево, которое вам гармонично, подойдите к нему на расстояние, при котором наиболее сильно ощущается влияние со стороны дерева.
3. Мысленно обратитесь к дереву с просьбой пополнить вашу энергетику, либо дать энергию для борьбы с каким-либо недугом.
4. Стоя около дерева, ощутите корни дерева, движение энергии Земли от корней по стволу вверх до кроны дерева. Затем ощутите, как энергия Космоса поступает через листья и движется по стволу вниз, достигая корней. Отождествите себя с деревом, мысленно слейтесь с ним, ощутите движение энергии снизу вверх и наоборот.
5. Постарайтесь расслабиться и ни о чем не думать. Затем начните ритмично дышать: вдох — задержка дыхания — выдох. Вдох и выдох должны быть одинаковы по времени — 4, 6, 8 с, а задержка — около 4 с. Делая вдох, нужно представлять себе, как энергия дерева поднимается по вашим ногам и телу к солнечному сплетению. Еще лучше —

видеть ее при этом в цвете: серебристом, голубом, фиолетовом. При задержке дыхания — представляйте себе, как энергия скапливается в области солнечного сплетения. Во время первой половины выдоха энергия поднимается от солнечного сплетения вверх, а во время второй половины — переходит в нижнюю часть тела.

6. Впитывайте энергию, представляя, как она проходит через вас, и пропускайте ее через каждую клеточку тела до ощущения особой внутренней чистоты и полного покоя, расслабления, ощущения абсолютной гармонии со всем сущим.
7. Обязательно поблагодарите дерево, прощаешься с ним.

## Сброс энергии

Его необходимо проводить в тех случаях, когда имеется избыток негативной энергии в организме. Проявляется он практически всегда в виде:

- головной боли,
- неврозов,
- дискомфорта в области сердца (возможны нарушения сердечного ритма),

— обострения остеохондроза.

Этот недостаток наблюдается также у всех без исключения людей при воспалениях, ожогах, травмах, а также после перенесенных хирургических вмешательств.

Наилучшим образом для подавляющего большинства людей (по некоторым данным — от 94 до 96 %) подходят осина и тополь. Довольно многие выбирают для этой цели ель. Тем не менее, осина является предпочтительной (об этом уникальном дереве еще предстоит отдельный разговор).

Методика примерно та же, однако, в данном случае, необходимо соблюдать и определенные правила.

- Прежде всего такая процедура должна проводиться не позже, чем за два или лучше 3 ч до сна; в противном случае, возможно такое неприятное побочное явление, как бессонница;
- еще важнее, чтобы длительность каждой отдельной процедуры ни в коем случае не превышала двух, максимум 3 мин. Более длительный контакт может быть чреват уже выраженным недомоганием и даже скачками артериального давления.

# Взаимосвязь деревьев и людей по дню и месяцу рождения

## ЯНВАРЬ

1 (яблоня), 2–11 (ель),  
12–24 (вяз), 25–31 (кипарис)

### Яблоня

С яблоней связано множество легенд, в том числе, библейских. На передней поверхности горла многих мужчин выступает так называемое «адамово яблоко», являющееся одним из многих отличительных признаков мужского пола. Согласно библейским преданиям, прamatерь Ева дала Адаму сорванное с Дерева познания добра и зла яблоко, но, когда он его ел, кусок яблока застрял у него в горле. С тех-то пор мужчины и носят на себе этот знак (в народе его называют «кадык») как вечное доказательство того, что мужчина был совращен женщиной, а не наоборот.

Яблоню испокон веков считают «перводеревом», давшим жизнь всему человечеству. Быть может, этим и объясняются многочисленные чудесные свойства ее плодов: яблоки замечательно укрепляют здоровье, полезны практически при любой болезни, способствуют улучшению работы сердца и благоприятно влияют на сосуды. К тому

же и внешне яблоня очень хороша, неизменно радует глаз своими цветами. Это дерево наделяют своеобразным и чутким характером: она неизменно сердечна, щедра, открыта — но требует взамен любви, заботы и отзывчивости. Без этого нельзя получить от нее в полной мере все, чем она богата.

Люди, рожденные под этим знаком, во многом очень сильно похожи на «свое» дерево. Например, яблоня постоянно плодоносит: плодоношение — словно смысл ее существования. Так и люди — «яблони»: они, как правило, любят детей, а, в случае собственной бездетности, воспринимают этот факт очень тяжело.

Считается, что яблоня одновременно практична и сентиментальна, обаятельна, но сдержанна. Люди этого знака, в большинстве, оптимисты, несмотря на подверженность и склонность к определенным болезням. В супружестве и дружбе они верны до последнего.

Кроме того, это натуры увлекающиеся, нередко руководствуются, в первую очередь, своими чувствами. При этом Яблони всегда предпочтут сегодняшний день завтрашнему: им свойственна определенная нетерпеливость. Причина упомянутой выше склонности к болезням для Яблони довольно часто кроется в неудовлетворенности, недостаточной самореализации, вообще жизненными обстоятельствами.

Яблоне свойственно стремление к гармонии во всем, это относится и к семье, и к работе, и к любым условиями внешнего мира. Гармония же в душе им свойственна изначально — и, тем не менее, духовное и материальное для них неотделимо одно от другого.

Отличительной чертой знака, зачастую, выступает на первый план самоотверженность во всем.

## Вяз

Эти деревья нередко украшают приусадебные парки, привлекая своими крупными, но изящными формами. Люди Вяза щедры, открыты и великодушны. Рожденные под этим знаком всегда стремятся к спокойствию и трезвой рассудительности, но это им плохо удается за счет присущих Вязу качеств: возбудимости и чрезвычайной ранимости. Очень сильно развита интуиция. Эти люди подчас не слишком уравновешены, но всегда практичны вплоть до прагматизма — при их чувствительной натуре это может привносить в их жизнь ощущение недовольства собой и окружающими и легкий внутренний дискомфорт. В работе Вязы выносливы, прилежны, настойчивы. Очень ответственны при выполнении поручений любого рода. Люди этого типа крайне серьезно относятся к моральным принципам, к их нарушениям

самиими и окружающими. Даже самочувствие Вяза очень часто связано именно с нравственными проблемами. Природная изысканность рожденных под этим знаком сказывается и на взаимоотношениях в любви и дружбе.

## *Кипарис*

Кипарис — растение-долгожитель, преимущественно южное. Живет несколько сотен лет. Кипарис можно встретить и в средней полосе России, только здесь это не вполне дерево, а всего лишь скромный можжевельник. Это нетребовательное к почвам растение: его можно вырастить и в кадке на окне.

Согласно гороскопу, люди, рожденные под этим знаком, как правило, просты, но при этом очень изящны. Их внутренний мир гармоничен — он строится на самодостаточности, верности себе во всем. Поэтому нередко дружба или любовь с Кипарисом облагораживает окружающих его людей. К характерным отличительным особенностям знака следует отнести, в первую очередь, душевную прямоту и великодушие.

Люди, рожденные под знаком кипариса очень часто — долгожители; это связано с природной склонностью к спокойствию во всем и размерен-

ной жизни: такие черты положительно сказываются на состоянии здоровья.

Издавна кипарис использовали при укусах змей, для лечения внутренних органов, против бессонницы, его эфирные масла применялись в бальзамировании. В настоящее время из кипариса получают эфирное масло, сырье для изготовления камфоры, усиливающей деятельность сердца, а также препаратов, удерживающих кальций в организме.

## ФЕВРАЛЬ

1—3 (кипарис), 4—8 (липа),  
9—18 (кедр), 19—29 (сосна)

### *Кедр*

Это красивое дерево — раскидистое и мощное, пусть временами и не слишком стройное. Относится к долгожителям растительного мира — кедры живут до 850 лет.

Люди, рожденные под знаком Кедра, как правило, динамичны, уверены в себе, при этом отличаются весьма гордым характером и потому чувствительны к любым нелестным мнениям о них со стороны окружающих. Это люди, которые любят быть в центре внимания. К положительным чертам, характерным для знака, следует отнести умение разрешать, подчас, самые сложные вопросы

легко и быстро; к отрицательным — врожденное стремление оставить последнее слово за собой во что бы то ни стало, пусть даже вопреки реальному положению вещей. При этом чаще всего Кедр отличает и смелость, и мужество. К внешним условиям неприхотлив, легко приспосабливается. Большинство Кедров — стойкие оптимисты.

В плане своих целебных свойств кедр — растение очень ценное. В его хвое содержится высокий процент эфирных масел, которые не только наполняют воздух своим ароматом, но и оздоровляют его за счет сильного бактерицидного воздействия на любые болезнетворные микроорганизмы. Кроме того, кедровая хвоя богата аскорбиновой кислотой и микроэлементами. Для изготовления лечебных препаратов в народной медицине используются практически все части кедра: хвоя, живица, почки, молодые верхушки побегов, орехи и их скорлупа. Кедровый орех содержит до 70 % целебного масла — особенно хорошее воздействие оно оказывает при гипертонической болезни и атеросклерозе. Кроме того, этим маслом очень успешно лечат чесотку.

### *Липа*

Люди, рожденные под этим знаком, в большинстве своем неприхотливы, просты в общении,

очень трудолюбивы. Как правило, к людям знака Липы сильно тянутся все те, кто лишен душевного покоя. Липа, сама по себе пребывающая в умиротворенном состоянии большую часть времени, умеет и вокруг себя создать атмосферу комфорта и внутреннего спокойствия. Однако при этом к весьма характерным для знака чертам следует отнести и такую, как немалая практичность в повседневных делах. Внешняя пассивность обманчива. В любви Липы очень нежны, терпимы; трудно найти партнера надежнее как в семейных отношениях, так и в делах. Отрицательной чертой знака Липы можно назвать, пожалуй, некоторую приземленность, а, в некоторых случаях, — ту легкость, с которой они подпадают под влияние сильной личности.

Всем известно старинное народное средство от множества недугов — липовый цвет.

### *Сосна*

Люди, рожденные под этим знаком, во многом противоречивы: окружающих они могут как притягивать, так и оттолкнуть. Люди знака Сосны ценят устроенный быт и комфорт, они умеют создать уют в своем доме. К наиболее характерным положительным качествам этого знака следует отнести природное умение Сосен стойко проти-

востоять жизненным невзгодам, оптимизм, отвагу в любой ситуации. Правда, есть и отрицательные черты, в той же мере характерные для большинства представителей знака: это, в первую очередь, склонность подчинить окружающих своей воле, импульсивность и тяга к неоправданному риску. В работе Сосны очень успешны, в любви — проницательны, нежны, верны, в особенности женщины.

Сосна — по самой природе своей дерево целебное. Например, сосновый воздух в комнате, где находится больной человек, способен сотворить чудеса скорейшего выздоровления. Из хвои сосны в наши дни создан противораковый препарат, способный восстанавливать до 90 % клеток, пораженных лейкозом. В народной медицине издавна применяется лечение заболеваний желудка и кишечника препаратами на основе сосновой хвои. Из сосны получают столь ценный препарат, как скипидар — им в виде растирок лечат невралгии, ревматизм, радикулит, подагру; его же используют для ингаляций при бронхите, туберкулезе легких. Скипидарные ванны полезны практически при любых хронических заболеваниях.

*Настой сосновых почек: 1 ст. л. сырья залить 0,5 л кипятка и настаивать всю ночь в термосе. Пить по несколько глотков, в 3—4 приема, в теплом виде за полчаса до приема пищи. Пока-*

зания: бронхит, воспаление дыхательных путей, желчнокаменная болезнь.

Витаминный чай: 50 г молодой хвои залить двумя стаканами кипятка, настаивать 2 ч, остудить, процедить. Добавить сахар по вкусу. Полезен при простудных заболеваниях, болезнях верхних дыхательных путей, камнях и песке в почках, мочевом пузыре, подагре; ревматизме, заболеваниях кожи.

## МАРТ

1—10 (верба), 11—20 (липа),  
21 (дуб), 22—31 (лесной орех)

### Дуб

Знаток флоры Д. Кайгородов в прошлом столетии писал о дубе так: «Как орел между птицами, так дуб между деревьями не только русскими, но и европейскими считается «царем». И действительно, это дерево почитается священным практически везде, где оно растет, с древнейших времен. Именно под дубами устроены были святилища жрецов кельтов — друидов; древние славяне размещали идол Перуна под самым старым дубом; в античности венок из листьев дуба символизировал достоинство и силу, гордость и непреклонность.

Согласно астрологическим толкованиям людям, рожденным под этим знаком, от рождения присущи такие качества, как сила, уверенность, надежность и красота — как внешняя, так и внутренняя. Люди знака дуба, как правило, пользуются вниманием со стороны окружающих и вызывают их уважение. К характерным для людей, рожденных под знаком Дуба, положительным качествам следует, в первую очередь, отнести их духовность, возвышенность чувств, отвагу. А вот стойкость и неуступчивость, характерные для знака, порождают собой недостаток: Дуб слишком часто оказывается недостаточно гибким в стремительно меняющейся жизни, и сильная буря может его полностью сломить. Однако люди Дуба добиваются в жизни многое; они верные друзья и надежны в семейной жизни.

Людей знака Дуба отличает и завидное здоровье, если не считать их врожденной склонности к полноте, ожирению и их последствиям.

Дуб всегда считался носителем силы, покровительствующей людям и защищающей их; с давних пор спасал он людей от многих заболеваний. Еще в античности Плиний-Старший предложил рецепт из дубового желудя, растертого с колесной мазью, как средство от опухолей. Читателю уже известно из предыдущих разделов, что дуб повсеместно признан, как наиболее мощное дерево-

донор с высоким энергетическим потенциалом: даже обычный отдых под его кроной снимает усталость и дает прилив оздоровляющей энергии.

Плоды дуба — желуди — созревают в сентябре. В них содержится много белковых веществ, до 40 % крахмала. Сырые желуди опасны для человека ядовитым веществом кверцин, для животных же они безвредны. В обжаренных плодах кверцин разрушается. Кофе из желудей успокаивающее действует на нервную систему. В официальной медицине находит широкое применение кора с молодых побегов дуба, которая содержит высокий процент дубильных веществ. В народной медицине издавна считается, что аромат дубовых листьев, собранных после цветения, является эффективнейшим средством лечения гипертонической болезни. В виде полосканий отвар дубовой коры хорошо помогает как вяжущее средство от заболеваний полости рта и горлани, при стоматитах. В концентрации 1:10 — при поносах, воспалении кишечника. В соотношении 1:5 — от ожогов и пролежней. Им же промывают желудок при отравлении.

### *Орешник (лесной орех)*

Люди, рожденные под знаком орешника, не обязательно внешне красивы; они могут выглядеть

и неброскими, и даже несколько болезненными в силу конституциональных особенностей покровительствующего им знака. Но что неизменно в них — это сложная и одаренная натура, под каким бы внешним обликом она ни таилась. И окружающие, как правило, чувствуют это; люди Орешника обладают немалой притягательной силой в общении, что распространяется как на служебные, так и на сугубо личные их отношения. Впечатление простоты, которое они нередко производят, — обманчиво. Человек этого знака не знает золотой середины — он либо самозабвенно добр, либо последовательно зол.

Характер отличает неровность, импульсивность, люди этого знака скрытны для того, чтобы их излишняя импульсивность никому не бросалась в глаза. Собственно, из вышесказанного можно вывести характерные для людей орешника черты: отрицательные — импульсивность, переменчивость настроения, определенный эгоизм; и положительные — высокая степень чувствительности при хорошем самообладании, тонкий ум, деликатность.

В любви и дружбе идут до конца, как и в ненависти. Характерна для этого знака — высокая интуиция.

**АПРЕЛЬ**  
**1—10 (рябина), 11—20 (клен),**  
**21—30 (грецкий орех)**

*Рябина*

Рожденные под этим знаком люди отличаются природной стойкостью, которая нередко бывает скрыта под обманчиво деликатной внешностью. При этом в число отличительных черт для знака Рябины входят: обаяние, легкость в общении. Люди Рябины легки на подъем, очень быстро адаптируются в любой новой ситуации, им свойственна высокая степень самостоятельности и ответственности, обязательности, что делает их привлекательными как в любви, так и на службе (они прекрасные работники).

К положительным качествам и чертам характера, наиболее общим для этого знака, следует отнести постоянный внутренний контроль, честность, предупредительность и хозяйственность. Из отрицательных особенностей, наиболее типичных для Рябины, нужно назвать, порой, чрезмерную эмоциональность, недоверчивость, отсутствие должного честолюбия и некоторый эгоизм в повседневной жизни.

Очень многие люди знака Рябины наделены художественными способностями.

Рябина — дерево очень полезное. Конечно, плоды ее вкусны, особенно после заморозков, из них получаются вкуснейшие напитки, любимые в народе, но дело не только в этом. Плоды рябины содержат редкостный по терапевтической ценности набор витаминов (в частности, витамина С в плодах рябины больше, чем в лимоне), микроэлементов, других полезных веществ. Цветки рябины нашли очень широкое применение в народной медицине с самых давних пор. И цветки, и плоды применяют как желчегонное и мочегонное, эффективное кровоостанавливающее средство. Плоды рябины помогают при расстройствах пищеварения, малокровии, астении, атеросклерозе, подагре, ревматизме, цинге, геморрое, асците, болезнях печени, почек и т. д. Лекарственные препараты черной рябины уравновешивают процессы возбуждения и торможения головного мозга, их также рекомендуют в пищу при нарушениях обмена веществ и гипертонической болезни.

## Клен

Людей, рожденных под знаком Клена, отличает неизбытная бодрость и энергичность. Представители этого знака практически всегда любят общение, им нравится находиться в центре событий. При этом они, как правило, весьма интересные

собеседники и внимательные, благодарные слушатели.

Люди Клена очень часто могут принимать довольно дерзкие решения (характер вообще неожиданный), а затем преодолеть значительные препятствия на пути к их выполнению.

К числу положительных качеств, характерных для людей этого знака, следует отнести проницательный ум, интуицию, откровенность. Но есть у Клена и отрицательные отличия, диктуемые его знаком: определенная циничность, неуважительное отношение к мнению окружающих, переменчивость планов и настроения.

В любви и дружбе эти люди щедры, их общительность и энергия привлекают к себе.

Чаще всего люди Клена находятся на высоте как в общественной, так и в семейной жизни. Они увлекаются искусством, материальному интересу предпочитают интеллектуальный — все это вызывает к ним симпатию со стороны окружающих.

Клен — одно из сильных деревьев-доноров; под кроной его полезно отдохнуть: энергетика дерева освежает и бодрит. В нем не намного меньше энергии, чем в березе, но куда меньше, чем у дуба.

В народной медицине отвар листьев клена истари рекомендуют пить женщинам после тяжелых родов. Кленовый сок — замечательное вита-

минное средство, им лечат цингу и авитаминозы, применяют при астении. Кора дерева — вяжущее средство. Препараты клена обладают легким мочегонным действием, а распаренные листья — эффективное средство (в виде припарок) при гнойничковых болезнях кожи.

## *Oрех*

Людей, рожденных под этим знаком, отличает утонченность и изысканность манер, им очень свойственно умение вести себя уверенно и с чувством собственного достоинства. Очень часто это натуры утонченные и несколько робкие. Однако характер знака противоречивый — в любви и дружбе, делах и замыслах. От людей Ореха всегда можно ждать каких-то неожиданностей, так как уравновешенностью они не отличаются. Но при этом неизменно гостеприимны, вежливы и не робки в сложных жизненных ситуациях.

Из положительных качеств, в наибольшей степени характерных для людей, родившихся под знаком Ореха, можно упомянуть присущие им непостоянство, капризность, иногда эгоистичность; реже — некоторую агрессивность. Среди положительных качеств знака — острый и проницательный ум, смелость и неординарность принятых решений, умение идти до конца во всем.

Следует также отметить присущие людям Ореха организаторские способности.

В медицинском плане орех ценен тем, что его листья — прекрасный антисептик: их используют при лечении заболеваний кожи: грибковых и гнойных. Из препаратов на основе ореха многие входят в прописи лечебных и профилактических настоев, отваров, ванн. Используется в лечении множества заболеваний:

- лимфатических желез,
- щитовидной железы (что объясняется высоким содержанием хорошо усваиваемого организмом йода),
- слизистой оболочки верхних дыхательных путей,
- при анемии,
- диабете,
- авитаминозе,
- как глистогонное средство.

*Настой: 1 ч. л. сухих измельченных листьев ореха залить стаканом кипятка и настаивать 3 ч; принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.*

*Чай из листьев (2 ч. л. на стакан кипятка) полезен при атеросклерозе сосудов головного мозга, авитаминозе, как общеукрепляющее средство.*

*Масляная вытяжка из листьев: 80 г сухого измельченного сырья залить 300 г очищенного растительного масла (предпочтительно оливкового) настаивать 10 дней. Полученным средством лечат застарелые раны и язвы, фурункулез, а внутрь принимают при болезнях печени, как профилактическое средство от склероза сосудов.*

Наконец, бани с веником из молодых веток ореха в народе исстари считают целебными и оздоровляющими.

## МАЙ

1—3 (тополь), 4—14 (клен),  
15—24 (каштан), 25—31 (ясень)

### *Каштан*

Люди, рожденные под этим знаком, в большинстве своем, сильны: они полны энергии, жизненных сил. Знак обладает врожденным чувством справедливости, импульсивно восстает против каждого ее нарушения, если прав, то отстаивает свою позицию любыми средствами до последнего. Кроме того, эти люди, как правило, впечатлительны — особенно сильно переживают свои неудачи, запоминая их надолго.

К отрицательным качествам, характерным для знака Каштана, следует отнести несколько пренебрежительное отношение к окружающим, хитрость, излишнюю впечатлительность и, порой, гневливость.

К положительным относятся настойчивость, выдержка, неприхотливость и реалистичность. Кроме того, люди Каштана придают высокое значение моральным аспектам, руководствуясь в жизни именно этим.

Люди Каштана очень часто умеют найти свое место в жизни, во всяком случае, — обеспечить благополучие в финансовом и материальном плане. В дружбе верны, в любви — однолюбы.

Каштан известен в народной медицине многими целебными свойствами. Настой из плодов — эффективное средство лечения сосудов и улучшает кровообращение в почках. Кору используют для приготовления вяжущих средств; множество препаратов на основе сырья из каштана используется народной медициной для лечения гипертонической болезни, а также при интоксикациях любого генеза.

*Сок свежих цветов принимают внутрь при варикозной болезни вен: по 25 капель 3 раза в день до еды.*

*Отвар плодов: 5 г сухого измельченного сырья на 250 мл воды; прокипятить 15 мин и настаивать 3 ч; принимать по 1 ст. л. 3 раза в день при маточных кровотечениях.*

*Для ванн используют кожуру от плодов, сами плоды (1,5 кг сырья прокипятить 30 мин в 5 л, влить в воду).*

Настойка: 50 г растолченных плодов — на 0,5 л водки; настаивать неделю в темном прохладном месте в емкости с плотной крышкой; перед использованием процедить. Принимать внутрь по 30—40 капель в день до еды при воспалительных болезнях сосудов, тромбофлебите, геморрое. Наружно ту же настойку используют для растираний при ревматических болях.

## **Ясень**

Люди, рожденные под знаком Ясения, в большинстве своем свободны и очень независимы. Для них характерно также повышенное и болезненно уязвимое самолюбие.

К положительным чертам, свойственным людям этого знака, следует отнести прозорливость, осмотрительность, цельность натуры, взвешенность. Все это объясняет тот факт, что люди Ясения очень часто достигают немалых успехов на своем жизненном пути.

Из отрицательных черт, обусловленных влиянием знака, для Ясения выступают некоторая вздорность, они довольно трудно сходятся с людьми, а их эгоистичность бывает очень сильно выражена.

Тем не менее, в любви и браке, в дружбе люди знака Ясения неизменно надежны.

## ИЮНЬ

**1—3 (пихта), 4—13 (граб),  
14—23 (фига), 24 (береза),  
25—30 (яблоня)**

### *Пихта*

Люди, рожденные под этим знаком, как правило, консервативны в своих привязанностях и симпатиях, но при этом нередко довольно капризны, что делает их не всегда легкими как в общении, так и в семейной, и личной жизни. Кроме того, люди знака Пихты глубоко и долго переживают свои неудачи, нередко им свойственно и постоянное стремление к уединенности, порой, даже одиночеству. В общении с окружающими они не слишком говорчивы, требовательны. Тем не менее, люди Пихты, притягательны в общении за счет природного обаяния, у них много друзей, знакомых.

Из положительных качеств, присущих Пихте в наибольшей степени, следует отметить такие, как благородство, умение не потерять присутствия духа в любой сложной жизненной ситуации, быть выше мелочей и никогда не терять надежды. Из отрицательных качеств Пихты на первый план выступают — излишняя педантичность, честолюбие, гордость, а также определенная капризность, особенно в общении с самыми близкими людьми.

В любви люди знака Пихты отличаются надежностью и верностью.

В плане лечебных свойств этого дерева — из пихты получают скипидар для ингаляции горла, используют как растирки при ревматизме, невралгиях, подагре. Отвар из молодых игл и почек пихты — противоцинготное и вообще прекрасное витаминное средство. Из хвои выделены вещества, которые могут стать весьма перспективными при разработке новых противоопухолевых препаратов.

### *Береза*

Это дерево стало символом красоты российской природы. В древности березу считали олицетворением света, чистоты и женственности.

В классической астрологии принято считать, что люди, рожденные под знаком Березы, могут весьма сильно отличаться друг от друга по складу

характера в зависимости от того, в какое время суток — днем или ночью — они родились.

Люди знака Березы — ночного рождения — отличаются склонностью к предчувствиям, у них остро развито чувство интуиции, а иногда их способность предвидеть события и обстоятельства вырастают в дар предсказания. Рожденные днем чаще безмятежны; у них очень выражено чувство справедливости, и духовное превалирует над материальным.

Но и тем, и другим в равной мере присущи такие черты, обусловленные воздействием знака, как щедрость и жертвенность. Люди знака Березы просты и легки в общении, дружелюбны и приветливы. Это можно считать наиболее общими положительными чертами характера. В то же время к отрицательным чертам Березы следует отнести зависть, излишнюю доверчивость, нервозность.

При этом люди знака Березы — прекрасные работники, упорны в труде и добиваются существенных результатов, гарантирующих стабильность в материальном плане. В любви и дружбе нежны, внимательны, надежны, постоянны.

Береза издавна считалась в народе целебным деревом, способным излечивать многие болезни — особенно ценился бересковый сок. В народной медицине средствами на основе бересковых почек (их

настаивают на водке или спирте) издавна лечат все разновидности ревматизма — настойку применяют в виде растираний.

Замечательный препарат для терапии не только ревматических, но и прочих воспалительных заболеваний суставов — мазь из березовых почек. Свежее несоленое коровье масло слоями пересыпают березовыми почками и томят в духовке в течение суток.

В малых дозах настойка почек и листьев березы употребима внутрь при любых воспалительных проявлениях. Березовый отвар — почки и молодые листья завариваются кипятком, как чай, настаиваются 5—10 мин и получают прекрасное потогонное средство.

## ИЮЛЬ

**1—4 (яблоня), 5—13 (пихта, ель),  
14—25 (вяз), 26—31 (кипарис)**

*См. с. 14, 36, 16, 17.*

### *Ель*

Окружающие по-разному относятся к людям этого знака, которые в равной степени способны привлекать их и отталкивать. Иных отпугивает

атакующий стиль жизни Ели. Они смелы, не боятся риска, удачливы, могут выпутаться из любой ситуации. Но и приятны в общении, что импонирует тоже многим. Аскетизм позволяет людям знака Ели выживать в самых трудных условиях, вместе с тем им нравится и комфорт, который нередко становится для них сверхзадачей. Не только внешний, бытовой комфорт, но и духовно-психологический. У Ели тонкий силуэт, она красива, импозантна, умеет подчеркнуть свои достоинства. Приятный дом она умеет создать сама. Хотя ум их аналитический, люди этого знака не лишены эстетического чувства. Слабость проявляют в любви, в чувствах импульсивны, легко увлекаются, при всем том весьма проницательны.

## АВГУСТ

**1—4 (кипарис), 5—13 (тополь),  
14—23 (сосна), 24—31 (грецкий орех)**

*См. с. 17—21, 29—31.*

### *Тополь*

Люди этого знака очень часто весьма зависимы от окружающих, они довольно чувствительны к течению времени, опасаются болезней и старо-

сти. Их жизнь, скорее, в большей степени ориентирована на защиту, нежели на активное жизнеутверждение. Но склонность Тополя к самозащите воспринимается окружающими чаще как некая тонкая дипломатичность, а их неуравновешенность — как прекрасная приспособленность к обстоятельствам.

## СЕНТЯБРЬ

1—2 (орешник), 3—12 (верба),  
13—22 (липа), 23 (маслина),  
24—30 (орех)

### *Верба*

Людей, рожденных под этим знаком, отличает красота, но они очень склонны к меланхоличной грусти без всякого повода. Кроме того, людям Вербы (по отдельным гороскопам — Ивы, Верба является разновидностью Ивы) свойственна артистичность.

К наиболее часто встречающим положительным качествам знака следует отнести душевность, религиозность, умение понять и посочувствовать. С другой стороны, отрицательными чертами, нередкими для таких людей, выступают отсутствие

инициативы, склонность легко попадать в зависимость от более сильной личности, нередко — самолюбование, нарциссизм.

В семье, в любви, в дружбе, в делах люди этого знака успешны, но, лишь в том случае, когда находят поддержку и понимание со стороны окружающих.

### *Маслина*

Оливковое дерево. Люди знака Маслины, в большинстве своем, имеют сложившиеся взгляды, которых склонны твердо придерживаться. Их отличает умение приспосабливаться к изменчивым обстоятельствам, разумность и взвешенность в решениях и поступках — они обладают аналитическим складом ума.

К наиболее характерным положительным качествам этого знака следует отнести — уравновешенность, спокойствие, деликатность, доброту; кроме того, у них врожденное и точное чувство справедливости. Отрицательные черты, в той же мере характерные для большинства представителей знака, это — безразличие, равнодушие, эгоизм.

В любви и дружбе участливы, умеют сочувствовать, помочь, но нередко ревнивы и несколько

эгоистичны. Привязаны к семье, могут многим пожертвовать ради нее.

Люди этого знака отличаются высокой подверженностью таким недугам, как простуда, болезни суставов, ревматизм.

## ОКТЯБРЬ

**1—3 (орешник), 4—13 (рябина),  
14—28 (клен), 29—31 (жасмин)**

### *Жасмин*

Людям, рожденным под знаком Жасмина, наиболее часто присущи следующие качества: энергичность, подвижность, простота и легкость в общении. Они нередко находятся в центре внимания окружающих, у них много друзей, людей привлекают многие черты характера этого знака.

Людей Жасмина чаще других отличают такие положительные качества, как благородство, осмотрительность, внутренняя гармоничность.

Из отрицательных качеств следует указать излишнюю впечатлительность, склонность к легкому разочарованию и даже нередко пессимизму. Довольно часто также Жасмин отличается обидчивостью.

В семейной жизни не всегда уравновешены, требуют максимальной независимости; очень любят детей — и те отвечают взаимностью.

Жасмин — растение, обладающее целебными свойствами. Сухие и свежие цветки идут на приготовление настоев, отваров, лосьонов, мазей. Настойка цветков в народной медицине рекомендуется в качестве средства лечения невралгий.

*Приготовление настойки: цветы жасмина, лепестки розы, свежие листья черной смородины (1:1:1) пропустить через мясорубку, залить водкой, поставить в темное прохладное место на три недели, перед употреблением процедить и развести водой в соотношении 1:1. Принимать по 1 ч. л. 1 раз в день утром до еды. Курс — 2 недели. Средство полезно как тонизирующее кожу.*

Цветы жасмина нередко смешивают с чаем, что придает напитку изысканный аромат.

**НОЯБРЬ**  
**1—11 (лесной орех),**  
**12—21 (каштан), 22—30 (ясень)**

См. с. 24—25, 31—34.

# ДЕКАБРЬ

## 1 (ясень), 2—11 (граб), 12—21 (инжир), 22 (бук), 23—31 (яблоня)

См. с. 14—16, 33—34.

### Граб

В молодости он чаще всего красив до изысканности. Но красота его не притягивает, а настороживает. Однако, если в юности люди Граба ищут восхищенных взглядов, то в зрелые годы становятся снисходительными. Как правило, люди этого знака в жизни гораздо более следуют своему долгу, нежели энтузиазму или эмоциям.

### Бук

Люди, рожденные под этим знаком, как правило, отличаются такими чертами, как размеренность во всем, практичность вкупе с немалой находчивостью, умение организовать свою жизнь. Им не свойственна ни жадность, ни чрезмерная щедрость. К наиболее типичным особенностям следует отнести мужественность в трудных ситуациях, сдержанность, твердость характера и внутреннее благородство. Отрицательные черты также

вполне объяснимы: это скованность в общении, некоторый эгоизм и довольно ярко выраженное упрямство.

От природы крепкое здоровье и неизменное чувство здравого смысла способствуют тому, что очень часто люди этого знака доживают до глубокой старости.

## *Инжир*

Люди, рожденные под этим знаком, обычно не остаются в тени и не обделены вниманием со стороны окружающих. Их знак обуславливает склонность к уюту, теплоту — и все это переносится в сферу общения, что делает людей знака инжир привлекательными для других. Много друзей и просто знакомых.

Из наиболее часто встречаемых положительных качеств, обусловленных влиянием знака, следует отметить бескорыстие, щедрость, верность в любви и дружбе. Из отрицательных — постоянная и даже навязчивая потребность во внимании по отношению к себе, временами импульсивность поступков, излишняя обидчивость.

В любви и семейной жизни люди этого знака в большинстве своем успешны, стабильны, просты и надежны.

Инжир — целебное растение. Млечный сок выводит угри, лечит раны. Инжир с горячим молоком помогает при ангине и кашле. Эффективны препараты на основе инжира при венозной недостаточности, тромбозах, анемии. Из листьев получают средство для лечения дизентерии.

Следует знать, что инжир (особенно в свежем виде) настоятельно не рекомендуется людям, страдающим острыми и воспалительными заболеваниями желудочно-кишечного тракта, а также при сахарном диабете и подагре.

\* \* \*

*Не стоит огорчаться, если поблизости не найдется «вашего» дерева. Помните: дуб и береза щедро делятся своей энергией и всегда рады любому человеку, пришедшему к ним за помощью.*

Кроме того, в этой связи можно и нужно отдельно поговорить о таком прекрасном дереве, как осина.

### *Хвалебное слово осине*

Как уже говорилось, если такие деревья, как дуб, сосна, береза являются донорами для подавляющего большинства людей, то тополь, ель, осина славятся своей способностью впитывать энергию, и оси-

на в этом — несомненный чемпион. Недаром в осиновом дереве никогда не заводится гниль — осина отбирает жизненную энергию у вредных микроорганизмов и убивает их.

Еще в толковом словаре В.И. Даля приведена народная рекомендация: «Коли ноги сводит, то кладут осиновое полено в ноги, а от головных болей — в головы».

Дерево в народе издавна славится своей способностью снимать или облегчать не только головную боль, но также боли при радикулите и остеохондрозе; в последнее время, с развитием дендротерапии, все чаще можно слышать о ее целебном воздействии на людей с разного рода опухолями, в том числе, злокачественными.

При стабильно повышенном артериальном давлении в народе рекомендуют следующий вид лечения: нарвать веточек осины с зелеными листьями, распарить в кипятке, остудить до комнатной температуры и приложить к области за ушами. Закрепить повязкой и оставить на всю ночь. Как правило, к утру давление снижается.

*При геморрое: 1 ч. л. осиновой коры залить стаканом кипятка, настоять в термосе не менее 1 ч, процедить. Принимать внутрь по 1 ст. л. 3 раза в день после еды.*

*При зубной боли с флюсом — срезать две веточки и закрепить их так, чтобы листья окружали флюс со всех сторон. Держать так до стойкого улучшения и исчезновения боли.*

*Осиновый настой — великолепное витаминное и тонизирующее средство: 1 ст. л. почек осины залить 0,5 л кипятка и прокипятить 15 мин, после чего настаивать, укутав, не менее 3 ч. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день, во время приема пищи, можно с медом.*

*Отвар для приема внутрь: 20 г почек залить стаканом кипятка, прокипятить 10 мин, настоять полчаса в термосе, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды. Кроме того, отвар почек и настой веток осины добавляют в ванны при ревматизме и подагре. Припарки из свежих листьев помогают при фурункулах.*

*При цистите (воспалении мочевого пузыря) рекомендуется применение настойки почек на водке (в соотношении 1:12). Настаивать неделю в темном месте. Процедить и принимать по 25—30 капель трижды в день до еды.*

Интересно, что по некоторым источникам, для лечения осиной даже не обязательен контакт с са-

мим деревом — терапевтическое воздействие оказывают и кусочки его древесины (как правило, используют тонкие круговые срезы в виде плашек).

*Практический совет: лечебный пояс из осиновой древесины полезен при остеохондрозе, радикулите и т. д. Из не слишком толстого дерева или ветви срезают кусок до полуметра, снимают с него кору, и дают ему высохнуть на свежем воздухе в тени как минимум одну неделю. Затем полено пилят на кружочки по 2 см толщиной, делают в них дырки, как в пуговицах, и пришивают к плотному материалу в виде пояса. Пояс повязывают так, чтобы дерево пришлось на особо болезненные участки. Подбор наиболее подходящего времени, которое нужно для проявления эффекта, производится сугубо индивидуально. Заготавливают осину в середине июня, когда обильно идет сок.*

## Раздел второй



# Астрологическая фитотерапия



## Водолей (20.01–19.02)

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ надчувственного опыта и сверхчувственного восприятия. Этому знаку соответствуют гениальность создателя, дух времени, принадлежность к определенному поколению и определенной группе, ощущение внутреннего «я». С энергией Водолея нас связывает расположение Урана в натальном гороскопе. От нее также зависит способность реагировать интуитивно, спонтанно и нетрадиционно.

Месяц Водолея — 20.01–19.02. Это период, благоприятствующий тому, чтобы познать свои успехи, способности, предвидеть жизненные перемены в будущем. В это время актуальны непредвиденные события, внезапные духовные озарения.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Бессмертник** (21.01–31.01). Скромный, не меркантильный, прямой и открытый человек. Нередко весьма элегантен внешне, но

при этом всегда — терпелив, трудолюбив, упорен в достижении любой поставленной цели.

- **Омела** (1.02—10.02). Люди обаятельные. Любопытны, жадны к новым впечатлениям, им нравится риск, все неординарное. Но страдают от собственной склонности к легким увлечениям. Женщины этого знака, как правило, сильно привлекают к себе мужчин. Мужчины же — энергичны, подвижны, любят спорт (особенно силовые и экстремальные виды), почти всегда пользуются авторитетом в своем окружении. Людям Омелы свойственно, чаще всего, хорошее здоровье. Часто окружающие находят их несколько таинственными и загадочными.
- **Красавка** (11.02 —19.02). Из рожденных под этим знаком особенно обаятельны и красивы женщины. Очень энергичны, обладают живым умом. Надежные друзья, но в любви никогда не поддаются искушению поспешно, при первом порыве чувств. Мужчин отличает трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.

Итак, планета Водолея — Уран.

Подвластный Урану Водолей одинок, нередко эксцентричен. Несмотря на практический ум, с ним трудно договориться. У Водолеев не самая лучшая память, зато им, в высшей мере, свойственны проницательность и редкостная природная интуиция. Крайне редко можно встретить Водолея рассеянного и невнимательного к окружающему его миру.

Уран Водолея влияет на лодыжки, голени, циркуляцию крови, зрение. Из наиболее характерных для Водолея недугов следует выделить болезни, так или иначе связанные с кровеносной системой. Зимой он мерзнет, летом же страдает от жары и влажности. Для Водолеев не редкость — нарушения сердечного ритма, аритмии, тахикардии. Из-за плохой циркуляции крови они довольно часто страдают от болей в ногах, весьма вероятно — варикозное расширение вен и закупорка сосудов. Возможны и заболевания глаз.

Всем тем, кто тесно связан с влиянием Урана, следует как можно чаще бывать на свежем воздухе — а между тем очень часто эти люди пренебрегают данным правилом, так как им не нравится даже прохлада, не говоря уже о холодах. Кроме того, практически всем Водолеям рекомендуются занятия дыхательными упражнениями по какой-либо хорошо зарекомендовавшей себя методике,

а также, по возможности, массаж внутренних органов, кислородные коктейли. Общим правилом для них является также — хороший крепкий сон ночью, но днем как можно больше двигаться.

Первое не так просто: Водолеев во сне очень часто посещают странные видения, которые мешают сну, и поэтому он не приносит полноценного отдыха. А вот наладить хорошую физическую и двигательную активность под силу, думается, каждому — тогда и сон волей-неволей станет крепче.

### *Целебные растения и травы*

К растениям, посвященным Урану, издревле относят плауны, хвоши, папоротники. Иногда у весьма уважаемых астрологов можно встретить мнение о том, что растения Водолея практически совпадают с таковыми для Козерога — в связи с соответствующим положением Сатурна в этом знаке.

Однако практически все гороскопы в числе трав Водолея называют:

- фиалку,
- репешок,
- татарник,
- василек,
- тысячелистник,

- ячмень,
- овес.

Из других растений Водолею соответствуют яблоки, орехи, клубника, апельсины, гранаты, кабачки и шиповник.

Рассмотрим отдельные из перечисленных растений подробнее в их связи со знаком Водолея.

## *Яблоки*

Яблоки обладают следующими видами воздействия на человеческий организм:

- противовоспалительным,
- потогонным,
- ранозаживляющим,
- детоксицирующим,
- стимулирующим кроветворение.

Кроме того, яблоки, при регулярном употреблении их в пищу:

- снижают и регулируют содержание сахара в крови;
- регулируют обмен веществ;
- поддерживают общий кислотно-щелочной баланс;
- предупреждают атеросклероз и инфаркт, снижая уровень холестерина в крови и артериальное давление.

Полезны яблоки больным со многими сердечно-сосудистыми заболеваниями — а такие заболевания часто встречаются у Водолеев — поскольку в плодах содержится много калия и веществ, которые регулируют проницаемость стенок кровеносных сосудов. Рекомендуются яблочно-творожные разгрузочные дни: 600—1000 г яблок и 300—500 г творога.

Для лечения различных заболеваний в народной медицине используются плоды, яблочный отвар, компот и яблочный чай: 3—5 яблок хорошо промыть, вместе с кожурой нарезать кусочками, залить 1 л воды, кипятить в течение 10 мин, после чего добавить сахар по вкусу. Принимать по одному — 2 стакана 3 раза в день.

Яблочные диеты рекомендуются больным с начальной стадией гипертонии — рекомендуется съедать по 4 яблока в сутки. При гипертонических кризах на 1—2 дня больным назначается яблочная диета: 1,5 кг яблок на 5—6 приемов. На каждый прием очищают 2 яблока и натирают их на терке.

При нарушении кровообращения рекомендуется через каждые 2 ч съедать по одному большому яблоку. Или: яблоки зеленых сортов очистить от кожуры и сердцевины, натереть на мелкой терке, добавить 1 ст. л. меда и съесть за один прием утром, натощак. Хорошие результаты дает также

применение трех разгрузочных яблочных дней в неделю: по 1,5 кг яблок за 5—6 приемов в каждый из таких дней.

### *Апельсин*

Это субтропическое растение, плоды которого полезны пожилым и страдающим атеросклерозом, ишемией сердца, ожирением, диабетом, при пониженной кислотности. Однако следует помнить и о противопоказаниях, которыми являются: период обострения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, при хроническом гастрите, энтероколите, панкреатите.

Апельсины (как, впрочем, и другие цитрусовые) чрезвычайно полезны Водолею — они очищают кровь и кровеносные сосуды.

### *Василек*

Этот цветок для Водолея — первое средство при воспалении слизистой оболочки глаз. Как противовоспалительное и дезинфицирующее средство используют примочки из настоя цветков василька: 2 ч. л. массы залить стаканом кипятка, настоять в течение 1 ч, остудить до комнатной температуры и процедить.

Другой рецепт примочек для глаз: 1 ч. л. жидкого меда на стакан воды; размешать и подогревать на слабом огне 3 мин, не доводя до кипения. Можно, помимо самих примочек, дополнительно смазывать каждый раз глаза соком анемоны, слегка разбавленным тем же раствором меда.

### *Сборы лекарственных растений, рекомендуемые при сердечно-сосудистых заболеваниях*

- Мята перечная (листья) 30 г, пустырник пятилопастный (трава) 30 г, валериана лекарственная (корень) 20 г, хмель обыкновенный (шишки) 20 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день.
- Валериана лекарственная (корень) 25 г; пустырник пятилопастный (трава) 25 г; тмин обыкновенный (плоды) 25 г; фенхель обыкновенный (плоды) 25 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день.
- 2 ст. л. травы мелиссы смешать с 1 ч. л. травы василька синего, смесь настоять 30 мин в стакане кипятка.
- 1 ч. л. измельченных корней валерианы лекарственной залить стаканом воды, настаивать 8—10 ч; затем кипятить 10 мин, дать ос-

тыть и процедить. Выпить перед сном в несколько приемов.

- 2 ст. л. измельченной мякоти репы залить стаканом кипятка; варить 15 мин; процедить. Пить по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день или по целому стакану на ночь. Можно также пить кипяченый сок репы.
- 1 ст. л. измельченных корней бузины сибирской заварить стаканом кипятка, кипятить 15 мин; настаивать полчаса и процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.
- 1 ст. л. корневищ девясила высокого залить двумя стаканами воды и кипятить 15 мин на медленном огне. Принимать по 2 ст. л. через каждый час в течение дня.
- Корни валерианы — 2 части, трава пустырника — 2 части, трава тысячелистника — 1 часть, плоды аниса —  $\frac{1}{2}$  части, 1 ст. л. смеси залить одним стаканом кипятка; настаивать 30 мин. Пить по  $\frac{1}{3}$  стакана 2—3 раза в день.
- Трава хвоща полевого — 2 части, трава горца птичьего — 3 части, цветки боярышника кроваво-красного — 5 частей. Одну ложку смеси залить на ночь в термосе 1 стаканом кипятка; процедить. Пить по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3—4 раза в день.

- Заварить 2 ч. л. цветков василька синего стаканом кипятка; настаивать 1 ч; процедить. Пить по  $\frac{1}{4}$  стакана 3 раза в день за 10—15 мин до еды.
- 15 г травы мелиссы лекарственной на стакан кипятка. Настаивать, укутав, в течение 30 мин; процедить. Принимать по 1—2 ст. л. 3—4 раза в день.
- 2 ч. л. соцветий календулы заварить 2 стаканами кипятка; настаивать час; процедить. Пить по  $\frac{1}{2}$  стакана 4 раза в день.
- 1 ст. л. измельченной травы хвоща полевого заварить двумя стаканами кипятка и настаивать 2—3 ч; процедить, Принимать по 1 ст. л. 5—6 раз в сутки.
- Корень солодки голой — 10 г, корневище с корнями валерианы лекарственной — 5 г, плоды укропа пахучего — 5 г, трава череды трехраздельной — 10 г, соцветия календулы лекарственной — 10 г, 1 ст. л. смеси заварить стаканом кипятка; настаивать в термосе 1—2 ч, процедить. Пить по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя 2—3 раза.
- На 1 л кипятка — 4 ст. л. сухих измельченных плодов шиповника. Варить на медленном огне в течение 10 мин, затем настаивать 2 ч, после чего процедить. К отвару добавить

мед из расчета 200 г на 1 л, размешать до растворения. Пить 3 раза в день.

*Болезни глаз, особенно на нервной почве или от механических повреждений, — удел, прежде всего, Овнов — и, тем не менее, присущ он также Водолеям. Только причина тут иная: снижение общего тонуса, заболевание крови или нарушения кровообращения.*

Для лечения глаз рекомендуется использовать ростки картофеля, хранившегося в темном погребе. Их обламывают, сушат, а затем измельчают на терке. Полученное сырье залить водкой из расчета 200 мл водки на 1 ст. л. сырья и слить в стеклянную емкость с крышкой; настаивать в темном прохладном месте неделю. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день, перед едой. Курс лечения — месяц.

#### *Другие рецепты:*

— Настой трав, собранных в мае. Крапива двудомная (трава), ландыш (лепестки), земляника (усы и листья). Высушенное на солнце и измельченное сырье на 2 стакана крутого кипятка: полстакана майской крапивы, 1 ч. л. лепестков ландыша, 2 ст. л. листьев земляники. Все тщательно перемешать, залить указанным количеством кипящей воды и настаивать 8 ч. Затем добав-

вить 1 ч. л. пищевой соды и размешать. Средство применяется в виде примочек из полученной массы.

- Настой из семян укропа. 1 ч. л. семян хорошо растереть или истолочь в ступке; залить стаканом кипятка и настаивать в течение 1 ч. Прием: по 1 ст. л. настоя 3 раза в день до еды.
- Сбор трав: имбирь, корень солодки, корица, цветки гречихи, трава пустырника, мелисса. Всех компонентов (в высушенном и измельченном виде) взять по 1 ст. л. и хорошо перемешать. 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка, настаивать 1 ч, затем процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды.
- 3 ч. л. измельченных сухих цветков календулы залить в термосе 0,5 л кипятка и настаивать в течение 2 ч. Процедить, охладить до комнатной температуры. Пить по полстакана 3 раза в день до еды. Этот же настой можно использовать и для промывания глаз.

## *Гороскоп для Водолея*

Водолеев ждет во всех отношениях удачный, даже счастливый год. В январе — феврале появится сразу несколько шансов хорошо заработать и

им останется только выбрать один или несколько самых привлекательных и подходящих. Весь год у Водолеев не будет никаких проблем с деньгами.

В продолжение всего периода с февраля по июнь у Водолеев усиливаются или проявляются паранормальные способности; одновременно и все те знания, что были накоплены в подсознании прежде, дадут им необычайно полезную информацию. Резко обострившаяся интуиция дает им массу возможностей для существенного улучшения не только денежного, но и домашнего, семейного положения. Выраженная эмоциональная чувствительность всегда помогала Водолею почувствовать других людей, но теперь особенно — поэтому упрочатся связи с семьей, родственниками, друзьями.

В этот период многих Водолеев ждут приятные перемены в жизни, а два месяца — март и апрель — особенно благоприятствуют для развлечений, романтических приключений, любви, отдыха, путешествий.

А вот следующий период, с июня по октябрь — в гораздо большей степени благоприятен для финансовых операций и обеспечения материального благосостояния. При этом Водолеям следует помнить, что азартные игры в это время могут только помешать и даже испортить все дело.

Водолеям в этом году грозит немалая вероятность отравлений (причем, с неприятными и даже тяжелыми последствиями). Поэтому им следует быть осторожными при употреблении лекарств, спиртных напитков, грибов — особенно опасен период с середины июня до конца августа.

Конец лета может принести трудности в личных, любовных или служебных отношениях. Возможно, присущая знаку эмоциональность и склонность к фантазиям в общении, может сыграть злую шутку и приведет к неприятным разочарованиям. Поэтому Водолеям нужно постоянно контролировать свою объективность в общении с другими людьми.

Вплоть до конца года Водолеев подстерегает опасность стать жертвой собственных иллюзий. Им рекомендуется избегать спиритических и астральных практик, а с окружающими, особенно близкими, — быть честными и искренними.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден.

## *Напиток здоровья для Водолея*

Сбор из 1 ст. л. листьев мелиссы, 1 ст. л. мяты перечной, 1 ст. л. шалфея, 1 ст. л. лаванды и  $\frac{1}{4}$  ч. л. корня лакричника.

Измельчить, поместить в керамическую посуду и заварить 1 л кипятка. Дать настояться в течение 15—20 мин, затем процедить настой.

Пить теплым.



## **Рыбы** **(19.02 – 20.03)**

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ вседесущей силы и единства. Энергия Рыб выражает способность к самопожертвованию, сочувствию, а также способности равно к принятию решения.

Месяц Рыб — 19.02–20.03. Он благоприятен для осознания того, что в нашей жизни завершается, от чего необходимо освободиться, в какой

сфере нужно опасаться иллюзий и как избежать разочарований.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Мимоза** (20.02—29.02). Люди, рожденные под знаком мимозы, обладают повышенной чувствительностью и уязвимостью; в то же время женщин очень часто отличает нежность, что делает их желанными. Почти все мимозы впечатлительны, уязвимы, а любую форму насилия, тем более над их личностью, переживают крайне тяжело. В труде они, как правило, увлечены, трудолюбивы, усидчивы, и по всем этим причинам труд их весьма плодотворен. Ради успехов на работе мимозы могут пожертвовать и личными интересами, в том числе, семейными — даже женщины. Их болезни объясняются тем, что здоровью такие люди склонны не придавать большого значения. Из природных предрасположенностей можно отметить стенокардию, ишемическую болезнь сердца, инфаркт миокарда, а также язву желудка и двенадцатиперстной кишки.

- **Мак** (1.03—10.03). Рожденные под знаком мака люди довольно часто напоминают в чем-то этот цветок: они отличаются внешней яркостью, красотой. Этим объясняется их почти магическая способность производить на окружающих самое благоприятное и выгодное впечатление. Маки обладают живым умом, они хитроумны, ловки, знают толк в том, как расставить сети и заманить в них. В то же время один из наиболее очевидных недостатков — их нетерпеливость. В медицинском плане их отличает некоторая лишь им одним присущая, специфика обмена веществ, и поэтому макам усиленно рекомендуются овощные блюда, но ни в коем случае нельзя увлекаться мясными продуктами.
- **Лилия** (11.03—20.03). Лилия — лунный цветок, и рожденные под ней люди обладают удивительным очарованием, которое в чем-то сродни очарованию этого загадочного и могущественного светила. Видимо, этим же объясняется и склонность лилий к ночному образу жизни — в подавляющем большинстве своем они «совы». Отличаются весьма утонченной натурой, любят флирт, мистификации. Увлекаются лилии очень легко, но

судьба благосклонна к ним — и, как правило, в личной жизни они довольно скоро находят свое счастье.

Итак, планета Рыб — Нептун. Как правило, Рыбы — натуры довольно тонкие, нередко обладают развитой врожденной интуицией или даже даром предвидения, однако недостаток их в том, что эти люди чрезмерно легко поддаются иллюзиям. Рыбы — один из знаков Воды (к которым относятся также, в первую очередь, Скорпион и Рак) — соответственно, и люди, рожденные под этим знаком, пьют довольно много и с удовольствием, предпочитая, как правило, напитки холодные либо со льдом — это неизменно улучшает их самочувствие.

Планета Нептун считается влияющей на ступни, большие пальцы ног, и управляющей всей деятельностью лимфатической системы.

### *Целебные растения и травы*

В значительной степени целебные растения Рыб и Стрельцов подпадают под влияние Юпитера.

В классической астрологии цветами Рыб считаются лотос и водяная лилия — нежные, хрупкие цветки с чудесным ароматом.

К растениям, посвященным Нептуну, относят водоросли, мхи, лишайники. Основные лекарственные растения этого знака — шафран, чага (березовый гриб), медуница, бузина, сирень, нарцисс, жасмин.

Для употребления в пищу Рыbam полезнее все-го овощи с крупными листьями (огурцы, тыквы, дыни), а также орехи и фрукты.

Кратко о некоторых лекарственных растениях, полезных Рыbam.

### **Жасмин**

Настой из его цветков — замечательное средство при невралгиях. Цветы нередко смешивают с чаем, что придает ему волшебный аромат. Молодые листья растения используются также для приготовления салатов.

Целебный жасминовый настой: цветы жасмина, лепестки розы, свежие листья черной смородины (1:1:1) пропустить через мясорубку, залить водкой и поставить в темное прохладное место на три недели, после чего тщательно процедить через марлю. Перед употреблением разбавить водой (1:1). Полезное тонизирующее средство (внутрь по 1 ст. л. раз в день) и наружно — как лосьон при дряблой или сухой коже. Сухие и свежие цветки

жасмина используются во множестве прописей: настоев, отваров, лосьонов, мазей.

### *Бузина черная*

Используются преимущественно ее цветки. Наружно настой цветков применяют в виде примочек, компрессов при фурункулах и других заболеваниях кожи, а также отложениях солей.

### *Сирень обыкновенная*

Также применяются, в основном, цветки. Особенno эффективны при ревматизме, болезнях сердца, отложении солей, а также при пяточных шпорах.

Рецепт: залить цветки водкой в отношении 1:10, настоять 8 — 10 суток в плотно закрытой посуде, тщательно процедить. Принимают это средство внутрь — по 30 капель, 2—3 раза в день. Одновременно из той же настойки можно делать компрессы на больные места.

### *Тысячелистник*

Всем Рыбам полезно испробовать следующий рецепт: цветы тысячелистника в смеси с цветами боярышника (1:1) залить 2 л кипятка; настоять 10 мин и влить в воду для приема ванны. Можно,

помимо полной ванны, использовать то же средство местно — для рук и ног.

## *Чага или березовый гриб*

Это растение — поистине уникальное явление природы. Его целительные свойства известны с древних времен, и особенно — на Руси, где береза является одним из национальных символов. Сегодня целебная сила чаги является общепризнанной, и все больше препаратов на ее основе появляется в продаже на полках аптек.

Спектр терапевтического применения чаги весьма широк, потому что березовый гриб — это совершенно замечательное средство. Препараты на основе чаги не токсичны, аллергические реакции возникают редко, лечить ими можно многие болезни.

Чага распространена довольно широко по всему северному полушарию: гриб можно встретить как в лиственных, так и смешанных лесах. Предпочитает умеренно-влажный климат, но растет повсюду, где есть березы. Гриб представляет собой желвакообразный нарост на коре дерева — неправильной формы, которая может быть как округлой, так и вытянутой. Излюбленные места на дереве — сучки, поломанные ветви и участки с

поврежденной корой. Чаще всего это старые деревья.

За счет комплекса биологически активных веществ и минералов, содержащихся в грибе, препараты чаги:

- выводят из организма токсины, шлаки и другие вредные вещества,
- стабилизируют давление и сердечный ритм,
- нормализуют пищеварение,
- снижают риск развития заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Вот несколько поистине чудодейственных рецептов на основе чаги:

- 100 г измельченного сухого сырья чаги залить 1 л теплой кипяченой воды и варить на медленном огне как минимум в течение 20 мин. Настоять, укутав или в термосе, 2 ч. Пить вместо чая, минимальный срок ежедневного приема — три недели.
- Горсть чаги заварить кипятком и прокипятить. Выдержать на водяной бане еще 15 мин, а затем и настаивать, пока напиток не приобретет цвет крепкого чая с красноватым отливом. Пить, как чай (вместо сахара использовать натуральный мед).
- В осенне-зимний период напиток из чаги с медом и яблочным уксусом (чагу заварить

как чай, добавить на стакан 1 ст. л. натурального меда и 1 ч. л. яблочного уксуса) полностью восполняет потребность организма в микро- и макроэлементах.

### *Фиалка (анютины глазки)*

Свежие измельченные и после того распаренные листья — применяют в виде аппликаций при самых различных опухолях, отеках, гнойных ранах, фурункулах, дерматозах.

Цветы и листья в виде мазей — при уплотнениях, опухолях, ограничении подвижности в суставах, воспалении сухожилий, анальных трещинах.

Целебный чай из фиалки: 10 г сухой травы на 1 стакан кипятка; настаивать не менее 15 мин; пить по 1 ст. л. 3—4 раза в день. Прекрасное мочегонное и отхаркивающее средство, также лечит подагру, ревматизм, весьма полезно при бронхитах.

Настой из цветков фиалки применяется в народной медицине при заболеваниях горла и гортани. Настойка спиртовая (готовится из всего растения целиком) — при болезнях кишечника, матки, при миоме матки.

Следует знать, что при нарушениях дозировки средства на основе фиалки могут вызывать тошноту, вплоть до рвоты.

## *Медуница*

Эта трава является прекрасным средством при всех болезнях крови, способствует ее разжижению (наиболее эффективным является использование медуницы в сочетании с такими растениями, как цикорий и полынь).

## *Жимолость*

Ягоды — укрепляют кровеносные и лимфатические капилляры, особенно кожные. При приеме внутрь не только прекрасно способствуют выделению желудочного сока, но и защищают организм от отравления, особенно тяжелыми металлами. Назначают жимолость при авитаминозе, малярии, гипертонии, малокровии, запорах, заболеваниях желудка и печени. Она улучшает состав крови, работу нервной системы. Отвар: 1 ч. л. измельченных веток в период цветения на стакан кипятка. Пить по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

## *Кориандр*

Это однолетнее растение семейства сельдерейных. Зелень и семена богаты эфирными маслами, а также витаминами В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, С, каротином. Плоды применяют в народной медицине как улучшаю-

щее пищеварение, отхаркивающее и ранозаживляющее средство. Настойка и отвар обладают успокаивающим эффектом, эфирное масло кориандра — желчегонным, антисептическим, ранозаживляющим и усиливающим свойствами.

В пищу употребляют семена кориандра для ароматизации хлеба, кондитерских изделий, маринадов, соусов, ликеров, в кулинарии — при изготовлении блюд из дичи. Зелень едят в свежем виде как богатый источник витаминов, но можно и заготовить ее впрок для длительного хранения: зелень, собранную в период цветения, сушат на воздухе.

## *Гороскоп для Рыб*

Рыbam придется, порой, нелегко, но в целом год им предстоит удачный.

Рыбы знают, чего хотят, у них сильные нервы, они трудолюбивы — и при этом склонны подходить к решению проблем и задач очень творчески. Но в этом году Рыбы в дополнение обретут способности к быстрым и решительным действиям — что обычно им не свойственно.

В финансовом плане весь год дела будут обстоять благополучно. Небольшие затруднения могут возникнуть только в середине марта и начале ноября, но все быстро уладится.

Полное солнечное затмение 29 марта в Овне может произвести у Рыб довольно сильные перемены в личном, вплоть до таких, что оказывают влияние на всю жизнь.

В период с середины марта до начала августа для многих Рыб вероятны не только поездки и путешествия, но также и смена по той или иной причине места жительства. Кроме того, в этот период могут возникнуть некоторые личные проблемы. Однако в итоге Рыбы только улучшат свои супружеские отношения, а одинокие, с большой вероятностью, найдут свою любовь.

В мае для Рыб предстоит счастливое время: очень вероятны получение наследства, крупный выигрыш, значительное повышение на службе, рост социального статуса. Появится возможность обустроить дом по своему вкусу либо даже приобрести новое жилье.

Полное солнечное затмение 22 сентября в знаке Девы может принести Рыbam кратковременные неприятности — осложнения на работе, обман; такая опасность продлится, постепенно убывая, вплоть до ноября.

А вот в ноябре и особенно декабре все возникшие проблемы решатся, причем, с очень удачным исходом. Декабрь для Рыб вообще обещает быть удачным во всех отношениях.

Но и в течение всего года знаку сопутствуют удача, а также симпатия и доверие со стороны окружающих, что немаловажно.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильного выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

### *Напиток здоровья для Рыб*

Сбор из 1 ст. л. ягод земляники, 1 ст. л. смородины, 1 ст. л. клубники, 1 ст. л. цветков липы, 1 ст. л. мяты, 1 ч. л. лимонной цедры. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 15—20 мин, процедить настой.

Добавить меда по вкусу. Пить в теплом виде.



## Овен (21.03 – 20.04)

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ универсальной жизненной силы. Он проявляется в сексуальности, импульсивности, энергичности, бойцовском духе, а также в феномене рождения. Месяц Овна — 21.03–20.04. Это время, способствующее тому, чтобы осознать свои скрытые внутренние резервы, понять и принять все новые обстоятельства жизни, а также что в ней следует обновить и какие возможности представляются для этого, в каких областях необходимо проявить мужество и решительность, чтобы полностью ощутить радость жизни.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Наперстянка** (21.03–31.03). Это довольно невзрачный на вид цветок, но, тем не менее люди, рожденные под его символом, — решительны, обладают недюжинной волей, реакция их быстрая и правильная. Предпо-

читают интеллектуальные виды труда, и в работе показывают блестящие результаты, благодаря свойственному им аналитическому складу ума. Недостаток — в быстрой утомляемости, из-за которой наперстянки нередко страдают от упорных головных болей, а продуктивность их труда резко падает. Этим людям свойственна весьма трезвая оценка любых жизненных ситуаций, но почти неизменно отличает прирожденный оптимизм. Все это делает их весьма симпатичными для окружающих, в личной жизни проблем, как правило, не слишком много. Быстрая утомляемость делает их склонными к неврозам, дистониям, вегетативным расстройствам. Нередки болезни глаз.

- **Магнолия (1.04—10.04).** Людей, родившихся под знаком магнолии, в большинстве своем, отличает сильно развитое честолюбие и постоянное стремление к соперничеству. Однако положение магнолий — как в обществе, так и в быту — довольно часто бывает неустойчивым. Это связано с их недостатком: магнолии — натуры не только слишком сильно увлекающиеся, но и страдающие, наряду с этим, отличаются повышенным самомнением. Они не склонны прислушиваться к

чим бы то ни было советам, что и создает трудности на жизненном пути. Характерны болезни пищеварительного тракта как острые, так и хронические.

- **Гортензия** (11.04—20.04). Это люди практически всегда очень общительные — и при этом добрые. Помимо того, к их достоинствам принадлежат великодушие и щедрость. Однако именно от последней гортензии довольно часто и страдают, так как в ряду их недостатков под номером один следует назвать легкомыслие. К другим относятся — неизменная тяга к тому, чтобы как следует погулять, невнимательность к окружающим людям, даже самым близким. Предрасположенность к недугам практически та же, что и у рожденных под знаком мимозы.

Итак, планета Овна — Марс. Считается, что этот знак управляет головой, лицом, мозгом, kostями черепа.

### *Целебные растения и травы*

К растениям, посвященным Марсу, принадлежат жгучие, колючие растения, иногда с цветами красного цвета. В числе наиболее типичных представителей следует назвать молочай, крапиву, лук

и горчицу. Из других упомянем амарант, боярышник, горошек, майоран, первоцвет, портулак.

Растениями-целителями знака являются: алоэ, анемон, базилик, барбарис, горечавка, горчица, дрок, жимолость, иглица, имбирь, иссоп, кактус, каперс, мята, лен, лук, лютик, марена красильная, можжевельник, перец, подорожник, полынь, ракитник, редис, кресс, самшит, табак, хмель, хрень, чертополох, чеснок, шиповник.

Ниже приводится краткое описание многих из них.

### *Амарант*

Однолетнее растение семейства маревых, известно множество видов. Культивируют амарант хвостатый и метельчатый. Растение свето- и теплолюбивое, предпочитает рыхлую почву. Питательная ценность амаранта высока по содержанию аминокислот и растительного белка, а также кальция и фосфора. Листья и стебли употребляют в пищу свежими вместе с другими овощами или самостоятельно, вареными в супах, протертymi — в соусах.

В народной медицине стебли, листья и цветки амаранта широко и успешно используются как кровоостанавливающее средство при легочных, кишечных, геморроидальных и маточных кровотечениях.

чениях. Водные настои (1:10) принимают от поноса, болей в кишечнике, запора: 1 ст. л. сухих цветков залить стаканом холодной воды на 15 мин, процедить, пить перед едой по 0,5 стакана на прием.

## *Барбарис*

Колючий, слегка ветвистый кустарник с мощным корнем. В плодах растения содержится до 5 % сахаров, 6—7 % яблочной кислоты. В листьях (их сбор проводится в июне) — до 120 мг % аскорбиновой кислоты, около 40 мг % витамина Е. помимо этого, барбарис содержит и отдельные алкалоиды, в частности, уникальный берберин, которым наиболее богаты корни растения.

Полученный из корней барбариса препарат берберин сегодня широко применяется в клинической медицине — при кровотечениях, заболеваниях печени и желчного пузыря. В народной медицине барбарис издавна считается очень действенным средством при заболеваниях женских половых органов, желче- и почечно-каменной болезни, подагре, ревматизме, простатите. Кроме того, народные целители приписывают барбарису определенное противоопухолевое воздействие, а его плодам — противодиабетическое.

Очень широко в народе применяют настой из корней и коры растения — как эффективное жаропонижающее средство.

### *Горошек*

Горох — это травянистое однолетнее растение. Светолюбив и стоек к холоду, его семена прорастают уже при 2—5°C, а всходы выдерживают заморозки до —6°C.

Относится к одним из наиболее богатых источников белковых веществ среди всех овощных культур. В зрелых семенах гороха содержится до 35 % растительного белка, при этом калорийность гороха в 1,5—2 раза выше, чем у других видов овощей и картофеля. Недозрелое зерно гороха — сочное и сладкое — называют зеленым горошком. Он содержит до 18—22 % сухого вещества, 4,8—5,2 % белка, 25—38 мг аскорбиновой кислоты, 1—1,7 мг каротина на 100 г сырой массы, а также витамины группы В, РР, натрий, калий, кальций, фосфор, железо. Зеленый горошек является ценным источником незаменимой аминокислоты лизина, который особо необходим для молодого растущего организма.

Кроме того, в народной медицине считается, что все съедобные части растения, употребляемые

в пищу в свежем виде, обладают свойством значительно снижать процентное содержание сахара в крови (что наиболее актуально при сахарном диабете).

### *Можжевельник*

Плоды этого растения (так называемые шишко-ягоды) содержат до 42 % сахара, эфирное масло, органические кислоты, пектин, воск и др.

Известно, что Овен не столь уж редко страдает от язвы желудка (которая у этого знака развивается чаще всего на нервной почве). Народная медицина при этом недуге считает высокоэффективным средством ежедневное употребление в пищу сырых плодов можжевельника на протяжении длительного времени.

Препараты на основе можжевельника хорошо помогают от отеков, ими также лечатся глистные инвазии (глистогонное средство).

Рецепт отвара: 50 г сухих измельченных плодов можжевельника залить стаканом кипятка, кипятить 30 мин, процедить и добавить мед (предпочтительно майский) до сиропообразной консистенции. Средство пьют по 1 ч. л. перед едой. Весьма эффективно при нарушениях менструального цикла, воспалении придатков матки и маточных

труб, болезнях печени, мочевого пузыря, при почечно-каменной болезни.

Наконец, можжевельник представляет особую ценность из-за высокого содержания фитонцидов (в 15 раз больше, чем, например, для иных лиственных растений). Можжевельник также хорошо задерживает пыль, чем также способствует очищению воздуха.

### *Крапива*

Это многолетнее травянистое растение. Как в официальной, так и в народной медицине применяют, в основном, двудомную, и гораздо реже — жгучую. Листья крапивы двудомной содержат минеральные соли, органические кислоты, белки, аскорбиновую кислоту (до 200 мг %), каротин и каротиноиды (до 50 мг %), витамины K, B<sub>2</sub>, соли железа, калия, эфирное масло, дубильные вещества. По белкам они не уступают бобам, гороху. В семенах крапивы — 32,5 % жирного масла.

Что же касается жгучей крапивы, ее используют (в основном, народные целители) для лечения аллергии, крапивницы, отеков кожи и слизистой: пьют настой или отвар растения по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

Рецепт отвара: 16 г сухих листьев залить стаканом кипятка и выдержать затем 15—20 мин на слабом огне или водяной бане.

Отвар крапивы двудомной готовят и принимают по аналогичной схеме — он эффективен при поносах, как отхаркивающее, противолихорадочное, противовоспалительное и мочегонное средство.

Очень широко известный (за счет высокой эффективности) рецепт: 1 ст. л. крапивы (сухой измельченной травы) залить стаканом кипятка (но не кипятить), настаивать не менее 30 мин, после чего хорошо процедить. Данное средство принимают по 1 ст. л. 3—4 раза в день как прекрасное кровоостанавливающее и при этом кровоочистительное средство, а также просто в качестве ценного витаминизированного напитка.

Практически точно такой же настой (1 ст. л. травы на стакан кипятка), но при этом приготовленный в термосе — настаивать не менее часа — является старинным средством народной медицины при легочных, кишечных, почечных кровотечениях. Прием данного средства (принимать по 1 ст. л. за полчаса до еды 3 раза в день) доказано: увеличивает количество гемоглобина в крови.

Смесь крапивы с корой крушины (в соотношении 1:1) готовят настой в термосе и пьют по 1 ст. л. 3 раза в день до еды при обострениях геморроя.

Корни крапивы двудомной используют для приготовления множества целебных средств (чаще в виде отвара и настойки), которые применяются для лечения заболеваний почек, желудка, двенадцатиперстной кишки, бронхиальной астме, туберкулезе, а также как противораковое средство; все эти препараты обладают также хорошим отхаркивающим действием и полезны при бронхите.

Водный настой и отвар корней принимают при эпилепсии, истерии, параличе, он обезболивает менструации. Отваром из корней лечат многие нервные расстройства. Это также хорошее наружное антисептическое средство при гинекологических заболеваниях.

Практически все средства из крапивы обладают свойством улучшать аппетит.

Средство при ожогах (применяется наружно): свежую траву крапивы жгучей (1 стакан) залить водкой (0,5 л), и настаивать в прохладном темном месте не менее двух месяцев, после чего процедить.

Лечебные прописи на основе крапивы (как жгучей, так и двудомной) противопоказаны при

атеросклерозе, гипертонии, повышенной свертываемости крови.

### *Боярышник*

Крупный кустарник или дерево до пяти метров высотой (семейство розовых), ветки с колючками.

В цветках и плодах растения содержатся флавоноиды, сапонины, дубильные вещества и др. Препараты из цветков и плодов (их следует заготавливать в сентябре — октябре) рекомендуются народными целителями при сердечно-сосудистых, нервных заболеваниях и гипертонии.

При болезнях сердца, вегетоневрозах и т. д. рекомендуется настой: 1 ст. л. сухих измельченных плодов залить стаканом кипятка, после чего настоять полчаса на водяной бане, охладить в течение 45 мин, хорошо процедить и долить кипяченой водой до начального объема. Принимать данное средство по 0,5 стакана, 2 или 3 раза в день за полчаса до еды (либо спустя час после приема пищи). Эта же настойка эффективна при многочисленных расстройствах и недомоганиях климактерического периода у женщин.

Общим противопоказанием для всех средств на основе боярышника является стабильно пониженное артериальное давление (гипотония).

## *Горчица*

Однолетнее растение семейства капустных. Ростки молодых растений горчицы (до возникновения побегов) обладают нежным вкусом и могут заменить жидкую горчицу. Сами листья горчицы приятны на вкус. Их употребляют в свежем,вареном, тушеном и сущеном виде, засаливают.

В семенах растения содержится до 35—40 % жирного масла, 20—25 % белков, слизь (15 %), гликозид синигрин и фермент мирозин. В листьях растения содержится до 400 мг аскорбиновой кислоты на 100 г зеленой массы. Горчица не только возбуждает аппетит, но и значительно усиливает выделение желудочного сока, оказывает противовоспалительное и антисептическое действие.

Горчичным спиртом (2 %) делают растирания от ревматизма, радикулита, иногда невритов, простудных заболеваний.

Испокон веков известна эффективность применения горчичников (которые, кстати, довольно легко можно изготовить из порошка горчицы в домашних условиях), при бронхитах, плевритах, бронхопневмонии и после сильного охлаждения с целью предупреждения этих болезней.

Детям младшего возраста с воспалительными явлениями либо заболеванием органов дыхатель-

ной системы рекомендуются горчичные ванны для ног, горчичные обертывания.

При гипертонической болезни применение горчичников в области шеи приводит к уменьшению головной боли у больных.

Интересно, что в народной медицине довольно широко используют горчичное семя при лечении хронического гастрита. Методика такова: больному следует ежедневно пить воду с горчичным семенем (немолотым) по утрам натощак — начать с 1 семени и дойти до 20, увеличивая дозу ежедневно на 1. Дойдя до 20, следует сбавлять по 1 каждый день, постепенно сходя на нет.

### *Иссоп*

Многолетнее травянистое растение из семейства яснотковых. Размножается семенами и черенками. Можно культивировать через рассаду. Зелень убирают в начале цветения и в течение всего лета. Семена созревают в августе. Иссоп используется в пищу: его свежие листья и цветки — деликатная приправа к салатам, супам, мясным и овощным блюдам.

В народной медицине траву иссопа исстари применяют как превосходное отхаркивающее средство при лечении кашля, хронического бронхита, бронхиальной астмы.

Кроме того, применяется внутрь — для лечения хронических воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта, и наружно как ранозаживляющее.

## *Мята*

Многолетнее травянистое растение семейства яснотковых. Листья мяты содержат горечи и дубильные вещества, богаты аскорбиновой кислотой, каротином. Эфирное масло имеет специфический запах. В сухих листьях мяты — до 3 % эфирных масел, обладающих способностью рефлекторно расширять сосуды сердца и головного мозга (что актуально для Овнов), а также и легких. Кроме того, растение содержит флавоноиды и органические кислоты.

Чай и квас, приготовленные с мятою, — ароматные, вкусные, освежающие и очень полезные напитки.

В народной медицине используется как противосудорожное, успокаивающее, болеутоляющее средство. Настой мяты с добавлением майорана некоторые целители рекомендуют в качестве средства, улучшающего память. При мигрени и головной боли (частое недомогание Овна), Овны, принимают мятный настой.

Рецептура: 1 ст. л. мяты залить 1 л кипящей воды, настаивать в течение 2—3 ч, остудить, процедить через марлю. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана, 3 раза в день до еды.

Мята обладает прекрасным успокаивающим нервную систему действием. Настой листьев можно применять так же, как желчегонное и улучшающее пищеварение средство; в народной медицине рекомендуется при повышенной кислотности желудочного сока.

## *Хрен*

Многолетнее растение семейства капустных. В основном, используются корни, иногда, много реже — листья растения. В корне хрена содержится гликозид синигрин, при расщеплении которого образуется аллиловое горчичное масло (которым обусловлен специфический, острый запах и вкус хрена) и лизоцин, обладающий бактерицидным действием. Кроме того, растение содержит в корнях до 10—12 % сахара, 98 мг % аскорбиновой кислоты, от 0,3 до 0,9 мг % каротина, смолистые и азотистые вещества, фермент мирозин, фитонциды, жиры, калий, кальций, фосфор.

Листья хрена срезают летом и широко используют при засолке огурцов и помидоров. В листь-

ях также содержатся фитонциды, эфирное масло, фермент мирозин и др.

В народной медицине весьма распространено такое средство, как сок хрена с водой (в соотношении 1:1) — его используют для обмывания, ванночек и лечат им крапивницу, гнездовую плешировость, себорею, ишиас. Кроме того, водный раствор сока применяют внутрь — при анацидных (со сниженной кислотностью) гастритах, дискинезии желчных путей, при расстройствах пищеварения, а также при атонии кишечника.

Наружно применяют листья хрена в виде пластиря на ушибы и растяжения, из них же народные целители рекомендуют делать припарки на болезненные места при ревматизме, радикулите, а также различных болезнях селезенки и печени.

Из корня хрена также готовятся растирки при радикулите, миозитах, артритах. Сок используют в косметических целях — для удаления веснушек и пигментных пятен.

Водный настой корня хрена: 1 кг корней пропустить через мясорубку, залить 3 л кипятка, настаивать, плотно укутав, в течение суток и процедить через марлю. Это замечательное средство от многих недугов, обладающее выраженным антимикробным действием — в виде полосканий, примочек, компрессов при воспалительных процессах

полости рта, глотки, пиодермии (гнойничковое поражение кожи). Этот же настой, принятый умеренно внутрь, действует отрезвляюще при алкогольной интоксикации.

Компрессы с обезболивающим действием можно также делать из мелко натертого корня растения: кашицу заворачивают в полотенце или ткань, прикладывают к болезненному месту и держат в течение 20 мин, периодически выдавливая сок. После такого компресса народные целители рекомендуют обязательно смазать покрасневшую кожу твердым жиром (лучше птичьим — гусиным, например).

Следует помнить о том, что прием препаратов на основе хрена внутрь строго противопоказан при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, а длительное превышение рекомендованных в прописях доз чревато возможностью почечного паренхиматозного кровотечения.

### *Каперсы*

Многолетнее вьющееся или стелющееся растение, с ветвями до 1,5 м длиной. Каперсы придают пище кисловатый привкус, обусловленный содержащимся в них эфирным маслом (в пищу идут цветочные почки). Спелые плоды можно есть в

сыром виде. Кроме того, они витаминизируют пищу, благодаря высокому содержанию рутина и аскорбиновой кислоты. В плодах, кроме того, содержится до 18 % белка и около 35 % растительного жира.

## *Шиповник*

Это растение, которому мало равных в высоком содержании витаминов. В народной медицине применяется чрезвычайно широко и используется при лечении очень многих заболеваний.

При авитаминозах, головных болях (очень частое недомогание для Овнов) народная медицина рекомендует принимать настой: 40—50 плодов шиповника залить 1 л кипятка, настаивать не менее чем 3 ч, в теплом месте или укутав, затем процедить через марлю.

Плоды шиповника широко известны также своим мягким мочегонным и значительным очищающим организм от шлаков действием. Для этого рецептура настоя несколько иная: 2 ст. л. сухих измельченных плодов заливают стаканом кипятка и настаивают исключительно в термосе в течение ночи. Принимать данное средство по 0,5—1 стакану 2—3 раза в день. Данная рецептура, помимо указанного выше, с успехом применима также при:

- анемии,
- астении,
- любых инфекционных заболеваниях,
- как желчегонное,
- при анацидном (с пониженной кислотностью желудочного сока) гастрите,
- импотенции,
- головной боли,
- для улучшения сна,
- при простуде,
- обморожении,
- самых различных болезнях почек.

Отвар корней растения — действенное средство при мочекаменной болезни (для расщепления камней в почках до состояния песка): 2 ст. л. измельченных корней шиповника залить двумя стаканами кипятка, кипятить 15 мин; остудить и процедить через марлю. Принимать с означенной целью по  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день не менее, чем на протяжении двух недель.

Эта же рецептура отвара применима:

- против приступов малярии,
- при воспалении печени и селезенки,
- как укрепляющее нервную систему при парезах и параличах.

Одной из очень частых болезней Овнов является конъюнктивит. Его с успехом лечат настоем

из лепестков цветков шиповника. То же средство дает положительный эффект и при сахарном диабете.

Кроме того, из семян шиповника отжимают жирное масло, которое в народной медицине используют в форме клизм при лечении язвенного колита (процедуры ежедневно, температура масла 39°C, не менее, чем две и не более, чем три недели подряд). Наружно масло семян используют для лечения пролежней, трофических язв, трещин сосков, ожогов.

### *Алоэ древовидное (иначе — столетник)*

Это во всех отношениях замечательное растение с древности пользуется в народной медицине большой популярностью при лечении самых различных заболеваний. Недаром его так широко выращивают повсеместно в домашних условиях (алое тепло- и влаголюбиво).

Растение содержит витамины, фитонциды, ферменты, смолистые вещества, а также богатый комплекс макро- и микроэлементов, в числе которых железо, марганец, кобальт, медь.

Препараты на основе алоэ улучшают аппетит и пищеварение, усиливают секрецию пищевари-

тельного сока, оказывают желчегонное и мягкое слабительное действие. В то же время они обладают сильными противовоспалительными и антибактериальными свойствами.

Однако все препараты алоэ имеют ряд противопоказаний к применению. Это:

- беременность;
- заболевания почек и мочевого пузыря;
- хронические нарушения пищеварения;
- онкологические болезни.

Кроме того, следует помнить о возможности развития аллергических реакций.

Листья алоэ, выдержаные в соответствующих условиях (темнота, температура 6—8° С) в течение должного срока (от 12 до 15 дней) вырабатывают вещества из ряда биогенных стимуляторов. Эти препараты, попадая в организм человека, активизируют деятельность клеток больного органа. Используются для повышения сопротивляемости организма: при лечении глаз (что часто актуально для Овна), при анемиях, воспалении полости рта и горла. В народной медицине алоэ широко применяют при истощении, общей слабости, головной боли.

Рецепт: на мясорубке измельчить 1,5 кг листьев (растение должно быть не менее, чем трех — пятилетнего возраста), добавить 2,5 кг меда и 650 г

кагора. Смесь тщательно перемешать и выложить в стеклянную банку, плотно закрыть и оставить на неделю в темном месте. Это доза на курс лечения до 2—3 месяцев. Принимать по 1 ч. л. за 1 ч до еды, 3 раза в день.

### *Базилик*

Многолетнее растение семейства ясотковых, полукустарник до 100 см высотой. Растение очень теплолюбивое, предпочитает богатые перегноем почвы. В надземной части содержится много аскорбиновой кислоты, а также каротина и рутина, это она — ценный источник эфирных масел. Сушеные листья базилика входят в состав не только лекарственных средств, они находят себе применение и в кулинарии (в основном, как ароматизаторы).

В народной медицине базилик считается замечательным средством при болезнях дыхательных путей и легких — кашель, коклюш, пневмония, при воспалительных заболеваниях мочеполовых органов, а также при экземе.

Настой базилика: 2 ч. л. сухого измельченного сырья на стакан кипятка (сильная доза); то же количество на 2 стакана — слабая.

При отите (гнойном воспалении среднего уха) рекомендуется закапывание соком из свежих листьев базилика.

При зубной боли помогает полоскание чуть подсоленным отваром базилика с добавлением небольшого количества яблочного уксуса.

*Примула лекарственная  
(другое частое название растения —  
первоцвет)*

Многолетнее невысокое травянистое растение; быстро растет и обильно цветет. Наземная часть его содержит до 600 мг % витамина С, 3 мг % каротина, а также в изобилии различные вещества групп флавонидов и сапонинов. По содержанию витамина С первоцвет сравним с такими его ценными источниками, как лук, редис, сельдерей, петрушка и укроп огородный. Растение повсеместно культивируется — и как пищевое, и как лекарственное. Свежие листья используют в салатах, супах, омлетах, приправляют им мясные блюда.

В народной медицине высушенные листья примулы используются (в форме порошка либо настоя) при кровотечении из десен, авитаминозе — для улучшения зрения и пищеварения, а также при гриппе, ангине, бронхите.

Настой цветков и листьев — действенное средство от мигрени, которая также относится к характерным для Овна недугам, его также используют

при простудных заболеваниях, хронических запорах, цистите (воспалении мочевого пузыря).

Настой цветов — эффективен от головной боли, неврастении, бессонницы (Овны нередко страдают от нарушений сна).

Чай из первоцвета: 1 ст. л. листьев и цветов заварить стаканом крутого кипятка и пить от мигрени, как мочегонное, а при простуде — как потогонное средство.

Чай только из цветов, обладает седативным, снотворным свойством, эффективен при параличах, болезнях сердца, ревматизме, мигрени, простуде, заболеваниях почек.

Пропись (отвар): 1 ст. л. корней первоцвета с корневищами залить 1 стаканом кипятка, нагревать 30 мин, процедить, долить до первоначального объема кипяченой водой. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

### *Гороскоп для Овна*

Для Овнов это непростой год, но итоги его могут стать многообещающими. Начало года и особенно январь неблагоприятны: у овна масса проблем и дел, кроме того, возможны трения с родственниками, вопросы общения выйдут на первый план. К тому же и в финансовом плане

будет сложно: не исключено, что придется экономить и урезать семейный бюджет.

Однако все это продлится не долее, чем наступит полное солнечное затмение 29 марта (14:15 по московскому времени). Этот момент и станет тем фактором, который определит для Овна события всего оставшегося года.

Солнечное затмение не только положит конец всем неудачам первых месяцев, но и положит начало самым благоприятным событиям. А с середины апреля для Овна очень высоко вероятны перспективы успеха в профессиональной деятельности. За счет новых полезных знакомств все финансовые дела уладятся легко и просто. Более того, к началу мая ситуация стабилизируется настолько, что доходы начнут существенно расти.

Май особенно покровительствует Овнам — актерам, художникам, музыкантам. Кроме того, этот месяц для Овна станет романтическим временем, когда все благоприятствует не только приятным приключениям в личной сфере, но и любви, заключению брака.

Правда, летом возможны мелкие неурядицы: на работе, в финансовом плане, в личной жизни (последнее — наиболее вероятно в августе).

Но осень и зима обещают быть спокойными и благополучными в финансовом отношении для всех Овнов. На личном фронте также все уладится.

Наилучшее время для отдыха — октябрь, для Овнов наилучшим вариантом в этом году будет отдых дома, а не на курорте или в санатории.

Весь декабрь пройдет спокойно и счастливо.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильно-го выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

### *Напиток здоровья для Овна*

Приготовить сбор из 1 зубка измельченного чеснока,  $\frac{1}{2}$  ч. л. хрена,  $\frac{1}{4}$  ч. л. горчицы и  $\frac{1}{4}$  ч. л. кориандра. Измельчить сбор, поместить его в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, настоять в течение 1 ч и процедить.

Можно подсолить по вкусу. Пить небольшими дозами перед едой.



## Телец (21.04 – 21.05)

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ формирующей силы земли. С Тельцом мы вступаем в материальный мир — питаемся, растем, владеем собственностью, он покровительствует телесным и чувственным ощущениям человека.

Месяц Тельца — 21.04—21.05. Он способствует тому, чтобы понять, твердо ли стоим на Земле, какие стороны своей жизни необходимо в этом плане изменить или защитить. Природа в это время вдохновляет любого человека к наслаждению жизнью.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Георгин** (21.04—30.04). Людей, рожденных под этим знаком, отличают сдержанность, прилежание, настойчивость. Они весьма критичны в своих суждениях; легкие победы им не свойственны — георгины привык-

ли добиваться всего в жизни своим трудом. Все эти свойства делают их весьма привлекательными в плане личной и семейной жизни.

- **Ландыш (1.05—10.05).** Ландыш отличается непрактичностью, он наивен и доверчив. За счет таких своих качеств, как открытость людям, щедрость и бесхитростная доверчивость, люди, рожденные под этим знаком, нередко бывают обмануты, и довольно часто попадают в весьма сложные ситуации как на работе, так и в личной жизни. Вот почему женщины, родившиеся под знаком Ландыша, нуждаются в сильном, практичном и энергичном мужчине, как никто другой — им просто необходима поддержка, чтобы выстоять в житейских невзгодах. С другой стороны, в труде им свойственны такие высокие качества, как прилежание и большая добросовестность. В личной жизни отличаются постоянством, хотя и бывают не в меру ранимы и раздражительны.
- **Портулак (11.05—21.05).** Люди, рожденные под этим знаком, довольно часто трудны в общении. Это связано с особенностями их характера: конфликтность, подозрительность, некоторая замкнутость. Отличительной чер-

той этого знака можно считать склонность долго и очень болезненно переживать собственные неудачи. Этим объясняется и постоянная настороженность, склонность перестраховываться. Между тем узнав такого человека поближе, становится ясно, насколько он морально уязвим, раним и впечатлителен. Портулаку трудно угодить, но в любовных отношениях он проявляет себя неизменно с самой лучшей стороны — постоянство, умение выслушать и понять другого.

Итак, планета Тельца — Венера. Наиболее предрасположены к заболеваниям и уязвимы у людей этого знака шея (включая и шейный отдел позвоночника), глотка, пищевод, мозжечок.

Традиционно растения Венеры — это фиалка, мята, алтей, гвоздика, гранат, греческий орех, клевер.

Из пищевых растений для знака Венеры следует назвать ежевику, подсолнух, укроп, картофель, морковь, салат, смородину черную, персик, шпинат, фасоль — все они рекомендуются Тельцам для включения в их рацион питания.

Относительно полный перечень целебных для Тельца и полезных для его здоровья трав представлен ниже: это абрикос, алтайский корень, арти-

шок, бобы, бузина, виноград, вишня, вербена, гвоздика, гранат, герань дикая, крапива, клевер, ковыль, крестовик, крыжовник, лилия, лопух, маргаритка. миндаль, мятта, наперстянка, нарцисс, остролист, ольха, папоротник, пырей, рябина, сушенница, яблоки.

### *Бобы*

Бо́аты белками, углеводами, витаминами В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, РР, Е, С, а также каротином, минеральными солями калия, кальция, магния и фосфора. Содержат сахар, белок. Бобы выводят излишнюю жидкость из организма, снижают содержание сахара в крови. Зеленые бобы — диетическое блюдо при заболеваниях печени, почек, кишечника. Отвар семян — действенное средство при поносе.

Бобы не рекомендуется включать в свой рацион людям, которые страдают от ревматизма и подагры.

### *Подсолнечник*

Семена применяют при аллергии (крапивнице), бронхите, их употребление угнетает рост опухолей. В молодых корзинках подсолнуха много пектина, который выводит холестерин. Масло рафинированное употребляют для вытяжки ценных

веществ из целебных растений: лавровый лист — для растирки при ревматизме и артритах, орех — при фурункулезе, облепиховое масло — о нем нужно говорить отдельно, так как это крайне ценный в лечебном отношении продукт.

Ежедневное употребление всего 2 г подсолнечного масла удовлетворяет потребность организма в ненасыщенных липидах, которые необходимы для нормальной деятельности нервных клеток головного мозга.

Чай из соцветий подсолнуха и листа черной смородины лечит неврозы. Настой: 1 ст. л. цветков залить стаканом кипятка, настаивать, укутав, 1 ч, процедить. Принимать по 0,5 стакана до еды в качестве средства, нормализующего аппетит.

Настой же из высушенных стеблей растения является проверенным временем средством от приступов астмы (недуг, довольно частый у Тельцов). Его пьют также и в промежутках между приступами по 1 ст. л. 3 раза в день, что постепенно сокращает количество приступов.

### *Гранат*

Гранатовый сок в народной медицине рекомендуется применять как средство против почечных колик, болей в желудке; полезен при сахарном диабете.

Имеет ранозаживляющее действие, находит применение в комплексной терапии геморроя, ожогов, конъюнктивита. Отвар из корок граната — проверенное средство для изгнания ленточных глистов.

### **Фасоль**

Однолетнее травянистое растение. В бобах фасоли содержатся белок, аминокислоты из числа незаменимых — триптофан, лизин, аргинин, тирозин и гистидин, аскорбиновая кислота, каротин, калий, кальций, фосфор, железо, витамины группы В.

Благодаря тому, что фасоль столь богатый полезными веществами продукт, ее широко применяют в диетическом питании при атеросклерозе и нарушениях сердечного ритма.

В народной медицине настои и отвары стручков используют при заболеваниях почек, ревматизме, гипертонической болезни и нарушениях солевого обмена. Фасоль усиливает секрецию желудочного сока при его пониженной кислотности, употребляется при диабете, хроническом панкреатите.

Отвар сухих цветков растения народные целители рекомендуют принимать при мочекаменной болезни.

## *Укроп*

Однолетнее растение семейства сельдерейных, с приятным специфическим запахом, который обусловлен эфирным маслом, содержащимся во всех частях растения. В семенах укропа содержатся азотистые вещества, сахар, клетчатка. В листьях и стебле много витамина С, каротина, витаминов группы В, а также присутствуют соли кальция, фосфора и железа.

В народной медицине укроп рекомендуется при болезнях кишечника, для улучшения пищеварения, как мочегонное средство.

Укроп обладает свойством стимулировать выработку молока у кормящих матерей, он оказывает болеутоляющее и успокаивающее воздействие при различных коликах. При повышенной нервной возбудимости и тревожном сне народные целители рекомендуют на ночь пить настой из измельченных семян укропа. Настой травы и семян применяют в начальной стадии гипертонической болезни. Они способствуют расширению и укреплению сосудов, возбуждают сердечную деятельность.

Настой из травы укропа — народное средство лечения гипертонической болезни, атеросклероза, головной боли, судорог у детей, аллергического

зуда. Из него же делают примочки на уставшие глаза. Настой: 1 ст. л. измельченных семян или травы залить стаканом кипятка, настаивать в термосе 1 ч, процедить. Принимать по 2 ст. л. 4 раза в день при указанной выше патологии, а при бессоннице по одному стакану на ночь.

## Яблоки

Яблоки используются в лечебном питании при малокровии, гипо- и авитаминозах, атеросклерозе, гипертонической болезни, болезнях сердца, почек, мочевого пузыря и печени, полиартритах, ревматизме, остеохондрозе, бронхите, нервных расстройствах, кожных заболеваниях, при сахарном диабете, кишечных инфекциях, воспалении кишечника, колитах, запорах, ожирении, при сухом кашле, затрудненном дыхании, в профилактике и лечении мочекаменной болезни и подагры.

Особенно ценные сорта яблок «антоновка» и «дюшес». Кислые сорта используются при сахарном диабете, ожирении, заболеваниях желудка с пониженной кислотностью и запорах, тогда как сладкие — при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, почек, печени и подагре.

Витамин Р, содержащийся в плодах, способствует снижению проницаемости сосудов и повышает

шению их эластичности, что оказывает благотворный эффект на больных гипертонией и другими сосудистыми заболеваниями.

Наличие в яблоках тартроновой кислоты сдерживает переход углеводов в жиры, препятствуя ожирению, поэтому разгрузочные яблочные дни — одно из эффективнейших средств от ожирения. Есть данные, что в этом процессе участвуют витамины, органические кислоты, фруктоза, магний и др. Установлено, что яблочная диета снижает содержание холестерина в крови на 30 %.

Преобладание среди сахаров яблока фруктозы, утилизация которой не зависит от инсулярного аппарата поджелудочной железы, позволяет использовать яблоки при диабете.

Помимо прочего, следует упомянуть о таком целебном продукте, как яблочный уксус.

Уксус, который получен из цельных яблок, очень полезен. В частности, он содержит в себе яблочную кислоту, способствующую пищеварению. Кислота, содержащаяся в яблочном уксусе, представляет собой ценный строительный элемент, который соединяется в организме со щелочными и минеральными веществами. Она образует энергетический резерв в виде гликогена. Гликоген повышает свертываемость крови, способствует восстановлению менструального цикла, улучшает

состояние кровеносных сосудов и стимулирует образование красных кровяных телец.

Наконец, в яблочном уксусе исключительно высокое содержание калия — вещества, крайне необходимого для выработки и поддержания определенного запаса энергии в организме и для восстановления нервной системы. Прием яблочного уксуса в умеренных количествах очень полезен пожилым людям.

### *Бузина черная*

Кустарник или небольшое деревце семейства жимолостных. Цветки бузины содержат гликозиды, рутин, эфирное масло, органические кислоты (кофейная, яблочная, валериановая) и дубильные вещества. Травянистая бузина ядовита. В народной медицине довольно широко используют цветки кустарниковой бузины. Их настои обладают потогонным и диуретическим (мочегонным), противовоспалительным и отхаркивающим свойствами, эффективны при простудных заболеваниях, хронических бронхитах, ангине и гриппе.

Настой: 2 ч. л. цветков на 15 мин залить стаканом кипятка; процедить. Принимать по 2 ст. л. до шести раз в день независимо от приема пищи — при подагре и болях в суставах.

Плоды бузины полезны и в свежем, и в сушеном виде. Кисель из сушеных ягод бузины — слабительное. Отвар ягод с медом — при запорах.

Настой: 0,5 ч. л. плодов залить холодной водой на ночь, утром пить подогретым. Этим настоем полезно полоскать горло при ангине и гриппе.

Молодые листья бузины, отваренные в молоке, — средство от геморроя. Отвар из коры — при заболеваниях почек, мочевого пузыря, как рвотное средство.

Из бузины готовят примочки, ванночки при язвах, ранах, фурункулезе, ожогах, опрелостях.

### Лопух

В листьях растения содержатся эфирное масло, слизь, дубильные вещества, аскорбиновая кислота; в корнях — белок, жироподобные и дубильные вещества, пальмитиновая и стеариновая кислота, смолы, ситостерин.

В народной медицине растение используется как потогонное, мочегонное и противовоспалительное средство при лечении простудных заболеваний, болезней легких, мочекаменной болезни, язвенной болезни желудка, гастрите, ревматизме.

Свежие листья лопуха прикладывают к ушибам, ранам, ожогам, язвам, при головной боли — ко лбу.

Эффективны препараты из корня лопуха в лечении себореи, экземы, зуда, фурункулеза. Корень лопуха входит в состав комплексных сборов для лечения больных, страдающих подагрой и обменными артритами. В косметике используют настой корня лопуха на миндальном либо оливковом масле — средство укрепляет волосы, предохраняет от облысения.

### *Мать-и-мачеха*

Многолетнее травянистое растение из семейства сложноцветных. Лекарственные свойства обусловлены содержанием в листьях горьких гликозидов, сапонинов, каротина, флавоноидов, дубильных и смолистых веществ, органических и аскорбиновой кислот. Благодаря наличию в листьях растения большого количества слизи, мать-и-мачеха оказывает обволакивающее действие на слизистые оболочки полости рта и гортани, защищая от раздражения.

Эффективны препараты мать-и-мачехи при ларинготрахеитах, хронических бронхитах, бронхиальной астме. Отвары и настои листьев лечебны в

виде влажных повязок, компрессов используют для лечения фурункулеза и других заболеваний кожи.

В народной медицине вместе с листьями используют и цветки мать-и-мачехи в виде отвара как отхаркивающее и потогонное, а также при воспалении слизистой оболочки, катаре желудка, почечных заболеваниях.

Настой: 20 г сухих листьев вместе с цветами заварить стаканом кипятка, выдержать на водяной бане 10 мин, настоять еще 4 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. от трех до шести раз в день, до еды, при болезнях легких, бронхов, воспалении желудочно-кишечного тракта.

Наружно, помимо нарывов, растение лечит варикозную болезнь вен нижних конечностей.

Наружно: 4 ч. л. измельченного листа, заготовленного во время цветения мать-и-мачехи, на стакан кипятка — компресс на горло при кашле, охриплости голоса, воспалении глотки.

## *Мята*

Многолетнее растение семейства яснотковых. растет в поймах рек, на лугах и участках вблизи водоемов. Зелень мяты заготавливают в начале цветения.

Надземные части мяты содержат эфирное масло, главной составной частью которого является ментол. Из мяты делают следующие препараты: настой и настойку из листьев, мятную воду, мятные лепешки, мятное масло, и, собственно, ментол.

Наружно ментол применяется при невралгических и зубных болях (что актуально для Тельцов), мигрени и как антисептическое средство от насморка, заболеваний верхних дыхательных путей и горлани (также достаточно характерно для Тельцов). Чистый ментол входит в капли и мази от насморка, в препарат валидол.

Сухие листья обладают в настойках способностью рефлекторно расширять сосуды сердца, головного мозга, легких. Настои листьев также применяют как желчегонное, улучшающее пищеварение, особенно при повышенной кислотности желудочного сока.

Широкое применение имеет мятное масло — его включают в состав мятных капель, зубных паст, порошков, эликсиров и полосканий, используют в пищевой промышленности.

### *Наперстянка*

В листьях растения содержатся ценные гликозиды и сaponины. Препараты наперстянки в народной медицине издавна используют при сердечных бо-

лезнях; сегодня в клинической официальной медицине они применяются как средства, эффективно регулирующие деятельность сердца и кровеносных сосудов.

Следует помнить, что все, без исключения, препараты наперстянки являются сильнодействующими и потому опасными средствами; самолечение ими категорически недопустимо, терапия возможна исключительно под контролем грамотного врача.

### *Рябина*

В плодах рябины содержатся яблочная и лимонная кислоты, витамины С, Р, значительное количество каротина, горькие и дубильные вещества. В семенах — гликозиды и жирное масло. Плоды рябины — ценное поливитаминное сырье.

В народной медицине плоды рябины рекомендуют как повышающее аппетит и легкое слабительное средство, а цветки — как отхаркивающее и потогонное.

### *Смородина черная*

Препараты из смородинового листа очищают от токсинов печень, сердце, сосуды, лимфатические узлы.

Настой из листьев и плодов растения в народной медицине используется как средство излечения желудочно-кишечных заболеваний, гипертонии, атеросклероза. 30 г сухих измельченных листьев залить 0,5 л кипятка, настаивать, укутав, 3 ч, хорошо процедить. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день до еды.

Плоды черной смородины с сахаром (1:2) рекомендуются к употреблению в пищу на протяжении длительного отрезка времени при болезнях печени, нарушениях обмена веществ, а также как тонизирующее средство для людей пожилого возраста.

Сок смородины с медом (1:2) — хорошее лекарство от кашля, при бронхите, ларингите, воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей (очень частые недуги Тельца).

Настой: 20 г измельченных листьев на стакан кипятка, настоять, укутав, 2 ч, процедить. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день как витаминное средство. Настой листьев в смеси с фиалкой полезен при простуде.

Следует знать, что употребление смородины в пищу не рекомендуется беременным женщинам.

## *Алтей лекарственный*

Многолетнее травянистое растение семейства мальвовых со стержневым корнем. Растет среди кустарников, в поймах рек. Заготовку корней проводят осенью, лучше всего подходят растения не менее, чем трехлетнего возраста.

В корне алтея содержатся слизистые вещества, обладающие мягкительным, противовоспалительным и обволакивающим действием. Препараты алтайского корня (реже из цветков и листьев) широко применяются в народной медицине в качестве противовоспалительного и отхаркивающего средства, при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, воспалении мочеполовых органов, острых гастритах, колитах и энтероколитах.

## *Фиалка*

Свежесорванные и распаренные листья растения в народной медицине используются для аппликаций при отеках, гнойных ранах, фурункулах, различных дерматитах. Цветы и листья в виде мазей — при ухудшении подвижности в суставах, болезнях сухожилий, геморрое. Чай: 10 г сухой травы на стакан кипятка, настаивать в термосе 1 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды при бронхите, как отхаркивающее, мочегон-

ное, для полоскания горла. Настой из цветков считается полезным при опухолях горла и горлани (болезни Тельцов), а настойка из всего растения — также при опухолях кишечника и матки.

*Отдельные лекарственные  
растения и сборы, рекомендуемые  
при заболеваниях органов  
дыхания — (один из основных  
недугов Тельца)*

- Березовые почки. Взять 1 ст. л. почек, заварить как чай в стакане кипятка и пить в 2—3 приема за день.
- Бузина. 1 ст. л. высушенных плодов бузины черной заварить стаканом кипятка, настаивать 20 мин, процедить, добавить 1 ст. л. меда. Пить по  $\frac{1}{4}$  стакана как потогонное средство.
- Вербейник обыкновенный, трава. 1 ст. л. травы на стакан кипятка. Настаивать, укутав, 1 ч, процедить. Смазывать и полоскать рот при молочнице, ангине.
- Календула лекарственная (соцветия). 1 ст. л. сухих соцветий на стакан кипятка. Настаивать, укутав, 1 ч, процедить (вариант — 1 ч. л. 5 %-ной спиртовой настойки на стакан кипятка).

кан теплой кипяченой воды). Смазывать и полоскать 2—3 раза в день при ангине, заболеваниях полости рта и горла.

- Калина с медом. Стакан плодов залить 1 л горячей воды, кипятить 10 мин, добавить 3 ст. л. меда. Пить по полстакана 3—4 раза в день. Дает хороший эффект при простудных заболеваниях с головной болью, кашлем и потерей голоса.
- Корица принимается как потогонное средство, в виде чая при простуде, кашле. Брать не больше одной щепотки, добавить в чай имбирь, кардамон, гвоздику.
- Малина. Настой из листьев и плодов пьют теплым 4 раза в день; им же можно полоскать горло. 1 ст. л. сухих плодов малины заварить стаканом кипятка, настаивать 20 мин, пить теплым при кашле и простуде.
- Отвар цветков липы. 2 ст. л. цветков липы мелколистной залить 2 стаканами горячей воды, кипятить 10 мин. Пить на ночь по 1—2 стакана. Оказывает потогонное, жаропонижающее, бактерицидное мягкительное, мягкое мочегонное и противовоспалительное действие.

- Солодка. Корни солодки голой обжарить, измельчить, 2 ст. л. корней залить 300 мл кипятка. Через 20 мин выпить половину настоя, еще через полчаса — остальное. Вечером лечение повторить.
- Трава фиалки трехцветной. 20 г травы залить стаканом кипятка, настоять 3 ч. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день как отхаркивающее средство.
- Подорожник большой (листья) 30 г; солодка голая (корень) 30 г; мать-и-мачеха обыкновенная (листья) 40 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана настоя или отвара 3—4 раза в день после еды в качестве отхаркивающего и противовоспалительного средства.
- Алтей лекарственный (корень) 40 г; солодка голая (корень) 25 г; мать-и-мачеха обыкновенная (листья) 20 г; фенхель обыкновенный (плоды) 15 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя через каждые 3 ч при заболеваниях органов дыхания.
- Мята перечная (листья) 30 г; ромашка лекарственная (цветки) 30 г; шалфей лекарственный (листья) 30 г. Применять в виде настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3 раза в день пос-

ле еды в качестве десенсибилизирующего средства.

- Ромашка аптечная (цветки) 10 г; мята перечная (трава) 10 г; сосна обыкновенная (почки) 15 г; девясил высокий (корни) 20 г; тимьян обыкновенный (трава) 10 г. Применять в виде теплого настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3 раза при респираторных инфекциях.
- Донник лекарственный (трава) 5 г; тимьян обыкновенный (трава) 10 г; фенхель обыкновенный (плоды) 10 г; мята перечная (листья) 10 г; подорожник большой (листья) 15 г; алтей лекарственный (корень) 15 г; солодка голая (корень) 15 г; мать-и-мачеха обыкновенная (листья) 20 г. Принимать в виде теплого настоя или отвара по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3—5 раз в день при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, бронхите.
- Мать-и-мачеха обыкновенная (листья) 20 г; подорожник большой (листья) 30 г; солодка голая (корень) 30 г; фиалка трехцветная (трава) 20 г. Принимать в виде теплого настоя или отвара по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3—5 раз в день при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, бронхите.

- Багульник болотный (трава) 10 г; мать-и-мачеха (листья) 10 г; фиалка трехцветная (трава) 10 г; подорожник большой (листья) 10 г; ромашка аптечная (цветки) 10 г. Применять в виде теплого настоя по  $\frac{1}{2}$ — $\frac{1}{3}$  стакана для полоскания при ларингите и ангине.
- Первоцвет весенний (трава и корни) 10 г; анис обыкновенный (плоды) 10 г; алтей лекарственный (корни) 20 г; солодка голая (корни) 10 г. Принимать в теплом виде отвара или настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана в день при кашле и остром бронхите.
- Анис обыкновенный (плоды) 10 г; сосновые почки 15 г; календула (цветки) 10 г; шалфей лекарственный (листья) 10 г; мята перечная (трава) 10 г; мать-и-мачеха (трава) 10 г; фиалка трехцветная (трава) 10 г; эвкалипт прутьевидный (лист) 15 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана настоя или отвара 3—4 раза в день после еды в качестве отхаркивающего и противовоспалительного средства.
- Багульник болотный (трава) 10 г; мать-и-мачеха (листья) 10 г; фиалка трехцветная (трава) 10 г; ромашка аптечная (цветки) 10 г; календула лекарственная (цветки) 10 г; солодка гладкая (корни) 10 г; девясил высокий

- (корень) 10 г; анис обыкновенный (плоды) 10 г; мята перечная (трава) 10 г; подорожник большой (листья) 10 г. Принимать в теплом виде отвара или настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана в день при кашле и остром бронхите.
- Девясила высокий (корни) 10 г; анис обыкновенный (плоды) 10 г; сосновые почки 10 г; календула (цветки) 10 г; шалфей лекарственный (листья) 10 г; мать-и-мачеха (листья) 10 г; зверобой продырявленный (трава) 10 г; подорожник большой (листья) 10 г; мята перечная (трава) 10 г; эвкалипт прутьевидный (листья) 10 г. Применять в виде теплого настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3 раза при респираторных инфекциях.
- Солодка голая (корни) 15 г; синюха голубая (корни) 15 г; ромашка аптечная (цветки) 20 г; валериана лекарственная (корни) 10 г; пустырник пятилопастный (трава) 10 г; мята перечная (трава) 20 г. Принимать в виде теплого настоя или отвара по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3—5 раз в день при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, бронхите.
- Зверобой продырявленный (трава) 10 г; мать-и-мачеха (листья) 15 г; первоцвет весенний (трава) 10 г; анис обыкновенный

(плоды) 15 г; мята перечная (трава) 15 г; ромашка аптечная (цветки) 10 г; подорожник большой (листья) 20 г. Принимать в теплом виде отвара или настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана в день при кашле и остром бронхите.

## *Гороскоп для Тельца*

Для этого знака год начинается с довольно сложного периода: им предстоит распутать целый клубок проблем, из которых на первый план с высокой вероятностью вышли финансовые затруднения, неудачи в сфере личных отношений, сложности на работе, но особенно — во взаимоотношениях с самыми близкими людьми и родственниками. Практически до конца апреля Тельцы преодолевают накопившиеся трудности. Это время следует считать весьма неудачным для любых новых начинаний, кроме упорного продвижения вверх по служебной лестнице.

Наконец, столь сложное начало года чревато для Тельцов еще одной опасностью: многим представителям знака свойственно переоценивать свою значимость, что может привести к разочарованию, мрачному настроению, депрессии.

Но полное солнечное затмение 29 марта в знаке Овна знаменует для Тельцов начало нового,

более благоприятного периода, правда, дела будут улаживаться не сразу. Начнется улучшение общего положения с вероятного появления неожиданной перспективы профессионального роста; кроме того, медленно, но неуклонно стабилизируется финансовая сфера.

В мае Тельцам можно ждать увеличения доходов и некоторого улучшения в плане отношений с окружающими.

С начала июня растет вероятность удачных свершений в личной жизни, устройства семьи, заключения брака.

Но период с августа до середины сентября вновь окажется сложным. Возможно резкое увеличение нагрузки на работе, не исключена болезнь близкого родственника, вновь растет склонность к депрессии.

Плохое время для Тельцов закончится с солнечным затмением 22 сентября в знаке Девы — с этого момента им предстоит пережить куда более благоприятный период, который продлится до самого конца года.

Единственное, что может омрачить его, это вероятность затруднений в финансовой сфере. Однако вторая половина ноября и весь декабрь будут спокойными и устроеннымми во всех отношениях.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильно-го выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

### *Напиток здоровья для Тельца*

Сбор из 1 ст. л. ягод черники, 1 ст. л. малины и 1 ст. л. мяты. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 30 мин, процедить настой.

Добавить меда или сахара по вкусу. Пить теплым.



## Близнецы (22.05–21.06)

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ космической двойственности. Энергия Близнецов выражается в духовной подвижности, процессах мышления и коммуникации, полярности и относительности жизни.

Месяц Близнецов — 22.05–21.06 способствует тому, чтобы обрести чувство реальности, распознать противоречивую ситуацию, увидеть новые пути к внутренней свободе.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Ромашка** (22.05–31.05). Рожденных под знаком Ромашки отличает их неоднозначность во всем — любви, дружбе, общении. В большинстве случаев людей Ромашки практически невозможно понять с первой встречи, а подружиться с ними можно, лишь хорошо узнав, что требует долгого времени. Представителей знака отличает привлекатель-

ность, это яркие натуры с богатым внутренним миром. К характерным для Ромашки положительным чертам следует, в первую очередь, отнести ее общительность, доброту и щедрость. Однако не менее выражены и вполне типичные для знака отрицательные черты, такие, как завистливость, расчетливость, некоторый эгоизм — все это очень часто портит отношения Ромашки с окружающими. Но те, кто знаком с такими людьми ближе, знают их преданность в любви и дружбе.

- **Колокольчик (1.06—11.06).** Люди, рожденные под знаком Колокольчика, консервативны, но это нельзя считать их большим недостатком — консервативность идет не из-за неприятия нового, а за счет рационального, аналитического склада ума. Люди Колокольчика имеют устойчивые взгляды и привержены традициям. Любые перемены их тяготят, в своей жизни они пытаются этому всячески противиться. К наиболее характерным для знака положительным чертам характера следует отнести, в первую очередь, проницательность, ум, надежность и стойкость в любых обстоятельствах. Отрицательные черты Колокольчика тесно связаны с

указанными выше особенностями его характера: эти люди нередко тяжелы в общении, не терпят нового, замкнуты.

- **Маргаритка** (12.06—21.06). Люди, рожденные под этим знаком, как правило, прямолинейны, скромны вплоть до скрытности, не любят привлекать к себе всеобщее внимание. Всякому действию у людей Маргаритки предшествует период размышлений и оценки. Они отличаются высокой надежностью как работники, но куда меньшей — как любовные партнеры. Положительными чертами характера, присущими данному знаку, следует считать скромность и умение несмотря ни на что добиться поставленной цели. Отрицательные же стороны людей Маргаритки — очень часто полное отсутствие инициативности, инертность, склонность к сплетням.

Итак, планета Близнецов — Меркурий. В трактовке классической астрологии под управлением знака находятся плечи, предплечья, кисти рук, легкие, кровеносная и нервная системы. Характерно, что очень многие представители знака Близнецов подвержены бессоннице, а после напряженной умственной работы им требуется дли-

тельный отдых. Близнецам крайне важно умение расслабиться, навыки для снятия нервного напряжения, чтобы предотвратить весьма болезненные срывы, что не редкость для этого знака. Здоровье Близнецов вообще, зачастую, не слишком крепкое: кроме указанных выше, у них довольно часты болезни кишечника, артриты, ревматизм, головные боли.

### *Целебные растения и травы*

Согласно представлениям классической астрологии растения Меркурия — в основном пестрого цвета, нередко вьющиеся. К ним относят такие травы, как иван-да-марья, лапчатка, растения семейства виноградных, выонковые и повиликовые.

Из пищевых растений полезнее других для Близнецов абрикосы, персики, груши, грибы, зеленые стручки фасоли.

Относительно полный перечень лечебных для знака и полезных его представителям растений и трав представлен ниже. К ним относятся: азалия, валериана, девясил, морковь, лапчатка, мята, коралловый лист, лаванда, лилия, лакричник, майоран, мандрагора, мирт, молочай, папоротник, орешник, петрушка, тмин, укроп, фенхель, шелковица, эндивей.

По некоторым данным, в число трав, управляемых Меркурием, включают также маргаритку, мак, настурции, хмель, тутовые ягоды, фасоль.

## *Виноград*

Ягоды и сок винограда уменьшают жизнеспособность болезнетворных микробов, вирусов, обладают мочегонным и потогонным, слабительным свойствами, очищают от слизи дыхательные пути. Кроме того, полезны при астме, повышенной кислотности желудочного сока, запорах, геморрое, болезнях печени и почек. Калий, содержащийся в плодах, повышает тонус сердечной мышцы и нормализует артериальное давление.

В молодых побегах найдены активные вещества, аминокислоты, витамины, азотистые соединения, и в целебном отношении они практически не уступают ягодам.

Близнецам лечение виноградом рекомендуется при болезнях печени и почек, подагре, гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с повышенной кислотностью. Оно способствует нормализации ритма сердечных сокращений и артериального давления крови. Однако это лечение противопоказано при сахарном диабете, сердечно-сосудистой недостаточности со

стойким повышением артериального давления и отеками, при нагноениях в легких.

*Лечение виноградом: за 1 ч до еды ежедневно — от 1 до 2 кг ягод; при этом утренняя порция на 100—200 г больше последующих. В начале лечения — 1 кг в день, из них утром — 200—300 г. Постепенно довести до 2 кг (в 6 ч утра — 800 г, в полдень — 600 г, в 17 ч — 600 г). Курс лечения — месяц. В этот период следует воздерживаться от употребления сырого молока, фруктов, спиртного. После курса лечения снижается повышенное давление, оздоравляются печень и желчные пути, улучшается кровообращение.*

Настой из сухих листьев винограда в народной медицине применяется для полосканий горла при ангине, в виде компрессов — при кожных заболеваниях воспалительного характера. Он же, принятый внутрь, активно выводит из организма токсичную щавельную кислоту, рекомендуется в народе как средство для остановки маточного кровотечения.

Следует знать, что потребление винограда в пищу и тем более лечение им настоятельно не рекомендуются в случае хронической сердечной и почечной недостаточности, при сахарном диабете.

те, ожирении, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических отеках.

### *Кресс водяной*

Многолетнее травянистое растение семейства капустных. Листья и молодые побеги употребляют в пищу, в основном, в свежем виде, реже вареными. Они имеют острый горчичный вкус, улучшают аппетит, содержат аскорбиновую кислоту, каротин, эфирные масла, йод, железо, фосфор и другие минеральные вещества.

В народной медицине кресс водяной считается средством лечения при ожирении и сахарном диабете; используется так же как мочегонное, отхаркивающее, тонизирующее, кровоочистительное средство.

### *Валериана*

Широко известное успокаивающее средство, одно из наиболее эффективных. Терапевтическое действие валерианы обусловлено комплексом содержащихся в ней веществ: в корнях находят эфирное масло сложного состава, алкалоиды, дубильные вещества, сахара, органические кислоты. Широко применяются водный настой валерианы и микстуры с настоем, а также аптечные препара-

ты — настойки, экстракты. Это классические средства при состоянии нервного возбуждения, неврозах сердечно-сосудистой системы. Используются также комбинации с другими лекарственными растениями для лечения хронических неврозов.

### *Тмин*

Многолетнее растение семейства сельдерейных. В семенах тмина много белка, есть пигменты, смолы, дубильные вещества, флавониды, минеральные соли. В качестве лекарственного растения тмин применяют в целях улучшения пищеварения, особенно как средство, усиливающее перистальтику и уменьшающее процессы гниения и брожения в кишечнике, а также слабительное, ветрогонное и возбуждающее аппетит. Тмин обладает и желчегонным действием, усиливает секрецию молока у кормящих матерей.

### *Майоран*

Многолетнее растение семейства яснотковых. В зелени майорана имеются в существенном количестве аскорбиновая кислота, каротин, рутин, эфирное масло (с запахом кардамона).

В народной медицине трава используется как тонизирующее, противовоспалительное средство

и при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся вздутием живота, поносами, коликами. Майорановое масло полезно при варикозном расширении вен, подагре, ревматизме. Людям, родившимся под знаком Близнецов, растение рекомендуется в пищу как богатое витаминами — его лучше всего использовать в качестве пряности.

### *Орешник (фундук)*

Листья орешника в народе применяют при лечении анемии, заболеваний кишечника, их отвар считается действенным средством при аденоме предстательной железы. Орехи с медом полезны при половой слабости, ревматизме.

### *Девясила*

Многолетнее растение семейства астровых. Встречается по берегам рек и водоемов, на лугах. Его корни богаты эфирными маслами, углеводами и органическими кислотами.

В народной медицине девясила используется как отхаркивающее средство и при лечении желудочно-кишечных заболеваний. Эфирное масло обладает антисептическим, противовоспалительным и противоглистным действием.

При обострении хронических заболеваний верхних дыхательных путей эффективен девясила в составах для ингаляций: корень девясила и листья шалфея — по 20 г, сосновые почки и листья эвкалипта — по 15 г, цветы ромашки, трава тимьяна и мяты — по 10 г. Залить 1 ст. л. сбора стаканом воды, довести до кипения на водяной бане и вдыхать пары.

На 50 г сухих корней девясила — 150 г сахарного песка, 0,5 стакана сока клюквы, 1 л воды. Корни девясила кипятить 25 мин, добавить сок, сахар, размешать, остудить. Витаминное и эффективное общеукрепляющее средство.

### *Лапчатка*

Многолетнее растение семейства розоцветных. Молодые листья содержат витамин С, углеводы, эфирные масла, а корневища, кроме того, смолу, камедь, дубильные вещества, крахмал, хинную и яблочную кислоты. Корневища собирают осенью, а листья — в период цветения.

Корневища лапчатки имеют вяжущее, кровоостанавливающее и бактерицидное свойства и используются в народной медицине при различных воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта (энтериты, энтероколиты, дис-

пепсия), желудочных, кишечных, маточных кровотечениях, воспалительных процессах в полости рта (в виде смазываний и полосканий) при ожогах, обморожениях, для примочек при мокнущей экземе.

### *Маргаритка*

Цветки применяются наружно в виде компрессов, припарок при ушибах с гематомами, геморрое, фурункулезе, воспалении молочных желез.

Внутрь — при бронхите, заболеваниях печени, подагре, ревматизме, запорах. Настой для приема внутрь: 3 ч. л. залить 0,5 стакана воды и настаивать 8 ч, процедить. Для наружного применения — тоже, но взять сырья 6 ложек.

### *Петрушка*

Пряный вкус и аромат петрушки обусловлены тем, что в ней много сложного эфирного масла. Ценность этого растения — как пищевая, так и лекарственная — связана с высоким содержанием каротина и витамина С (в листьях), белка, углеводов, минеральных веществ — в корнеплодах. По содержанию калия петрушка превосходит все остальные овощи и пряности.

Все это объясняет благоприятное воздействие петрушки на сердечную деятельность, при заболеваниях почек и мочевого пузыря. Зелень петрушки едят свежей, можно ее и солить.

Сок свежих листьев, стеблей, корней нормализует работу надпочечников и щитовидной железы, укрепляет капилляры, лечит нарыва, обезболивает укусы насекомых. Настои, отвары листьев, плодов, корней петрушки усиливают дыхание, сердечную деятельность при пороках сердца, растворяют и выводят камни, служат мочегонным средством. Корень петрушки полезен при ожирении, нарушениях функции печени, почек, атеросклерозе.

Настой: 2 ч. л. измельченных корней залить 0,5 л кипятка и настаивать в термосе 12 ч. Принимать 3 раза в день до еды: корни — по 1 ст. л., а траву — по 0,5 стакана.

Препараты из семян растения — сильное мочегонное, его рекомендуют также для лечения предстательной железы.

## Хмель

В лечебных целях, в основном, используют плоды растения, хмелевые шишки. Настой из них имеет успокаивающее действие. Рекомендуется при бессоннице, неврозах, гастрите, цистите. При

бессоннице эффективен также отвар из цветков хмеля.

### *Фенхель (аптечный укроп)*

Двулетнее растение семейства сельдерейных. В семенах фенхеля содержатся жиры, сахар, белки и эфирные масла. В листьях содержатся белок, аскорбиновая кислота, каротин. Фенхель также ценный источник рутина.

В народной медицине растение используют для приготовления лекарственных средств с отхаркивающим, слабительным и устраняющим желудочно-кишечные спазмы действием.

Отвары плодов обладают ветрогонным, желчегонным и успокоительным свойствами, возбуждают аппетит.

### *Морковь*

Этот ценный корнеплод содержит до 10 % сахара, аскорбиновую кислоту, каротин, витамины В<sub>1</sub>, В<sub>6</sub>, Р, из минералов — калий, кальций, марганец, фосфор, железо, йод. В клинической научной медицине морковь используют как диетический продукт, богатый витаминами. С этой целью назначают морковный сок, который обладает небольшим слабительным, диуретическим действи-

ем, бактерицидными и противовоспалительными свойствами. Морковный сок и корнеплоды применяют при недостатке витамина А, сопровождающегося повышенной утомляемостью, ухудшением аппетита, склонностью к простуде и болезням желудочно-кишечного тракта, кожи, при заболеваниях конъюнктивы и роговицы глаз. Эффективны сок и корнеплоды при хронических обменных полиартритах, остеохондрозе, желчнокаменной болезни.

Морковь крайне полезна беременным женщинам и кормящим матерям, ослабленным детям, для профилактики и лечения ожирения.

Сок моркови с медом (1:1) или морковь, протертую и сваренную с молоком, употребляют в народе при простудных заболеваниях. Морковным соком полощут горло при ангине, а рот — при стоматите (что важно для Тельцов).

## Вишня

Листья вишни в народе используют для остановки носовых кровотечений, а также при остром тромбозе сосудов. Отвар из плодоножек — средство от отеков, мочегонное: 1 ч. л. сырья залить стаканом кипятка, прокипятить 15 мин, настоять

1 ч, укутав, и процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день при водянке и как отхаркивающее.

Соком вишни и отваром плодов лечат запор, малокровие, они полезны и при мочекаменной болезни. При подагре эффективна эмульсия из семян вишни в виде аппликаций.

## *Гороскоп для Близнецов*

Для Близнецов год обещает быть, в целом, удачным. На всем его протяжении Близнецам можно ждать хороших отношений с окружающими и стабильного материального достатка. Однако в самом начале года Близнецы испытывают определенные финансовые затруднения. За этим исключением, начало года проблем не принесет.

Период с конца января до второй половины мая — наиболее благоприятен для знака. В это время ростут доходы, развиваются новые полезные связи и упрочиваются прежние — что для семейных Близнецов относится и к делам домашним, отношениям с любимым человеком и родственниками.

Только в середине марта Близнецы становятся импульсивными и совершают необдуманные поступки — это вызывает разногласия с родителями или близкими друзьями. Поэтому людям этого

знака следует сдерживаться, избегать конфликтных ситуаций, сначала думать, потом действовать, проявить дипломатичность и такт.

Все лето станет для Близнецов временем постоянно открывающихся перспектив и новых возможностей. Нежелателен отдых в это время, чтобы использовать весь потенциал как можно полнее.

Только в начале осени можно опасаться неурядиц в таких вопросах, как налоги, страховка, финансы, но в личном проблем не предвидится по-прежнему.

В октябре возрастает вероятность увеличения доходов, крупного выигрыша, получения наследства. Все оставшиеся месяцы не сулят Близнецам неприятностей до самого конца года.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильного выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

## *Напиток здоровья для Близнецов*

Сбор из 1 ст. л. цветов огуречника, 1 ст. л. мелиссы, 1 ст. л. измельченного корня валерианы.

Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка. Дать настояться в течение 1 ч, затем процедить настой. Добавить меда по вкусу. Пить в течение дня до еды.



## **Рак** **(22.06 – 23.07)**

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ индивидуальной души, подсознания, женственной и материнской составляющей личности каждого человека. С энергией Рака человека связывает расположение Луны в натальном гороскопе. Эта энергия определяет восприимчивость и душевную открытость.

Месяц Рака — 22.06–23.07. В этот период человек может увидеть и осознать, что развивается в

его душе, в его подсознании; что мешает в жизни и как открыть мир своих чувств окружающим.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Тюльпан** (22.06—1.07). Людям, рожденным под этим знаком, присущи от рождения такие качества, как смелость, инициативность, а также природный темперамент. С этим связана склонность к романтическим приключениям как у мужчин, так и у женщин, но при этом представительниц прекрасного пола отличает еще и высокое самомнение, нередко граничащее с упрямством.

Положительные качества знака уже перечислены. Из наиболее характерных для Тюльпана отрицательных характерологических особенностей следует упомянуть такие, как непостоянство, излишняя импульсивность.

В семейной жизни и дружбе люди Тюльпана — удачные партнеры, но при этом всегда стремятся к руководящей роли, им важно превалировать над другими.

- **Кувшинка** (2.07—12.07). Люди Кувшинки, в силу влияния своего знака, в большинстве

своем общительны, энергичны, настойчивы и умеют добиваться поставленной цели. У них много друзей, они влекут к себе других; однако им свойственно настолько же быстро охладевать, как и увлекаться — что относится и к любви, и к дружбе, и к работе.

- **Фиалка** (13.07—23.07). У людей этого знака характер во многом сходный с Тюльпаном, но есть и такие особенности, как от природы высокие деловые качества, надежность в дружбе, постоянство в любви и усидчивость в труде.

Итак, планета Рака — Луна. Этим и объясняется высокая подверженность людей этого знака депрессии, ипохондрии — она проявляется строго в соответствии с лунными циклами. Эмоциональность, ранимость, обидчивость, а иногда и мстительность довольно характерны для Раков. Однако, как уже сказано, слишком многое связано с фазой Луны — при ее смене и поведение Рака может внезапно перемениться. Когда его счастью, здоровью или благополучию что-то угрожает, Рак впадает в уныние, что влечет за собой ухудшение самочувствия, вплоть до серьезных болезней. У рожденных под этим знаком довольно часты болезни желудка и органов желудочно-кишечного тракта.

Кроме того, Раки часто страдают от болей в грудной клетке, коленях, а из внутренних органов у этого знака наиболее уязвимы почки, мочевой пузырь, кожа. Довольно часто Раки склонны к полноте, ожирению — это может отражаться на функции сердечно-сосудистой системы.

### *Целебные растения и травы*

Из вышесказанного ясно, что к растениям знака традиционная астрология относит растения и травы, находящиеся под управлением Луны. Их частыми отличительными особенностями являются мясистый стебель и цветы белого цвета — как, например, у водяной и белой лилии. Интересно, что в народной медицине соком этого цветка издавна лечили как раз болезни желудка, т. е. характерные для Раков недуги.

Из пищевых растений наиболее ценными для Рака являются редис, морковь, свекла, лук, капуста, изюм, земляника.

Относительно полный список растений, целительных для Рака либо наиболее полезных ему, представлен ниже. Это белая камнеломка, белая лилия, белая роза, вечнозеленые, водяная лилия, водяная фиалка, водяной кресс, выонок, грибы, дыня, иссоп, ирис, ива, капуста, клен, курослеп,

латук, морские водоросли, огурец, олива, очанка, пальма, папоротник, портулак, розмарин, турнепс, тыква, шалфей.

Иногда к этому списку относят также несколько растений, из которых наиболее часто в гороскопах упоминаются жимолость, жасмин, ежевика, маргаритка, петрушка, пастернак.

Начнем с пищевых растений знака.

## Дыня

Это ценный пищевой и диетический продукт, содержащий сахар, аскорбиновую и фолиевую кислоты, витамин РР, каротин, пектиновые вещества, летучие ароматические соединения, минеральные соли (особенно много солей железа).

Как диетический продукт дыня рекомендуется больным пожилого возраста, страдающим атеросклерозом сосудов головного мозга и сердца, при некоторых заболеваниях почек, печени, сердечно-сосудистой системы, геморрое; ослабленным детям — в связи с наличием железа, необходимого для улучшения окислительно-восстановительных процессов. Эффект очищения организма от шлаков наибольший, если дыню едят отдельно от других продуктов, спустя 2 ч после приема пищи. Злоупотребление дыней может вызвать понос.

В народной медицине сок дыни употребляют как противоглистное средство, при болезнях горла и хроническом кашле.

## Тыква

Плоды тыквы содержат в большом количестве сахар, аскорбиновую кислоту, каротин, тиамин, рибофлавин, азотистые соединения, пектиновые вещества; в семенах — до 30 % жиров. Тыква полезна при любого рода нарушениях обмена веществ и, особенно, при ожирении. Рекомендуется к постоянному употреблению в пищу людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, атеросклерозом, колитами, гипертонией.

Тыква обладает желчегонным действием, поэтому в народе ее издавна рекомендуют употреблять при лечении желтухи, воспалительных заболеваний печени. Есть сведения, что из растения выделено вещество с активным противоопухолевым эффектом.

Стакан тыквенного сока перед сном успокаивает, стабилизирует деятельность нервной системы. Народные целители рекомендуют также при запорах, болезнях кишечника, воспалительной патологии желчных путей и желчного пузыря, а также как эффективное средство от глистов пить

тыквенный сок не менее трех стаканов в день либо съедать до 1,5 кг тыквы (в сыром, печеном, вареном виде) ежедневно на протяжении как минимум двух месяцев.

Семена тыквы в народной медицине с давних пор считаются одним из лучших средств при глистной инвазии. Это свойство растения признано и официальной клинической медициной — фармацевтическая промышленность выпускает противоглистные препараты на основе тыквенного сырья.

### *Капуста*

Листья растения содержат сахар, белок, жиры, азотистые вещества, каротин, витамины А, С, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>, К, фолиевую и тартроновую кислоты, соли калия, кальция, фосфора, гликозиды, другие биологически ценные вещества. Витамина С в капусте не меньше, чем в лимонах, к тому же он хорошо сохраняется при длительном хранении капусты в свежем и квашеном виде. Благодаря наличию большого количества клетчатки капуста способствует выведению из организма холестерина и препятствует развитию атеросклероза. Тартроновая кислота, обнаруженная в ней, нормализует жировой обмен.

Капуста широко используется в лечебном питании при сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваниях. Присутствие в ней клеточки стимулирует моторную функцию кишечника, особенно при запорах, геморрое. Невысокое содержание углеводов важно для больных сахарным диабетом. Минеральные соли (особенно калия) способствуют выведению из организма излишка жидкости. Калий улучшает работу сердца, нужен для сокращения мышц, нормального протекания многих ферментативных процессов.

В народной медицине сок капусты назначают при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, туберкулезе легких (в смеси с медом), заболеваниях печени. Свежие листья прикладывают к гнойным ранам, язвам, нарываем, при воспалительных заболеваниях кожи.

Отвар семян помогает при болях в суставах, это также неплохое мочегонное средство.

### *Огурец*

В плодах содержится гормон, необходимый клеткам поджелудочной железы. Свежие огурцы полезны при облысении, плохих зубах, ломких ногтях. Огуречное пюре рекомендуют в народе как средство излечения колитов, для нормализации выработки инсулина и стабилизации нарушенной

функции щитовидной железы, а также при гипертонической болезни.

Огуречный сок, смешанный с медом (желательно майским либо гречишным) в соотношении 2:1 применяют при кашле и воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей — по 2 ст. л. средства 3 раза в день.

При зашлакованности организма всем полезны огуречные разгрузочные дни. Людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, болезнями почек, подагрой рекомендуется есть как можно больше огурцов в течение всего сезона — это отличное профилактическое и оздоровляющее средство.

Огуречный сок — хорошо известное косметическое средство; на его основе делают маски, лосьон и т. д.

Однако следует помнить о том, что огурцы в соленом виде настоятельно не рекомендуется употреблять при пороках сердца, артериальной гипертензии, во время беременности.

### *Ежевика*

Отвар из ягод в народной медицине рекомендуется как средство лечения начальных стадий диабета.

Настойка из листьев (1:10, по 2 ст. л. 3 раза в день) — при повышенной возбудимости, бессоннице, для полоскания горла при ангине, а также как крепящее средство при расстройствах пищеварения.

Отвар из сушеных плодов — хорошее успокаивающее и общеукрепляющее средство, особенно рекомендуется женщинам в период климактерия.

Настой плодов — хорошее вспомогательное средство при лечении бронхита, фарингита, трахеита, ангины.

### *Иссоп*

Многолетнее травянистое растение семейства яснотковых. Трава иссопа в народной медицине применяется как действенное отхаркивающее средство (при кашле, хронических бронхитах, бронхиальной астме), а также используется как часть комплексной терапии хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта воспалительного характера.

Наружно препараты на основе иссопа применяют как ранозаживляющее средство.

### *Пастернак*

Растение содержит сахар, белок, аскорбиновую кислоту, каротин, калий, кальций, магний, же-

зо, эфирные масла, витамины РР и группы В. По содержанию легкоусвояемых углеводов пастернак занимает одно из первых мест среди корнеплодных растений.

Такой богатый набор полезных организму человека и биологически активных веществ обуславливает как диетические, так и лечебные свойства пастернака.

Используют пастернак в пищу в свежем и отваренном виде, как приправу к супам, и мясным блюдам.

В народной медицине считается действенным средством при хронических заболеваниях пищеварительной и сердечно-сосудистой систем.

### *Петрушка*

Сок свежих листьев и корней растения нормализует работу надпочечников и щитовидной железы, укрепляет капилляры. Настои, отвары листьев, плодов, корней петрушки усиливают дыхание, сердечную деятельность при пороках сердца, растворяют и выводят камни, служат мочегонным средством. Корень петрушки необходим при ожирении, нарушениях функции печени, почек, при атеросклерозе.

**Настой:** 2 ч. л. измельченных корней залить 0,5 л кипятка и настаивать в термосе в течение ночи. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день (корни) или по 0,5 стакана (траву). Препараты из семян — сильное мочегонное средство, полезны при болезненных менструациях, воспалении предстательной железы. Настой: 1 ч. л. истолченных семян настаивать в стакане холодной кипяченой воды 10 ч, пить по четверти стакана 3 раза в день до еды.

Петрушку в рационе рекомендуется ограничивать при беременности, а также больным нефритом, циститом (воспаление мочевого пузыря).

### *Шалфей*

Многолетнее растение, предпочитающее сухие и каменистые почвы. Заготавливают соцветия и листья, в которых содержатся эфирное масло, ароматические смолы и органические кислоты, в корнях — кумарин. Растение применяется как дезинфицирующее и противовоспалительное средство при почечных заболеваниях. Его настоем полощут рот при зубной боли. Эфирное масло шалфея используется в фармацевтической промышленности.

## *Сборы лекарственных растений, рекомендуемые при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (очень актуально для Раков)*

- трава полыни горькой (75 г) и тысячелистника (25 г); по 1 ст. л. настоя за 15 мин до еды для возбуждения аппетита;
- трава полыни горькой — 40 г, корни тысячелистника лекарственного — 20 г; по 1 ст. л. настоя за 20 мин до еды с той же целью;
- ромашка аптечная, календула лекарственная (цветки), подорожник большой (листья), тысячелистник обыкновенный, череда трехраздельная (трава) — всего по 20 г; принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день до еды, при острых гастритах, колитах, энтероколитах (воспалительный процесс соответственно в толстом и тонком кишечнике);
- подорожник (листья) — 20 г, мята перечная, зверобой продырявленный, шалфей лекарственный (трава), ромашка аптечная, календула лекарственная (цветки), аир болотный (корень), вахта трехлистная (листья) — всего по 10 г; по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день, за полчаса до еды при хронических гастритах и дуоденитах;

- мята перечная (листья), тмин и фенхель обыкновенные (плоды), валериана лекарственная (корень) — по 25 г; пить по стакану утром и вечером как ветрогонное средство;
- бузина черная (цветки) — 50 г на 2 стакана кипятка; пить по стакану отвара утром и вечером, после еды, при запорах;
- крушина ольховидная (кора) — 50 г, вахта трехлистная (листья), тысячелистник обыкновенный (трава) — по 20 г, тмин (плоды) — 10 г; принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя на ночь как слабительное средство;
- черника и тмин обыкновенные (плоды) — 25 и 12 г, лапчатка прямостоячая (корневище), бессмертник песчаный (цветки) — по 12 г, шалфей лекарственный (листья) — 37 г; принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана отвара 3 раза в день, перед едой при поносе;
- горец змеиный, кровохлебка лекарственная (корневище) — по 50 г; пить по трети стакана настоя 3 раза в день при поносе;
- аир болотный (корневище) — 10 г, крушина ольховидная (кора) — 30 г, мята перечная, крапива двудомная (листья) — по 20 г, одуванчик лекарственный, валериана (корни) — по 10 г; принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана отвара ут-

- алтей и валериана лекарственные, солодка голая, девясила высокий (корни), ольха серая (соплодия), календула лекарственная, ромашка аптечная (цветки), тысячелистник обыкновенный, сушеница болотная (трава), черника обыкновенная (плоды) — по 10 г; принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя за 30 мин до еды 3 раза в день при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с нарушениями секреторной функции;
- валериана лекарственная (корень) — 5 г, аир болотный (корневище), вахта трехлистная (листья), золототысячник малый (трава), тмин и анис обыкновенные (плоды), ромашка аптечная (цветки) — всего по 10 г, мята перечная (листья) — 15 г, тысячелистник обыкновенный (трава) — 20 г; принимать внутрь по  $\frac{1}{3}$  стакана отвара на прием за 30 мин до еды в горячем виде — при гастрите, язвенной болезни;
- липа (цветки) — 10 г, льняное семя, солодка голая (корень), аир болотный (корневище), мята перечная (листья), фенхель обыкновенный (плоды) — по 20 г; по  $\frac{1}{3}$  стакана отвара 3 раза в день до еды — при повышенной кислотности желудочного сока;

- чистотел большой (трава) — 10 г, алтей и окопник лекарственные, солодка голая (корни) — по 30 г; принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана отвара в день, до еды, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки;
- фенхель обыкновенный (плоды), ромашка аптечная (цветки) — по 30 г, липа сердцевидная (цветки) — 40 г; принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день до еды при частых расстройствах пищеварения, обусловленных снижением секреторной функции;
- золототысячник малый (трава) — 20 г, мята перечная (листья) — 80 г; по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день, за полчаса до еды при гастрите;
- анис, фенхель, тмин обыкновенный (плоды) — по 20 г, мята перечная (листья) — 40 г; принимать по  $\frac{1}{4}$  стакана настоя за 30 мин до еды, трижды в день — рекомендуется при спазмах, повышенном образовании газов в кишечнике, запорах;
- анис и фенхель обыкновенные (плоды) — по 10 г, мята перечная (листья) — 20 г, ромашка аптечная (цветки), крушина ольховидная (кора) — по 30 г; по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день после еды, при кишечных коликах и запоре;

- ром и вечером как средство, регулирующее деятельность кишечника;
- дуб (кора) — 50 г, хвош полевой (трава) — 30 г, стальник полевой (корень) — 20 г; отвар для ванн и припарок при геморрое;
  - зверобой продырявленный, горец почечуйный (трава) — по 15 г, сушеница болотная, хвош полевой (трава) — по 10 г, подорожник большой (листья) — 15 г, крушина ломкая (кора), ромашка аптечная (цветки) — по 10 г; пить по трети стакана настоя трижды в день, до еды при геморрое;
  - календула лекарственная, ромашка аптечная (цветки) — по 10 г, тысячелистник обыкновенный, шалфей лекарственный, крапива двудомная, мята перечная, пастушья сумка (трава) — по 10 г, девясил высокий (корни) — 15 г, тополь черный (почки) — 10 г; принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день до еды при геморрое;
  - бессмертник песчаный, ромашка аптечная, календула лекарственная, пижма обыкновенная (цветки), кукурузные столбики с рыльцами, одуванчик лекарственный (корни), фенхель обыкновенный (плоды), полынь горькая, мята перечная, чистотел большой (трава) — по 10 г; пить по трети стакана

- настоя за полчаса до еды 3 раза в день при желчнокаменной болезни;
- зверобой продырявленный, тысячелистник обыкновенный, шалфей лекарственный, горец птичий, череда трехраздельная (трава), пижма обыкновенная, ромашка аптечная (цветки), лопух большой, девясил высокий (корни) — по 10 г; принимать по трети стакана настоя или отвара дважды в день, утром и вечером до еды при хронических и острых заболеваниях печени, особенно воспалительного характера (гепатит);
- зверобой продырявленный, вахта трехлистная, золототысячник малый (трава) — соответственно 25, 15 и 15 г, одуванчик лекарственный (корни), тмин, ромашка аптечная (цветки) — по 15 г; принимать по стакану настоя дважды в сутки до еды при холецистите;
- крушина ольховидная (кора), фенхель обыкновенный (плоды) — по 10 г, бессмертник песчаный (цветки), мята перечная (листья), тысячелистник обыкновенный, полынь горькая (трава) — по 20 г; пить по стакану отвара 3 раза в день за полчаса до еды при желчнокаменной болезни;

- мята перечная (листья), полынь горькая (трава) — по 10 г, бессмертник песчаный (цветки) — 20 г, крушина ольховидная (кора), одуванчик лекарственный (корни) — по 10 г, марена красильная (корни) — 40 г; принимать по полстакана отвара перед едой трижды в день как желчегонное средство;
- бессмертник песчаный (цветки) — 30 г, ревень (корни) — 50 г; пить по трети стакана настоя раз в сутки при мочекаменной болезни.

#### *Народные средства при гастрите:*

- немолотое горчичное семя пить с водой, начинать с 1 стакана и дойти до 20, увеличивая дозу ежедневно на 1 семечко. Дойдя до 20 семян, сбавлять по 1 в день, постепенно сходя на нет. Пить по утрам натощак. Этим же средством пользуются при диспепсии;
- сок сырой картошки пить по стакану утром натощак; после приема сока не есть 2 ч. Курс — 10 дней, затем 10 дней перерыва и снова 10 дней ежедневного приема.

При болях в желудке рекомендуется следующее средство: по 2 ст. л. цветков таволги, листьев крапивы, травы зверобоя, перемешать, залить четырьмя стаканами кипятка, настоять в термосе

2 ч, процедить. Выпить мелкими глотками в 3—4 приема.

При холецистите в случае болей народные целители рекомендуют следующий отвар: золототысячник, корень аира, цветы тмина песчаного (бессмертника) — всего по 1 ч. л. сухого измельченного сырья; все ингредиенты перемешать и залить 0,5 л воды; настаивать ночь, а с утра прокипятить 10 мин, процедить и выпить натощак (выпивают стакан средства). Оставшееся выпить за несколько приемов в течение дня, после еды.

### *Гороскоп для Рака*

В целом год принесет Ракам немало забот и трудностей. Неприятности в виде конфликтов с друзьями и близкими, а также серьезные финансовые проблемы продлятся до конца марта. При этом с середины марта к вышеназванным неурядицам с высокой вероятностью могут присоединиться и проблемы со здоровьем.

Относительно стабильный промежуток предстоит людям этого знака в период с середины апреля до конца июня. Именно в это время можно ждать решения многих проблем, в первую очередь денежных.

Ракам следует помнить, что, так как год в целом не слишком благоприятен для этого знака, им не следует проявлять излишнюю инициативность, которую лучше отложить на более благоприятный момент.

Кроме того, в мае следует воздержаться от дальних поездок и путешествий. К концу этого месяца в делах у Раков прогнозируется определенное улучшение, во всяком случае, — стабилизация. В начале лета ожидаемы такие перспективы, как появление возможностей укрепить свое материальное положение, а также встретить новую любовь. Однако нежелательна в этот период смена деятельности, а траты должны быть разумно умеренными.

Наиболее благоприятный период в году для знака — с конца июля до середины сентября, так как в это время можно ждать улучшения отношений как в семье, так и на службе, профессиональное продвижение, некоторый рост доходов.

Осень принесет Ракам новые заботы: особенно это касается неурядиц в финансовой сфере и взаимоотношениях с начальством. Солнечное затмение 22 сентября неблагоприятно для этого знака, и его негативное воздействие будет сказываться для Раков вплоть до декабря. В начале зимы

можно остерегаться проблем в отношениях с родственниками или родителями.

Значительное облегчение Раки почувствуют лишь к концу года — во второй половине декабря, и с этого момента им стоит смотреть в будущее уже с надеждой на скорые и благоприятные перемены.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильного выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

### *Напиток здоровья для Рака*

Сбор из 2 ст. л. плодов ежевики, 1 ст. л. изюма, 1 ст. л. мяты перечной,  $\frac{1}{8}$  ч. л. лакрицы и 1 ч. л. мяты лимонной. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, засыпать 1 л кипятка, дать настояться в течение 1 ч, процедить настой.

Добавить меда по вкусу. Пить в теплом виде.



## Лев (24.07–22.08)

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ самосознания активной руководящей силы. Мы связаны с энергией Льва посредством индивидуального расположения Солнца в гороскопе. От этого зависят творческая сила человека, а также его добродушие и способность выражать эмоции.

Месяц Льва — 24.07 — 22.08. В этом периоде на первый план выдвигаются загадки внутреннего мира: познание своей сущности, способы активного управления собственной жизнью, а также утверждения среди окружающих и укрепления самооценки.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Шиповник** (24.07—2.08). У людей, рожденных под этим знаком, в большинстве своем, доброе сердце и спокойный характер, но, в силу влияния своего знака, их очень часто

отличает внешняя задиристость и импульсивность реакций. Они коммуникабельны, часто непоседливы. В меру уступчивы, но к отрицательным чертам относится выраженная неуравновешенность и излишняя эмоциональность, возбудимость. При этом они зачастую скромны, впечатлительны и очень обаятельны в общении. В семейных отношениях проявляют себя чаще с самой лучшей стороны.

- **Подсолнух** (3.08—12.08). Люди, рожденные под этим знаком, отличаются яркой, самобытной натурой; они реалистичны и, зачастую, без особых усилий находят свое место в жизни. Из наиболее характерных для людей Подсолнуха качеств, обусловленных влиянием их знака, стоит отметить такие врожденные черты характера, как доброжелательность и оптимизм. Подсолнух стоек к жизненным невзгодам.

Как отрицательные можно выделить импульсивность поступков, рассеянность, обидчивость.

В любви, семейной жизни, дружбе — постоянны и надежны.

- **Роза** (13.08—23.08). Люди этого знака словно находятся под особым покровительством ко-

ролевы цветов — настолько часто им свойственна красота и привлекательность. Однако положительные черты, присущие знаку, этим отнюдь не исчерпываются. Люди розы имеют много иных достоинств, из которых главные — умение постоять за себя, сильная воля, настойчивость в труде. С другой стороны, им довольно часто присуще упрямство, ранимость, обидчивость и нерасторопность.

При всем этом люди знака Розы инициативны, умеют руководить другими, а в семейной жизни и дружбе самоотвержены и преданы.

Изначально для Розы более характерно крепкое здоровье, но болезни у людей этого знака, зачастую, протекают тяжело и с осложнениями.

Итак, планета Льва — Солнце. Этот знак влияет на сердце, позвоночник, спину. Львы, как правило, мало подвержены хроническим заболеваниям. Для них гораздо более характерны болезни, остро протекающие, а также травмы, переломы, инфекционные заболевания, даже нечастные случаи.

Кроме того, для знака характерно недостаточное внимание к своему здоровью — со всеми отсюда вытекающими последствиями.

Следует отметить, что согласно трактовкам классической астрологии, людей знака Льва в большинстве своем изначально отличает относительно крепкое здоровье.

### *Целебные растения и травы*

К растениям, посвященным Солнцу и управляемым этим знаком, традиционно относят ярких представителей флоры — это броские растения с желтыми цветками, жестким стеблем и листьями, ароматные, но без сильно выраженного запаха. Они либо поворачиваются вслед за Солнцем, либо раскрываются на восходе. Например лавр, пион, чистотел.

Из пищевых культур для людей этого знака наиболее актуальны картофель, капуста, горох, чечевица, изюм, перец, кукуруза.

Относительно полный перечень растений, целебных для Льва либо наиболее полезных ему: виноград, грецкий орех, горчица, дягиль, зверобой, клевер, миндаль, можжевельник, календула, омела, пион, розмарин, ромашка, ruta душистая, чистотел, шафран, ясень.

Кроме того, к растениям Льва относят шалфей, татарник, гладиолус.

## *Календула*

Это однолетнее травянистое растение семейства астровых растет на влажных, открытых солнечных участках. Календула размножается семенами и широко культивируется как лекарственное растение. В ее цветочных корзинках содержится эфирное масло, каротин, смолы, слизи и органические кислоты.

В народной медицине наибольшее применение находят цветочные корзинки, из которых готовят настои и настойки. Препараты календулы применяют для полоскания рта и горла при ангинах, стоматитах, ими же лечат ожоги, длительно незаживающие раны, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Принятая внутрь календула оказывает желчегонное действие.

При нарушениях сердечного ритма рекомендуется отвар календулы: 2 ч. л. сухого сырья залить 0,5 л кипятка и настаивать в термосе 2 ч; остудить, процедить; принимать по четверти стакана 3 раза в день после еды.

## *Девясила*

Настой (эффективен при отложении солей, остеохондрозе, ревматизме). Взять по 1 ст. л. сухого измельченного сырья: корневищ календулы,

корней девясила и лопуха, тщательно перемешать и залить 1 л кипящей воды; выдержать 20 мин на водяной бане и далее настаивать, укутав, не менее 4 ч. По готовности процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

### *Дягиль лекарственный*

Многолетнее травянистое растение семейства зонтичных, с приятным запахом. В корнях содержатся эфирное масло, дубильные и горькие вещества, смолы и органические кислоты. Листья, побеги и корни растения съедобны.

Настойку корней принимают как желудочное и усиливающее секреторную функцию кишечника средство, а также мочегонное.

Препараты дягиля в качестве отхаркивающего и противовоспалительного средства применяют при ларингитах, бронхитах, воспалении легких.

Настойка: сухие измельченные корни дягиля залить водкой в пропорции 1:4, настаивать 10 дней в прохладном темном месте, перед употреблением процедить. Используется в качестве расстирки при ревматизме, подагре, мышечных болях.

## *Зверобой продырявленный*

Травянистое многолетнее растение, в народной медицине считается одним из наиболее широко применяемых с давних пор. Сырье зверобоя содержит дубильные вещества, флавоноиды, эфирное масло, сапонины, каротин и витамин С.

Сегодня высокие целебные свойства зверобоя подтверждены и научными исследованиями: клиническая медицина взяла на вооружение бактерицидные и другие свойства растения.

Трава зверобоя оказывает вяжущее, противовоспалительное, желчегонное и ранозаживляющее действие. Внутрь препараты на основе зверобоя рекомендуются народной медициной при желудочно-кишечных расстройствах, холецистите, в виде полосканий — при стоматите, как компрессы — для заживления ран и язв. Антибактериальные препараты, полученные из растения, эффективны при лечении абсцессов, флегмоны, мастита, фурункулеза, ожогов, ларингита и гайморита.

Зверобой входит в состав очень многих лечебных сборов, эффективность которых проверена временем.

## *Горчица*

Однолетнее растение семейства капустных. Ростки молодых растений горчицы (до возникновения побегов) обладают нежным вкусом и могут заменить жидкую горчицу. Сами листья горчицы приятны на вкус. Их употребляют в свежем,вареном, тушеном и сущеном виде, засаливают.

В семенах растения содержится до 35—40 % жирного масла, 20—25 % белков, слизь (15 %), гликозид синигрин и фермент мирозин. В листьях растения содержится до 400 мг аскорбиновой кислоты на 100 г зеленой массы. Горчица не только возбуждает аппетит, но и значительно усиливает выделение желудочного сока, оказывает противовоспалительное и антисептическое действие.

Горчичным спиртом (2 %) делают растирания от ревматизма, радикулита, иногда невритов, простудных заболеваний.

Испокон веков известна эффективность применения горчичников (которые, кстати, довольно легко можно изготовить из порошка горчицы в домашних условиях), при бронхитах, плевритах, бронхопневмонии и после сильного охлаждения с целью предупреждения этих болезней.

Детям младшего возраста с воспалительными явлениями либо заболеванием органов дыхатель-

ной системы рекомендуются горчичные ванны для ног, горчичные обертывания.

При гипертонической болезни применение горчичников в области шеи приводит к уменьшению головной боли у больных.

Интересно, что в народной медицине довольно широко используют горчичное семя при лечении хронического гастрита. Методика такова: больному следует ежедневно пить воду с горчичным семенем (немолотым) по утрам натощак — начать с 1 семени и дойти до 20, увеличивая дозу ежедневно на 1. Дойдя до 20, следует сбавлять по 1 каждый день, постепенно сходя на нет.

### *Можжевельник*

Растение, исключительно полезное в лекарственном отношении. В хвое и шишко-ягодах содержится эфирное масло, обладающее ярко выраженным бактерицидным действием. Более подробно о можжевельнике и его свойствах рассказано в других разделах; здесь же добавим лишь, что соленья (грибы, огурцы и т. д.) дольше сохраняются в деревянных бочках, если те предварительно пропарить либо окурить можжевельником. Кроме того, посадки можжевельника — один из лучших способов очистить воздух от пыли на приусадебном

участке или даче, если они расположены неподалеку от большого города.

### *Розмарин*

Водный настой из листьев растения — хорошее тонизирующее, а при кардионеврозе — успокоительное средство (что важно для Львов). Кроме того, препараты растения нашли применение в терапии: при нарушениях менструального цикла, расстройствах кровообращения. В виде мази — розмарином лечат радикулит, невриты, ревматизм.

Препараты растения не рекомендуется употреблять при беременности.

### *Ромашка*

Однолетнее травянистое растение семейства сложноцветных (астровые). Лечебное действие обусловлено комплексом веществ, содержащихся в цветках. В них находят эфирное масло, флавоноиды, кумарины, органические кислоты, витамины С, В, К, каротин, токоферол, стерины, полисахариды. Эфирное масло обладает дезинфицирующим и противовоспалительным свойствами, ослабляя боли и нормализуя нарушение функции желудочно-кишечного тракта.

В народной медицине ромашка известна своим потогонным и желчегонным воздействием. Очень эффективны наружные средства на основе растения — примочки, припарки, полоскания.

Чай из ромашки считается лечебным: он обладает ветрогонным действием и, в значительной мере, оказывает успокоительное действие на сердечно-сосудистую систему. Взять сухого измельченного сырья ромашки и валерианы (2:3) в смеси на 1 ст. л., залить стаканом кипятка, настаивать 20 мин. Пить как чай (можно с медом) дважды в день — с утра и на ночь.

### *Ясень*

В народной медицине используются листья, сок, кора и незрелые плоды растения.

Сочной стороной коры лечат свежие порезы, раны. Настой листьев и коры рекомендуют в народе как средство лечения ревматизма, полиартритов, желтухи, болезней печени, мочекаменной болезни, как противоглистное.

При варикозном расширении вен рекомендуется сочетанное применение — настойка внутрь и примочки из нее же наружно. Кора и листья — неплохое средство от кашля.

## *Татарник*

Водочная настойка (1:10) применяется в народной медицине при аллергических реакциях. Препараты татарника при приеме внутрь повышают кровяное давление.

Отвар: 20 г сухих цветков и листьев залить стаканом воды, вскипятить, выдержать на водяной бане 10 мин, настаивать далее 1 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. в день при сердечной слабости (что нередко у Львов), ревматизме, воспалении мочевого пузыря, геморрое, кашле, простуде.

В последнее время появились данные о лечении компрессами, примочками из татарника кожных форм рака.

## *Рута душистая*

Настойкой из этого растения в народе лечат истерию, раздражительность, спазмы желудка, желчного пузыря, пониженную кислотность; геморрой, задержку менструации, хронические поносы, бронхиты и др. Внутрь, как правило, употребляют настойку на водке (10 %) по 20 капель 3 раза в день после еды.

Отвар: 5 г травы залить стаканом кипятка, прокипятить еще 10 мин, настаивать, укутав, 1 ч, про-

цедить через марлю. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

Следует помнить, что растение может давать побочные негативные эффекты при неправильно подобранной дозировке — поэтому самолечение без консультации со специалистом не рекомендуется.

*Сборы лекарственных растений, рекомендуемых к применению при сердечно-сосудистых заболеваниях (один из самых основных недугов Льва)*

- Хвощ полевой (трава) 20 г; горец птичий (трава) 30 г; боярышник кроваво-красный (цветки) 50 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана в день при учащенном сердцебиении.
- Валериана лекарственная (корень) 30 г; пустырник пятилопастный (листья) 30 г; тысячелистник обыкновенный (трава) 20 г; анис обыкновенный (плоды) 20 г. Принимать в виде настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 2—3 раза в день при болях в сердце.
- Родиола розовая (корни) 20 г; заманиха высокая (корни) 20 г; шиповник коричный (плоды) 20 г; крапива двудомная (трава) 15 г;

боярышник кроваво-красный (плоды) 15 г; зверобой продырявленный (трава) 10 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана настоя 2—3 раза в день в качестве тонизирующего и повышающего общий тонус сердечно-сосудистой системы средства.

- Аралия маньчжурская (корни) 15 г; левзея сафлоровидная (корни) 15 г; боярышник кроваво-красный (плоды) 15 г; шиповник коричный (плоды) 15 г; календула лекарственная (цветки) 10 г; череда трехраздельная (трава) 10 г; рябина черноплодная (плоды) 10 г; подорожник большой (листья) 10 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана настоя 3 раза в день (показания — как для предыдущего сбора).
- Ландыш майский (цветки) 10 г; фенхель обыкновенный (плоды) 20 г; мята перечная (листья) 30 г; валериана лекарственная (корень) 40 г. Принимать в виде настоя в три приема в течение дня по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана при миокардите.
- Валериана лекарственная (корень) 20 г; ромашка аптечная (цветки) 30 г; тмин обыкновенный (плоды) 50 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 2 раза в день при миокардите, бессоннице.

- Ромашка аптечная (цветки) 20 г; мята перечная (листья) 20 г; фенхель обыкновенный (плоды) 20 г; валериана лекарственная (корень) 20 г; тмин обыкновенный (плоды) 20 г. Принимать в виде отвара утром по 1—2 стакана, вечером по 1 стакану при бессоннице.
- Тмин обыкновенный (плоды) 20 г; барвинок малый (листья) 10 г; валериана лекарственная (корень) 20 г; боярышник кроваво-красный (цветки) 20 г; омела белая (трава) 30 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана настоя в течение дня в несколько приемов при нейроциркуляторной дистонии по гипертоническому типу.
- Бузина черная (цветки) 25 г; ромашка аптечная (цветки) 25 г; липа сердцевидная (цветки) 25 г; мята перечная (трава) 25 г. Принимать в виде горячего настоя по 1 стакану 2—3 раза в день в качестве мочегонного средства при хронической сердечной недостаточности.
- Липа сердцевидная (цветки) 50 г; малина обыкновенная (плоды) 50 г. Принимать в виде горячего отвара на ночь по 1 стакану в качестве мочегонного средства.
- Малина обыкновенная (плоды) 40 г; мать-и-мачеха обыкновенная (листья) 40 г; душица

обыкновенная (трава) 20 г. Принимать в виде горячего настоя по 1 стакану на ночь в качестве мочегонного и при отеках.

- Брусника обыкновенная (листья) 20 г; анис обыкновенный (плоды) 20 г; мать-и-мачеха обыкновенная (листья) 20 г; липа сердцевидная (цветки) 20 г; малина обыкновенная (плоды) 20 г. Принимать в виде горячего отвара на ночь по 1—1  $\frac{1}{2}$  стакана в качестве мочегонного средства.
- Солодка голая (корень) 40 г; липа сердцевидная (цветки) 60 г. Принимать в виде горячего настоя 2—3 раза в день по 1 стакану при миокардитах.
- Шиповник коричный (плоды) 50 г; брусника обыкновенная (плоды) 50 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день в качестве витаминного средства.
- Крапива обыкновенная (листья) 30 г; рябина обыкновенная (плоды) 70 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день в качестве витаминного средства.
- Шиповник коричный (плоды) 45 г; брусника обыкновенная (плоды) 15 г; крапива двудомная (листья) 40 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день в качестве общеукрепляющего средства.

- Шиповник коричный (плоды) 30 г; смородина черная (плоды) 10 г; крапива двудомная (листья) 30 г; морковь посевная (корень) 30 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день в качестве общеукрепляющего средства при сердечно-сосудистых заболеваниях.
- Шиповник коричный (плоды) 50 г; малина обыкновенная (плоды) 50 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день в качестве общеукрепляющего средства при сердечно-сосудистых заболеваниях.
- Шиповник коричный (плоды) 25 г; малина обыкновенная (плоды) 25 г; смородина черная (листья) 25 г; брусника обыкновенная (листья) 25 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день в качестве общеукрепляющего средства при сердечно-сосудистых заболеваниях.
- Мята перечная (листья) 20 г; полынь горькая (трава) 20 г; фенхель обыкновенный (плоды) 20 г; липа сердцевидная (цветки) 20 г; крушина ольховидная (кора) 20 г. Принимать по 1 стакану настоя утром и вечером при кардионеврозе.
- Морская капуста 10 г; боярышник кроваво-красный (плоды) 15 г; рябина черноплодная (плоды) 15 г; брусника обыкновенная (лис-

тья) 10 г; череда трехраздельная (трава) 10 г; пустырник обыкновенный (трава) 10 г; ромашка аптечная (цветки) 10 г; кукурузные столбики с рыльцами 10 г; крушина ломкая (кора) 10 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана настоя после еды 3 раза в день при атеросклерозе.

— Василек синий (цветки) 10 г; толокнянка обыкновенная (листья) 20 г; петрушка огородная (плоды) 10 г; береза повислая (почки) 10 г; вахта трехлистная (листья) 40 г; девясил высокий (корень) 10 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана отвара 3 раза в день за 15—20 мин до еды как мочегонное средство.

— Береза повислая (листья) 50 г; хвощ полевой (трава) 50 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3—4 раза в день как мочегонное средство.

— Можжевельник обыкновенный (плоды) 40 г; дягиль лекарственный (корень) 30 г; василек синий (цветки) 30 г. Принимать в виде настоя по 1—2 ст. л. 3—4 раза в день при кардионеврозе.

— Толокнянка обыкновенная (листья) 60 г; василек синий (цветки) 20 г; солодка голая (корень) 20 г. Принимать в виде настоя по 1—3 ст. л. за 15—20 мин до еды 3—4 раза в день как мочегонное средство.

- Можжевельник обыкновенный (плоды) 40 г; хвощ полевой (трава) 40 г; береза повислая 20 г. Принимать в виде настоя по 2—3 ст. л. до еды 3—4 раза в день как мочегонное средство при сердечных отеках.
- Брусника обыкновенная (листья) 20 г; толокнянка обыкновенная (листья) 50 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана отвара 3—4 раза в день как мочегонное средство.
- Лапчатка гусиная (трава) 25 г; чистотел большой (трава) 25 г; тысячелистник обыкновенный (трава) 25 г; ромашка аптечная (цветки) 25 г. Принимать по  $\frac{1}{2}$ — $\frac{1}{3}$  стакана настоя в день небольшими глотками при невротических состояниях с болями в сердце.
- Шлемник байкальский (корни) 20 г; пустырник обыкновенный (трава) 15 г; мята перечная (трава) 10 г; сушеница болотная (трава) 15 г; шиповник коричный (плоды) 15 г; почечуй (трава) 15 г; ромашка аптечная (цветки) 10 г. Принимать в виде настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3 раза в день при гипертонической болезни I и II стадии с болями в сердце.
- Рябина черноплодная (плоды) 15 г; морковь посевная (плоды) 10 г; фенхель обыкновенный (плоды) 10 г; валериана лекарственная (корень) 15 г; хвощ полевой (трава) 10 г; ва-

силек синий (цветки) 10 г; боярышник кроваво-красный (плоды) 15 г; шлемник байкальский (корни) 15 г. Принимать в виде настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3 раза в день при сердечно-сосудистой недостаточности с повышенным АД.

- Шиповник коричный (плоды) 15 г; сушеница болотная (трава) 10 г; береза повислая (листья) 10 г; мята перечная (трава) 10 г; морковь посевная (плоды) 10 г; элеутерококк колючий (корень) 15 г; кассия остролистная (плоды и листья) 10 г; лопух большой (корни) 10 г. Принимать в виде настоя по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день после еды при атеросклерозе.

### *Гороскоп для Льва*

Весь 2006 год Львам предстоит преодолевать различные трудности, поэтому для них важно не терять контроля над ситуацией и проявить стойкость — тогда в целом итоги года могут оказаться положительными.

Наиболее трудный период для людей этого знака — начало года, с января по апрель. В это время Льва преследуют неурядицы на работе, сложности в семейной жизни и напряженность в

финансовом плане. Последние с высокой вероятностью могут быть преодолены в том случае, если Львы будут проявлять в сложной ситуации инициативность и трезво, правильно планировать все предстоящие дела.

В этот период Львам необходимо будет бороться с такими недостатками, присущими их знаку, как неумение четко распределить свое время, настойчиво идти к поставленной цели, а также нерешительность, им следует смелее брать на себя ответственность. Только упорный труд принесет позитивные результаты и потери сведутся к минимуму. Тем не менее, определенное снижение доходов весьма вероятно.

Несколько стабилизируется положение в промежутке с начала апреля до начала декабря. В этот период Львам можно ожидать новых перспектив и возможностей решить накопившиеся проблемы.

Однако в плане состояния своего здоровья Львам следует быть внимательными, осторожность им не помешает; кроме того, все успехи возможны лишь при условии продолжения упорной работы и самоконтроля, так как год в целом не слишком благоприятен для знака.

С начала декабря можно ждать стабилизации, а к концу месяца дела у Львов могут пойти в гору;

в это время для них растет вероятность продвижения в профессиональной сфере, а также возможно решение наболевших жилищных проблем.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильного выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

### *Напиток здоровья для Льва*

Сбор из 1 ст. л. цветов календулы, 1 ст. л. ромашки, 1 ст. л. липы и  $\frac{1}{4}$  ч. л. семян аниса. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 15 мин, процедить настой.

Пить 3 раза в день по  $\frac{1}{2}$  стакана до еды.



## Дева (23.08—23.09)

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ способности критиковать и мыслить аналитически. С энергией Девы мы связаны положением в индивидуальном гороскопе Меркурия. От нее зависит способность служить обществу, умение ликвидировать духовные блокады.

Месяц Девы — 23.08—23.09 — имеет важное значение для каждого человека. Он предоставляет возможность не только видеть свои проблемы, но и находить их решения; это относится и к физическому здоровью. Дева укажет те сферы, в которых мы должны научиться лучше приспособливаться, чтобы эффективнее использовать свои жизненные силы и избегать заболеваний.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Дельфиниум** (23.08—2.09). Людей, родившихся под этим знаком, в большинстве сво-

ем отличает сильно развитое честолюбие и постоянное стремление к соперничеству. Однако при этом положение — как в обществе, так и в быту — довольно часто бывает неустойчивым. Это связано с их недостатком: Дельфиниум — натура не только слишком сильно увлекающаяся, но и страдающая наряду с этим повышенным самомнением. В результате люди знака не склонны прислушиваться к чьим-то советам, что, зачастую, создает им трудности на жизненном пути.

Тем не менее, людям этого знака в критической ситуации нередко свойственна инициатива и энергичность, что делает их хорошими партнерами и в быту, и на работе.

- **Гвоздика** (3.09—11.09). Это люди практические всегда очень общительные — и при этом добрые. Помимо того, к их достоинствам принадлежат великодушие и щедрость. Однако именно от последней Гвоздика часто страдает, так как в ряду ее недостатков под номером один следует назвать легкомыслие. К другим относятся невнимательность к окружающим людям, даже самым близким. Тем не менее, в целом, людям знака Гвоздики присущее чувство справедливости, что

нередко и делает их привлекательными в любви и дружбе.

- **Астра** (12.09—23.09). Люди обаятельные, любопытны, отличаются непринужденностью и веселым нравом. Нравится риск и все неординарное. Но страдают от собственной склонности к легким увлечениям. Люди этого знака, как правило, имеют много друзей как на работе, так и вне ее, почти всегда пользуются авторитетом в своем окружении. Людям Астры свойственно, чаще всего, хорошее здоровье и природный оптимизм.

Итак, планета Девы (23.08—23.09) — Меркурий. Планета в классической астрологии считается управляющей для кишечника, тазовой области, поясничного и крестцового отделов позвоночника.

Людям этого знака при внешнем спокойствии свойственны бурные внутренние переживания. Склонность скрывать свои эмоции, переживать все наедине с собой очень часто негативно сказывается на общем состоянии здоровья людей знака Девы: в первую очередь, при таком положении дел страдает, разумеется, нервная система, но и тесно с ней связанные органы желудочно-кишечного тракта, который как раз управляет этим знаком. В дополнение к этому Девы нередко

склонны к упорному труду, что может привести к некоторой истощаемости, и также характерны для знака неровность поведения, а иногда угрюмость.

## *Целебные растения и травы*

Травы и растения знака Девы — меркурианские, т. е. как правило пестрого цвета, иногда вьющиеся, например иван-да-марья, пролеска, лапчатка. К растениям Меркурия относят также семейство виноградных, вьюнковые, повиликовые растения.

Из пищевых культур для Девы на первый план выступают яблоки, груши, инжир, крупы (рис, чечевица, пшено, ячмень, рожь, овес, пшеница, кукуруза).

Расширенный перечень трав для знака Девы: азалия, валериана, девясил, морковь, звездчатка, мята, лаванда, лилия, лакричник, майоран, мандрагора, мирт, молочай, морковь, папоротник, орешник, петрушка, тмин, трилистник, тростник, укроп, фенхель, шелковица, эндивей.

Помимо перечисленных, к растениям, целительным и полезным для знака, относят чабрец, полынь, сельдерей, укроп.

Травы Девы практически совпадают с таковыми для знака Близнецов, так как находятся под

управлением Меркурия. Таким образом, очень многие из них уже описаны ранее. Но на отдельных мы здесь все же остановимся.

### *Чабрец (тимьян ползучий)*

Приводим здесь рецепты народной медицины, актуальные для Девы. Смесь свежей травы чабреца и подорожника пропустить через мясорубку и отжать сок. Принимать его по 1 ст. л. 3 раза в день до еды. Хорошее средство при многих недугах: анемии (малокровии), пониженной кислотности желудочного сока и сопутствующем гастрите, язве желудка, двенадцатиперстной кишки, неврозах, истерии, маточных кровотечениях, радикулите, зобе.

Отжимки настаивают в течение 3 ч в кипяченой воде — такой настой рекомендуется в народе при отеках, как средство от зубной боли и при бессоннице.

В виде чая чабрец рекомендуется пить при простуде, болях в сердце, бессоннице, а также используют в виде полосканий при воспалительных заболеваниях полости рта — воспалении десен, слизистой, стоматите.

Настойка из чабреца и шалфея (1:1) пригодна для ингаляций при одышке любого происхождения.

Следует помнить, что препараты на основе чабреца не рекомендуются беременным женщинам и людям, страдающим от гипофункции щитовидной железы, а также при декомпенсации сердца, острых процессах в почках и печени.

### *Шелковица (тумовая ягода)*

Из почек готовят настой, который в народе применяют при болезнях сердечно-сосудистой системы, а также сахарного диабета в начальной стадии (в последнем случае часто применяют и сухие листья, порошком из которых присыпают пищу).

Свежие плоды и сок из них принимают при заболеваниях сердца, малокровии, язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Свежие спелые ягоды рекомендуются народными целителями в пищу при дистрофических изменениях миокарда (сердечной мышцы). Водный настой из ягод используют для полосканий при язвах полости рта, горла.

Отвары из молодых листьев шелковицы (5—6 штук на стакан кипятка) рекомендуются при диабете в больших количествах на протяжении всего сезона.

## *Кукуруза*

Практически все блюда из кукурузы прекрасно усваиваются желудком и кишечником. Поджаренные зерна с медом применяются в народной медицине как вяжущее средство при расстройствах пищеварения.

Кукурузные хлопья с молоком, вареные початки, каша — все это ценные компоненты диетического питания при многих видах патологии, ввиду высокой пищевой ценности продукта. Кукурузная каша — сама по себе лечебное средство при нефритах, цистите, почечнокаменной болезни, глистной инвазии.

Кукурузное масло регулирует обмен, препятствует отложению холестерина, уменьшает тромбообразование у людей, страдающих атеросклерозом коронарных сосудов.

Настой кукурузных рылец увеличивает секрецию желчи, уменьшает ее вязкость, содержание билирубина, улучшает свертываемость крови. Хорошее мочегонное средство. Кукурузные рыльца также обладают успокоительным действием на нервную систему и входят потому в состав многих лечебных сборов. Их применяют при хроническом склерозе сосудов сердца, мозга, сердечных, почечных отеках, сахарном диабете, заболеваниях мо-

чевого пузыря, желчных путей. Рецептура: 10—15 г измельченных рылец заварить 1,5 стакана кипятка и выдержать на водяной бане полчаса, процедить. Принимать по 0,5 стакана через 2 ч после приема пищи.

В виде компрессов распаренные кукурузные рыльца применяют при суставных болях.

Проросшие кукурузные зерна очень полезны пожилым людям; они в народе считаются также верным средством при судорогах икроножных мышц.

Следует знать, что кукуруза не рекомендуется к употреблению лицам с повышенной свертываемостью крови.

### *Черника*

При хронических расстройствах кишечника, гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока рекомендуется диета из свежих ягод черники и земляники лесной в течение всего ягодного сезона, около трех недель.

Черничная настойка: 1 ст. л. сухих измельченных листьев черники залить двумя стаканами кипятка и настаивать в термосе в течение ночи, наутро процедить. Принимать по  $\frac{1}{4}$  стакана до пяти раз в день, до еды — при острых и хронических

заболеваниях желудка и кишечника воспалительного характера, а также дизентерии. При обычном поносе помогает отвар черники, который пьют, как чай.

При маточных кровотечениях: 60 г сухих листьев заварить 1 л кипятка и настаивать 1 ч; принимать по три — четыре стакана в день.

### *Груша*

Листья растения применяются в народной медицине как мочегонное средство, а также противовоспалительное при воспалительных заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Для Дев немаловажно также, помимо антибактериального эффекта, весьма выраженное успокаивающее действие на нервную систему.

Действие плодов разностороннее и полезное, однако, следует знать, что груши не рекомендуются ни в пищу, ни в качестве лечебного средства при обострении хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта.

### *Крупы*

*Овес.* Общеизвестно, что из овсяной крупы готовят множество полезных и питательных блюд. Но не менее важны и лечебные свойства данного

растения, которые весьма разнообразны. Так, овсяная каша настоятельно рекомендуется для постоянного употребления в пищу больным сахарным диабетом, что связано с определенным ее лечебным воздействием при данной патологии. Отвары, супы используют при лечении диатеза у детей, хронического дерматита, экзем, при шелущающейся коже. При желудочно-кишечных заболеваниях, геморрое, а также людям преклонного возраста очень полезен кисель из настоя овсяной крупы. Настой же из зерен улучшает обмен веществ, особенно при нарушениях обмена — как отложение солей и задержка шлаков в организме. По большей части это объясняется высоким содержанием магния: известно, что с нехваткой в организме магния кальций, не связанный им, откладывается в тканях — сосудах, костях, позвоночнике, и т. д.

*Настой: 50 г измельченных зерен залить 0,5 л воды на сутки. Процедить. Пить по 0,5—1 стакану 2 раза в день.*

Овес в любом виде полезен для улучшения сердечно-сосудистой деятельности, он благотворно влияет и на нервную систему. Отвар крупы с медом рекомендуется пить при общем истощении

после тяжелой болезни, астении, туберкулезе, воспалении кишечника, гастритах.

*Отвар: 1 стакан зерна залить 1 л воды, томить до вываривания  $\frac{1}{4}$  части жидкости. Пить по 0,5 стакана, 3 раза в день до еды.*

Наконец, примочки из неочищенного овса и соломы — эффективное средство при болезнях опорно-двигательного аппарата (ванны из свежей соломы, отвар: 0,5—1 кг массы на полную ванну), при болях ревматического характера. Спиртовая же настойка из зеленого овса — народное средство от бессонницы, при умственном и физическом переутомлении (как общеукрепляющее средство).

*Рожь.* Из ржаной муки, овса, ячменя, пшеницы готовят закваски и выпекают хлеб без обычных дрожжей, а молочная сыворотка с ржаным хлебом, луком, травами, растительным маслом — полезный общеукрепляющий напиток. Ржаной хлеб полезен при запорах. Кусочек мягкого хлеба с крупной солью прикладывают к синякам, опухолям, на внешние шишки при геморрое — он обладает свойством рассасывать уплотнения. Для укрепления волос черствый хлеб без корочек размачивают в воде, намазывают голову и смывают теплой водой через 30 мин. Хлеб ржаной, смочен-

ный в молоке, ускоряет созревание нарывов. Отвар отрубей — отхаркивающее средство.

*Пшеница.* Пшеничная каша — ценный питательный продукт, который к тому же прекрасно усваивается желудком и кишечником. Масло из зародышей пшеницы в народе используют при подагре, нарявах. Проросшие зерна — источник витамина В<sub>2</sub>; улучшают общее состояние, повышают деятельность эндокринной системы, укрепляет волосы, ногти. Общеукрепляющим действием обладает отвар зерен, а пшеничный крахмал — обволакивающим свойством. Отвар отрубей с медом принимают при кашле, воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей. Существует также много прописей, в состав которых входят отруби, для лечения атеросклероза, гипертонии, запоров, гастрита.

*Пшено* полезно при запорах, атеросклерозе, гипертонии, болезнях печени. В народе рекомендуется также страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями и опухолями молочной железы.

*Чечевица* (семейство бобовых). Жидкий чечевичный отвар употребляют при запорах, а густой — при поносе.

*Рис.* Отвар риса в народной медицине считается средством лечения дизентерии, а также острых расстройств желудочно-кишечного тракта, гастриита, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Кроме того, есть методика лечения рисом при отложении солей.

*Пропись.* В первый день 1 ст. л. риса залить водой в 1-й банке. Во второй день промыть рис в 1-й банке и залить водой 1 ст. л. риса во 2-й банке. В третий день рис в 1-й и во 2-й банках промыть и залить 3-ю банку с рисом водой. И т. д. — до седьмого дня. В этот день рис из 1-й банки промыть водой и сварить. В освободившуюся банку опять насыпать 1 ст. л. риса и залить водой. На следующий день сварить рис из 2-й банки, предварительно промыв его водой, и снова положить в нее 1 ст. л. риса и залить водой. Таким образом, съедать 1 ст. л. разваренного риса без соли натощак, за 2 ч до завтрака, в течение месяца.

## *Гороскоп для Девы*

Для этого знака год — первый год девятилетнего цикла, т. е. именно теперь закладываются основы на следующие девять лет. Нельзя сказать, чтобы год стал для Дев легким, но тем более важ-

но для них поработать над своими недостатками, чтобы войти в новый цикл обновленными.

Период с середины января до середины апреля для людей знака Девы, пожалуй, наиболее трудный. Здесь велика вероятность неудач и неприятностей во всех сферах жизни — в семье, на работе, в общении. Достаточно велика опасность неудач при совершении поездок — от них в это время лучше воздержаться. Не стоит и проявлять излишнюю активность в заведении новых знакомств — звезды этому не благоприятствуют.

С конца апреля возможны нелады в семье и с близкими друзьями либо родственниками, а также серьезные противоречия с деловыми партнерами. Однако с высокой степенью вероятности все эти проблемы удастся разрешить, хотя времена Девам предстоит нелегкое — противоречия для них обещают быть не только внешними, но и внутренними.

На события года для Дев окажут влияние оба Полных солнечных затмения — 29 марта и 22 сентября. Поэтому во второй половине августа, наконец, ситуация должна стабилизироваться — появится возможность решить отдельные проблемы, главным образом — финансовые. Однако уже с начала сентября и вплоть до ноября опять возможны проблемы, особенно в семейной и личной

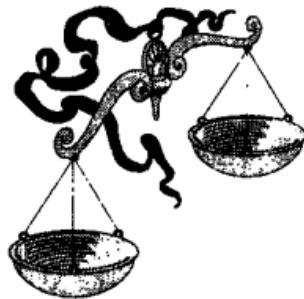
жизни. Если Девы проявят в эти нелегкие времена стойкость и верность, то конец года окажется для них благоприятен, и общий итог можно будет подвести вполне удовлетворительный.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильного выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

### *Напиток здоровья для Девы*

Приготовить сбор из 1 ст. л. чабреца, 1 ст. л. мяты лимонной, 1 ст. л. огуречника, 1 ст. л. липового цвета и  $\frac{1}{2}$  ст. л. измельченного корня валерианы. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 30—40 мин, процедить настой. Добавить меда по вкусу.

Пить теплым.



## Весы (24.09—22.10)

Согласно астрологическим понятиям этот знак — символ способности любить и общаться. С энергией Весов каждый из нас связан посредством индивидуального положения богини любви — Венеры в гороскопе рождения. От этого зависят гармония и покой, искусство и красота, духовная свобода и человечность.

Месяц Весов — 24.09—22.10 — время, благоприятствующее любым личным, любовным, дружеским, партнерским отношениям. Нередко именно в этот период человек начинает лучше разбираться в себе и находить взаимопонимание с другими.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Вереск** (24.09—3.10). Люди, рожденные под этим знаком, склонны к изысканности, блеску, они самолюбивы и знают себе цену; при этом общительны и в общении легки. Одна-

ко очень часто им свойственна эгоистичность. Кроме того, к недостаткам, определенным влиянием знака, относится склонность ставить собственные интересы выше семейных, что осложняет взаимоотношения с близкими и личную жизнь. Люди Вереска, зачастую, отличаются творческими способностями, талантом, эмоциональностью и тонкостью восприятия.

- **Камелия** (4.10—13.10). Люди, рожденные под знаком Камелии, довольно часто доверчивы вплоть до наивности. За счет таких качеств, как открытость людям, щедрость нередко бывают обмануты, и попадают в весьма сложные ситуации как на работе, так и в личной жизни. Однако знак определяет также способность людей Камелии при необходимости проявлять недюжинные мужество, терпение и волю. В личной жизни отличаются постоянством, хотя и бывают не в меру ранимы и раздражительны.
- **Сирень** (14.10—22.10). Особенности характера, обусловленные знаком: обходительность, дипломатичность. Люди этого знака критичны, их отличает логичность поступков; в этой связи они, как правило, преуспевают в карьере. В большинстве случаев человек это-

го знака — надежный и понимающий друг, прекрасный семьянин. Люди Сирени в любовных отношениях проявляют себя неизменно с самой лучшей стороны: отличаются постоянством, умением выслушать и понять другого.

Итак, Планеты Весов — Венера и Хирон, находящийся между Сатурном и Ураном. Поскольку Венера управляет гормональной системой через щитовидную железу, то, естественно, это — наиболее уязвимое у Весов место; не менее часто встречается у людей этого знака болезни, связанные с общим ослаблением иммунитета. Хирон отвечает за равновесие, гармоничное взаимодействие организма с окружающей средой. Очищение организма и выведение из него шлаков — также находятся под управлением Хирона. Знак влияет не только на поясничную область, но и на почки. Таким образом, понятно, что самые разнообразные болезни почек относятся к болезням Весов. Немаловажно для знака также, что любые нарушения функции почек могут вести у них к общему эндокринному дисбалансу.

Однако в целом люди этого знака, по большей части, здоровы физически; в психологическом же плане нередко отличаются определенной неустой-

чивостью характера (и, как следствие, могут впадать в крайности — что влечет за собой душевный дисбаланс, нестабильность, возможность нервных срывов и определенную склонность к депрессии — все это обусловлено влиянием знака). Кстати, Весы обладают умением инстинктивно избегать нервного напряжения и перегрузок, а также и физического переутомления. Правда, совсем не редкость для них — склонность к излишествам в еде. Нередко злоупотребляют табаком, алкоголем, кофе.

В основном, если Весы и страдают нервными расстройствами, это связано с их постоянно колеблющимся состоянием души и, часто, склонностью к долгому выбору окончательного решения по любым важным вопросам.

### *Целебные растения и травы*

Люди знака Весов находятся под мощным управлением Венеры и потому их растения и травы практически совпадают с таковыми для знака Тельца. Растениям Венеры присущи сильный запах, лилово-малиновый, сиреневый или розовый цвет, а также, зачастую, сладковатый вкус. Как наиболее типичные примеры чаще всего приводят вербену и мяту.

Согласно понятиям классической астрологии, людям Весов полезны: алтей, вишня, гвоздика, гранат, греческий орех, клевер, фиалка. Из пищевых культур — редис, клубника, крыжовник, шпинат, сельдерей, фасоль, гранат, яблоки.

Относительно полный перечень растений, целебных для Весов либо наиболее полезных ему, представлен ниже: абрикос, алтей, артишок, желтый нарцисс, бобы, бузина, виноград, вербена, гвоздика, крапива, клевер, ковыль, крестовик, лилия, лопух, маргаритка, миндаль, мятта, наперстянка, остролист, папоротник, пшеница, пырей, сушеница, фасоль, фиалка, ольха, ясень.

Помимо перечисленных к растениям, целительным и полезным для знака, относят календулу, одуванчик, тысячелистник, кукурузные початки.

### *Бузина черная*

Кустарник или небольшое деревце семейства жимолостных. Цветки бузины содержат гликозиды, рутин, эфирное масло, органические кислоты (кофейная, яблочная, валериановая) и дубильные вещества. Травянистая бузина ядовита. В народной медицине довольно широко используют цветки кустарниковой бузины. Их настои обладают потогонным и диуретическим (мочегонным), про-

тивовоспалительным и отхаркивающим свойствами, эффективны при простудных заболеваниях, хронических бронхитах, ангине и гриппе.

Настой: 2 ч. л. цветков на 15 мин залить стаканом кипятка; процедить. Принимать по 2 ст. л. до шести раз в день независимо от приема пищи — при подагре и болях в суставах.

Плоды бузины полезны и в свежем, и в сушеном виде. Кисель из сушеных ягод бузины — слабительное. Отвар ягод с медом — при запорах.

Настой: 0,5 ч. л. плодов залить холодной водой на ночь; утром пить подогретым. Этим настоем полезно полоскать горло при ангине и гриппе.

Молодые листья бузины, отваренные в молоке, — средство от геморроя. Отвар из коры — при заболеваниях почек, мочевого пузыря, как рвотное средство.

Из бузины готовят примочки, ванночки при ссадинах, ранах, фурункулезе, ожогах, опрелостях.

### *Сельдерей*

Двулетнее растение семейства зонтичных. В лечебных целях используют все части сельдерея. В листьях растения содержится до 180 мг % аскорбиновой кислоты, 10 мг % каротина (на 100 г сырого вещества), калий, кальций, фосфор, железо.

Сельдерей — пищевое растение. Из его корнеплодов и листьев в свежем, отваренном и тушеном виде готовят салаты, супы, гарниры и вторые блюда. Семена сельдерея — чудесная приправа к супам.

Наличие большого количества витаминов и минеральных солей позволяет вводить это растение в рацион питания детей, страдающих фенилкетонурией, особенно ранней весной, когда необходимо проводить профилактику гиповитаминозов.

Свежий сок растения оказывает болеутоляющее действие. Корни и зелень сельдерея используются как лекарственное средство при лечении гипертонии, гастрита с понижением кислотности желудочного сока, заболеваний печени, при любом рода нарушениях обмена веществ.

Зелень и корни снимают утомляемость, стимулируют нервную систему. Применяются в народной медицине при лечении артритов (воспаление суставов), ревматизма, подагры. Наружно настой — в качестве примочек и обмываний при гнойных ранах и язвах, а также аллергических высыпаниях (крапивница, в первую очередь).

Рекомендуется для постоянного употребления в пищу на протяжении длительного времени, как средство профилактики любого рода неврозов.

Ранозаживляющее средство. Положительно действует на эндокринную систему. Рекомендуется также против ожирения.

### *Алтей лекарственный*

Многолетнее травянистое растение семейства мальвовых со стержневым корнем. Растет среди кустарников, в поймах рек. Заготовку корней проводят осенью, лучше всего подходят растения не менее, чем трехлетнего возраста.

В корне алтея содержатся слизистые вещества, обладающие мягкительным, противовоспалительным и обволакивающим действием. Препараты алтеиного корня (реже из цветков и листьев) широко применяются в народной медицине в качестве противовоспалительного и отхаркивающего средства, при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, воспалении мочеполовых органов, острых гастритах, колитах и энтероколитах.

### *Лопух*

В листьях растения содержатся эфирное масло, слизь, дубильные вещества, аскорбиновая кислота; в корнях — белок, жироподобные и дубиль-

ные вещества, пальмитиновая и стеариновая кислота, смолы, ситостерин.

В народной медицине растение используется как потогонное, мочегонное и противовоспалительное средство при лечении простудных заболеваний, болезней легких, мочекаменной болезни, язвенной болезни желудка, гастрите, ревматизме.

Свежие листья лопуха прикладывают к ушибам, ранам, ожогам, язвам, при головной боли — ко лбу.

Водный настой травы, собранной в период цветения, лечит катар желудка, воспаления желчных путей, употребляется от поносов, колита, недержания мочи, ревматизма.

*Настой: 10 г сухого измельченного сырья залить стаканом кипятка, плотно закрыть и настаивать 2 ч; остудить, процедить через марлю. Принимать по 1 ст. л. 4—5 раз в день. Этим же настоем можно полоскать горло при ангинах.*

Эффективны препараты из корня лопуха в лечении себореи, экземы, зуда, фурункулеза. Корень лопуха входит в состав комплексных сборов для лечения больных, страдающих подагрой и обменными артритами. В косметике используют настой корня лопуха на миндалевом либо оливковом мас-

ле — средство укрепляет волосы, предохраняет от облысения.

### *Тысячелистник обыкновенный*

Многолетнее травянистое растение семейства сложноцветных. В листьях тысячелистника содержатся эфирное масло, каротин, аскорбиновая кислота, дубильные и горькие вещества, смолы, витамин К. Препараты из тысячелистника эффективны при лечении различных заболеваний желудочно-кишечного тракта (язвенная болезнь, гастрит и др.), их употребляют при внутренних кровотечениях. Наружно используют настой травы как противовоспалительное средство при ранах, порезах, язвах. Сок с медом (1:1) в народной медицине рекомендуют пить по 1 ч. л. 3 раза в день для улучшения обмена веществ, при болезнях печени.

Кроме того, тысячелистник — кровоочищающее средство. Сок и настой листьев лечит язвы, свищи, фурункулы. Листья, обваренные кипятком, прикладывают к эрозии шейки матки (в виде тампонов).

*Настой: 15—20 г измельченной зелени залить стаканом кипятка и настаивать ночь в термосе; пить до еды по 1/3 стакана; действует как*

*кровоостанавливающее при обильных менструациях, фибромах, воспалительных заболеваниях матки, при гастритах с пониженней кислотностью желудочного сока.*

*Отвар: 1 ч. л. сухих измельченных корней залить стаканом воды, прокипятить, настаивать 1 ч, процедить; пить по 1 ст. л. 3 раза в день до еды как кровоостанавливающее.*

Следует помнить, что применение препаратов на основе тысячелистника не рекомендуется женщинам в период беременности.

### *Гранат*

Гранатовый сок в народной медицине рекомендуется применять как средство против почечных колик, болей в желудке; полезен при сахарном диабете.

Имеет ранозаживляющее действие, находит применение в комплексной терапии геморроя, ожогов, конъюнктивита. Отвар из корок граната — проверенное средство для изгнания ленточных глистов.

Следует помнить, что употребление граната не рекомендуется при язвенной болезни, желудка и двенадцатиперстной кишки, повышенной кислотности, гастрите.

## *Сборы лекарственных растений, рекомендуемые при болезнях почек и мочевыводящих путей*

- Календула лекарственная (цветки) — 20 г, крапива двудомная, хвощ полевой (трава), фенхель обыкновенный (плоды) — по 10 г, стальник полевой (корень) — 15 г, береза повислая (листья) — 15 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день до еды как мочегонное и противовоспалительное средство; рекомендуется для лечения хронических воспалительных заболеваний почек и мочевыводящих путей;
- хвощ полевой (трава), лапчатка прямостоячая (корневище) — по 30 г, подорожник большой (листья) — 10 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя на ночь, в теплом виде при воспалительных заболеваниях мочевыводящих путей;
- бузина черная, ромашка аптечная, липа (цветки), зверобой продырявленный (трава) — по 25 г. Принимать по стакану настоя на ночь, в теплом виде, при воспалительных заболеваниях почек и мочекаменной болезни в стадии ремиссии;

- крапива двудомная (листья) — 20 г, аир болотный (корневище), хвощ полевой (трава), можжевельник обыкновенный, шиповник коричный (плоды) — по 15 г, мята перечная (листья), бузина черная (цветки) — по 10 г. Рекомендуется принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана теплого отвара трижды в день до еды, при мочекаменной болезни;
- шиповник коричный, можжевельник обыкновенный (плоды), стальник полевой (корень), адonis весенний (трава) — по 25 г; принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день до еды, как диуретическое (мочегонное) и противовоспалительное средство;
- марена красильная — 30 г, стальник полевой (корни) — 20 г, льняное семя — 50 г; принимать по стакану настоя в теплом виде на ночь при мочекаменной болезни;
- шиповник коричный, можжевельник обыкновенный (плоды), береза повислая (листья) — по 20 г, марена красильная (корень) — 40 г; принимать по стакану настоя в день за несколько приемов как мочегонное средство;
- льняное семя — 40 г, стальник полевой (корень), береза повислая (листья) — по 30 г; принимать по  $\frac{1}{4}$  стакана настоя в несколько приемов в течение дня при пиелонефrite;

- земляника лесная (листья) — 10 г, крапива двудомная, береза повислая (листья) — по 20 г, льняное семя — 50 г; принимать по стакану настоя в теплом виде в несколько приемов в течение дня при пиелонефrite;
- фенхель и тмин обыкновенные (плоды), бузина черная (цветки), адonis весенний (трава) — по 10 г, петрушка огородная, можжевельник обыкновенный (плоды) — по 30 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день до еды как мочегонное средство; не рекомендуется данная пропись при острых воспалительных процессах мочевыводящих путей и беременности.

## *Гороскоп для Весов*

Для Весов год знаменует собой начало семилетнего цикла и обещает быть для этого знака достаточно спокойным и ровным. С начала января до середины мая подводятся итоги за прожитый период и закладывается новый цикл на следующие семь лет. В это время Весы осознают свои как духовные, так и материальные задачи и устремления с тем, чтобы стать на верный путь, ведущий к успеху.

Именно поэтому Весам необходимо позабочиться об окружающих и близких людях, проявить понимание и сочувствие, оказать помощь. Любые добрые дела в высшей степени благоприятно скажутся не только на течении года, но и всего начавшегося цикла.

Полное солнечное затмение 29 марта в знаке Овна обещает быть весьма неблагоприятным для знака Весов: вероятны проблемы со здоровьем, в финансовой сфере — но в то же самое время, укрепятся связи с родными, друзьями и партнерами, а все неурядицы продлятся не слишком долго.

Наиболее значительных потерь здесь можно ожидать лишь в сугубо материальной сфере. Затем, после относительно спокойного периода, скажется и отрицательное явление полного солнечного затмения 22 сентября в знаке Девы. В период с середины сентября до середины октября вероятны трудности дома, непонимание со стороны родных, супруга. Весам необходимо в это время контролировать свои эмоции — в этом случае негативное воздействие не скажется долговременно на их семейной жизни, профессиональном положении и реализации планов.

И уже с конца сентября до конца октября Весам открываются новые возможности, вероятен финансовый успех, профессиональный рост. Отно-

шения с окружающими стабилизируются. А с начала октября и до конца года — наилучшее время для Весов. Единственное, чему необходимо будет уделить внимание, это состоянию здоровья, так как в этот период есть вероятность обострения хронических заболеваний.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильного выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

### *Напиток здоровья для Весов*

Сбор из 1 ст. л. цветов мальвы, 1 ст. л. фиалки трехцветной и 1 ст. л. листьев мелиссы. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 15—20 мин, процедить настой.

Пить в теплом виде 3 раза в день до еды.



## Скорпион (23.10 – 22.11)

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ вечного преображения, бесконечности жизни; в нем скрыты глубинные сферы души и источник природных сил, из которого может черпать каждый. С энергией Скорпиона человек связан индивидуальным положением Плутона в гороскопе рождения, которое определяет способность изменяться и дар предвидеть.

Месяц Скорпиона — 23.10—22.11. В этот период потенциальная сила знака позволяет узнать, какие изменения происходят во внутренней и внешней жизни, на что особо следует обратить внимание — чего опасаться и к чему стремиться.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Фрезия** (23.10—2.11). Людей, рожденных под этим знаком, в значительной степени характеризуют такие черты, как настойчивость

(порой до упрямства), смелость, сложившиеся и устойчивые взгляды на жизнь и осознанная жизненная позиция. Как правило, люди Фрезии вызывают симпатию у окружающих, они современны и достаточно обаятельны в общении.

Из характерных для Фрезии черт характера наиболее частыми отрицательными являются упрямство, невнимательность к другим, острый язык и отсутствие чувства меры; к положительным относятся бесстрашие, умение отстоять свои взгляды, богатый внутренний, духовный мир.

В профессиональной области люди этого знака в большинстве своем пользуются немалым авторитетом. В семейной жизни стабильны, но не слишком дипломатичны и уступчивы.

- **Орхидея (3.11—12.11).** Черты личности людей, рожденных под знаком Орхидеи, очень часто отличаются загадочностью, налетом тайны. Характер людей Орхидеи, в силу особенностей влияния их знака, довольно часто не слишком уравновешен. Отсюда наиболее характерные для знака отрицательные качества: конфликтность (как в семье, так и на работе), неуступчивость, порой, некото-

рая вздорность. Люди Орхидеи эмоциональны и, зачастую, не вполне уверены в своих взглядах, но обладают живым умом. К их положительным качествам относятся упорство и настойчивость в труде, постоянство, честность.

В семейной и личной жизни, а также в дружбе люди этого знака — прекрасные партнеры.

- **Пион** (13.11—22.11). Люди, рожденные под этим знаком, по большей части, эмоциональны и непоседливы, беспокойны и порывисты в чувствах и действиях. Но им присущи такие положительные черты, как проницательность, смелость, общительность, радущие.

Из отрицательных черт характера следует назвать несдержанность, некоторую склонность к хвастовству. Человек этого знака часто впечатителен, а настроение его часто подвержено значительным колебаниям.

Несмотря на эти характерные для знака черты, люди Пиона в большинстве своем не плохо устроены как в семейной жизни, так и в плане материальной стабильности.

Кроме того, Пион, как правило, выносил физически и обладает крепким здоровьем, если ведет правильный образ жизни.

Итак, планеты Скорпиона — это Плутон и Марс. Именно в силу этого Скорпионы от природы наделены большими запасами энергии и жизненных сил. Этим же объясняется их высокая работоспособность, они не столь уж часто болеют, но, как правило, болезни у людей знака Скорпиона протекают довольно тяжело. Скорпионам свойственно постоянно сдерживать свои жизненные устремления и немалые страсти — и это может вести к внутренним конфликтам, которые проявляются неврозами, нередко со склонностью к одышке, удушью на нервной почве. Врожденное чувство справедливости в сочетании с прямым характером способствуют довольно частым конфликтам, что также делает Скорпионов уязвимыми для головных болей, бессонницы, ведя к нервным срывам.

Входящий в этот знак Плутон управляет наследственностью, генетической структурой метаболизма, биохимическим обменом, а также органами выделения, в том числе, — железами слизистой оболочки носа. Соответственно, и для болезней у людей, родившихся под знаком Скорпиона, уяз-

вимы мочеполовые органы, кости таза, почки, прямая кишка. У женщин нередки болезненные менструации и нарушения менструального цикла. Характерологическими особенностями объясняется подверженность самого разного рода нервным болезням, причем, как и следующего знака — Стрельца, это часто сопровождается расстройствами со стороны системы дыхания. Наконец, это многие Скорпионы склонны к невоздержанности в еде, а иногда и отличаются пристрастием к спиртному — это приводит к тучности, иногда и ожирению, — что, в свою очередь, может весьма негативно сказаться на функции сердечно-сосудистой системы, и не только сердца, но и вен (варикоз).

Таким образом, и растениями, наиболее полезными для Скорпиона, являются те, которые способны лечить и предупреждать свойственные этому знаку недуги.

### *Целебные растения и травы*

Травы-целители Скорпиона по астрологическим понятиям, те, которые посвящены покровительствующим планетам — Плутону и Марсу, либо находятся под их прямым влиянием.

Травы, соответствующие Марсу, приведены подробно в разделе, посвященном знаку Овна, так как Марс входит в этот знак. Для Плутона же это, в первую очередь, грибы.

Помимо того, в суммарный перечень растений Скорпиона входят: алоэ, амарант, анемон, базилик, барбарис, боярышник, горечавка, грейпфрут, дрок, дуб, жимолость, имбирь, иссоп, кактус, календула, кориандр, манго, мята, крапива, лимон, лук, лютик, марена красильная, можжевельник, портулак, помидоры, подсолнечник, редис, кресс, самшит, сельдерей, хмель, хрень, чертополох, чистотел, шиповник.

О большинстве из них уже упоминалось в предыдущих разделах, а остальные будут описаны ниже.

### *Календула*

В соцветиях этого растения содержится настоящая кладезь полезных организму и целительных веществ. Основные из них: каротин, виолоксантин, флавохром, флавоксантин, эфирное масло (0,02 %), смолы, камедь, сапонины, фитонциды, горькие вещества, салициловая и яблочная кислоты. Наиболее богаты каротином цветки календулы.

Препараты из корзинок календулы обладают противовоспалительным, ранозаживляющим, спазмолитическим, желчегонным и дезинфицирующим свойствами, что определяет их чрезвычайно широкий спектр терапевтического применения как в народной, так и в клинической официальной медицине. Кроме того, средства на основе календулы действуют на центральную нервную систему как успокаивающие, что важно для Скорпионов.

Настой: 2 ст. л. сухих измельченных цветков календулы залить стаканом кипятка, выдержать на водяной бане не менее 20 мин, охладить, прощедить и долить кипяченой водой до первоначального объема. Принимают средство по 1 ст. л. 3 раза в день до еды. Рекомендуется при сердечных заболеваниях, учащенном сердцебиении, одышке, отеках, язве желудка и двенадцатiperстной кишки, колитах, энтероколитах.

Наружное средство (рекомендуется для полосканий, клизм, спринцеваний, примочек и т. д.) — смесь календулы, ромашки и тысячелистника в соотношении 1:1:2, из которой готовят отвар по описанной выше методике.

## Облениха

Облениха известна в народе с глубокой древности как растение, наделенное поистине огромной целительной силой. Сегодня и официальная медицина признает эту силу за обленихой: на полках аптек можно видеть довольно много препаратов на ее основе. И это не удивительно: лекарственные формы из этого растения обладают широким спектром терапевтического воздействия на человеческий организм, отличаются высокой эффективностью и при этом практически не имеют противопоказаний.

Абсолютным рекордсменом облениха является по содержанию токоферола, или витамина Е, превосходя подавляющее большинство других плодовых и ягодных культур. Витамин Е (токоферола ацетат) выполняет сразу несколько важных функций: защищает от повреждений клеточные мембранны, стимулирует синтез белков, благотворно влияет на процессы синтеза половых гормонов, принимает участие в уничтожении бактерий, усиливает действие витаминов С и D. Некоторые сорта обленихи содержат витамина Е до 300 мг %.

Облениховое масло оказывает положительное влияние на состояние красной крови и нормализует окислительно-восстановительные процессы,

проходящие в печени. Кроме того, облепиховое масло оказывает нормализующее действие на биологические мембранны и общий белковый обмен. Близость химического состава плодов облепихи к естественным продуктам обмена веществ организма объясняет многие их фармакологические свойства.

Плоды облепихи могут применяться при заболеваниях, сопровождающихся угнетением пищеварения, с пониженней кислотностью желудочно-го сока.

Стимулирующее влияние плодов облепихи на пищеварение объясняется действием комплекса химических стимуляторов пищеварительных желез, способствующего отделению слюны и пищеварительного сока. Возбуждается секреторная деятельность желудка, кишечника и поджелудочной железы, активизируется ферментная активность. В целом повышается жизненный тонус организма, улучшается обмен веществ.

Природный комплекс биологически активных веществ, содержащихся в растении, оказывает на организм многогранное влияние, и препараты на основе облепихи являются целебными при огромном количестве заболеваний — как самостоятельно, так и в комплексе с другими растениями.

## *Чистотел*

Многолетнее травянистое растение семейства маковых. В медицинских целях используются все части растения. В траве чистотела найдены алкалоиды, флавоноиды, сапонины, аскорбиновая и органические кислоты, каротин.

Наличие ядовитых алкалоидов несколько ограничивает возможности применения чистотела в домашних условиях без контроля со стороны квалифицированного врача, во всяком случае, требует предельной осторожности и точности дозировок.

Однако при надлежащем выполнении всех условий препаратами чистотела успешно лечат многие болезни, в том числе печени, мочевого пузыря, подагру, некоторые заболевания кожи (туберкулез), ревматизм.

При белях, кольпите, патологическом климаксе используют настой для приема внутрь: 20 г травы чистотела заварить стаканом кипятка, настоять, укутав, 3 ч, процедить. Принимать по  $\frac{1}{3}$  ст. л. 3 раза в день до еды. Для ванночек и спринцеваний: 30 г сырья залить 1 л кипятка, настаивать 4 ч, остудить до комфортной температуры, процедить перед использованием.

## *Шиповник*

Об этом растении уже было написано выше. В его плодах содержится до 9 % витамина С, 8 % сахаров, до 0,7 % каротина. В цветках — эфирное масло, в семенах — жирное. Кроме поливитаминных свойств, плоды шиповника обладают желчегонным и диуретическим эффектом, противовоспалительным действием.

Отвары и настои из них эффективны при холециститах, различных желудочно-кишечных заболеваниях. Отвар корней в народной медицине используют для лечения нервных болезней, подагры, ревматизма.

## *Народные рецепты для Скорпиона*

- 4 ч. л. семян льна залить 1 л воды и прокипятить 15 мин. Настаивать, укутав, 1 ч. Данное средство процеживать не следует. Принимать в теплом виде по  $\frac{1}{2}$  стакана через каждые 2 ч. Терапевтический эффект проявляется только через 2 недели приема, но улучшение практически всегда очень стойкое. Особенno рекомендуется при отеках ног — в том числе, при варикозной болезни вен;
- вымыть и порезать 800 г петрушки, залить свежим молоком и поставить на слабый

- огонь. Молоко вытапливать до тех пор, пока не останется половина от первоначального объема, затем процедить. Пить по 1—2 ст. л. отвара каждый час. Все приготовленное таким образом средство необходимо выпить за сутки. Сильное мочегонное средство;
- взять 10 г семян конопли на 200 мл кипятка и настаивать не менее 6 ч. Принимать при отеках по 1—2 ст. л. 3 раза в день до еды. Средство совершенно безвредно и принимать его можно вплоть до появления признаков отчетливого улучшения;
  - срезать с репы кожуру, залить ее кипятком (на стакан кожиры — три стакана воды). Плотно закрыть и настаивать в духовке 3 ч, но не доводя до кипения. Остудить, хорошо отжать, процедить. Пить по стакану в сутки с утра, до завтрака;
  - 2 ч. л. листьев брусники залить стаканом воды, прокипятить 30 мин и процедить. Выпить небольшими глотками в течение дня. Эффективно при мочекаменной болезни.

Для Скорпиона, как и для Стрельца, актуальны болезни дыхательной системы, хотя и по несколько разным причинам. В этой связи представляется уместным привести здесь, помимо сведений о це-

лебных травах, весьма эффективный, но при этом очень простой комплекс упражнений дыхательной гимнастики, регулярное выполнение которого способно не только предотвратить проблемы со здоровьем, но и вылечить отдельные недуги, пока они не перешли в хроническую форму.

- Встаньте лицом к открытому окну или отправьтесь заниматься дыхательной гимнастикой на свежий воздух. Свободно вдыхайте, поднимая руки вверх. Вдох продолжается до момента поднятия и соединения рук над головой. В таком положении задержите дыхание на 7–10 с. После чего свободно выдохните, одновременно опуская руки вниз. Упражнение выполняется 2–3 раза.
- Встаньте, широко расставив ноги, лицом к открытому настежь окну. Вдыхайте, поднимая руки до уровня плеч (ладони обращены вниз). Во время паузы в дыхании разведите руки в стороны и свободно наклоните корпус вправо и влево насколько это возможно. При этом ноги должны оставаться неподвижными. Сделайте два-три наклона, затем резко выдохните воздух через рот, а руки опустите вниз. Такие наклоны выполняют, для начала, по три-пять раз, постепенно доводя их число до десяти-двенадцати.

- Исходное положение — стоя, с широко расставленными ногами. Дышите как можно свободнее. Начните вдыхать с одновременным поднятием рук в стороны и вверх (ладони обращены вниз). Затем задержите дыхание и выполните несколько круговых движений руками — вращайте руки сначала вперед, а потом назад. Выполняется три круговых движения вперед и три назад — затем руки свободно опускаются вниз. Это упражнение прекрасно снимает напряжение, которое возникает при длительной сидячей работе.
- Встаньте лицом к стене и обопритесь об нее ладонями вытянутых вперед рук (на уровне плеч). Выполните полное дыхание йогов, делая паузы по 2—3 с и при этом сгибая руки в локтях, пока не коснетесь стены лбом. Затем резким движением верните тело в исходное положение. Выдох — через рот. Выполняется три-пять раз подряд.
- Не задерживая дыхания, начните с глубокого вдоха через любую из ноздрей. Затем выдохните ртом. Дышите часто, а после каждого полного выдоха делайте паузу на 1—2 с. Это упражнение рекомендуется выполнять в комплексе с восьмым и девятым.

- Стоя, слегка расслабив ноги, положите руки на пояс. Сделайте глубокий вдох и задержите дыхание на 1—2 с. Затем свободно наклоните корпус вперед, вдыхая воздух через нос. Выпрямившись, вдохните, снова задержите дыхание, а потом, наклоняя корпус вперед, постепенно выдохните.
- Примите наиболее удобную для вас позу. Глубоко вдыхайте, набирая воздух в легкие короткими прерывистыми глотками. Заполните таким способом легкие воздухом до предела. Далее задержите дыхание на 5—10 с. и выдохните через нос — не торопясь, свободно.
- Сядьте удобно и хорошо расправьте позвоночник. Постарайтесь полностью сконцентрироваться на себе, не замечая внешних раздражителей. Затем начните с короткого энергичного выдоха. Далее свободно вдохните, контролируя время заполнения легких воздухом по ударам пульса. Вдох должен занимать два удара пульса, а выдох — четыре.
- Удобно расположившись на стуле, вдохните через правую ноздрю, и выдохните одновременно через обе. Затем вдохните через пра-

вую ноздрю и выдохните также через обе. Повторяется по пять раз для каждой ноздри.

### *Аденома предстательной железы*

- трава вереска обыкновенного 15 г, грушанки круглолистной 12 г, лист вишни 10 г, цвет акации 10 г, плоды можжевельника 10 г, корневище пырея 8 г, веронику почечуйную 10 г, собранные вместе, залить кипящей водой (0,5 л на 1 ст. л. смеси), настоять 1 ч, процедить и выпить в течение дня за три приема (через 1 ч после еды). Курс лечения — месяц;
- трава дрока красильного, дубровника, хвоща полевого по 10 г, истода 5 г, листья купены лекарственной 10 г, семя конопли 12 г, кора лещины 15 г, корень стальника 20 г, зимолюбка зонтичной 10 г. Прием и срок лечения — аналогично предыдущему рецепту.

### *О грибах (основные растения для Плутона)*

Грибы важны, в первую очередь, как источник пищи: по питательности грибы занимают среднее положение между овощами и мясом. Ценны грибы и минеральными элементами. В этом плане они вполне сопоставимы с фруктами, а по отдель-

ным (фосфору) — даже с рыбой. Особенность химического состава плодовых тел грибов — наличие витаминов А, В<sub>1</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>, С, РР. По содержанию витамина В<sub>6</sub> грибы не уступают зерновым продуктам, а некоторые (лисичка, летний опенок) сравнимы с дрожжами. Витамина РР (никотиновая кислота) в грибах примерно столько же, сколько его в печени или дрожжах. Богаты грибы и различными экстрактивными веществами, придающими им своеобразный запах и вкус, повышающими аппетит. Особенно полезно употребление грибов людям с ослабленной выделительной системой, т. е. прежде всего Скорпионам. Наиболее рекомендуются людям, рожденным под этим знаком, грибные бульоны и первые блюда, а также салаты с грибами.

### *Гороскоп для Скорпиона*

Год для Скорпионов по всем признакам сложится удачно, принесет им успех как в личной сфере (счастье в любви и браке), так и в финансовых вопросах, а также в профессиональном росте; для Скорпионов творческих — в мире науки и искусства.

Можно ждать, что у людей, рожденных под этим знаком, проснется интерес к философии,

религии, обострится потребность в духовном росте и расширении круга общения и удача им здесь не изменит.

Укреплению связей будет способствовать активное проявление Скорпионами таких своих положительных особенностей характера, как щедрость и великодушие, умение посочувствовать и помочь. Кроме того, в этот удачный для знака год усилятся и личное обаяние Скорпионов.

Год предоставляет людям знака Скорпиона широкие возможности, особенно это касается работы и профессионального продвижения.

В финансовом отношении период с начала года и вплоть до конца марта совершенно стабилен. Лишь с начала апреля до первых летних дней возникают некоторые неурядицы, впрочем, довольно легко устранимые — кстати, то же самое можно сказать и о семейных отношениях Скорпионов.

Следует опасаться ничем не оправданных крупных трат, совершенных под влиянием минутного импульса. Это может привести к дополнительным трудностям в отношениях с родителями и членами семьи.

С начала июля и до самого конца года положение вновь стабилизируется. Скорпионам предстоит много работать, но большой труд принесет им

и соответственно большие результаты. В финансовом плане можно ждать увеличения доходов и решения проблем с жилищными условиями. Есть вероятность смены места жительства.

В декабре — наилучшее время для тех Скорпионов, которые стремятся открыть собственное дело.

Всем Скорпионам в этот год желательно в полную силу поработать над тем, чтобы упрочить свое положение как в личном, так и в общественном, расширить связи, использовать все имеющиеся ресурсы, и, возможно, выйти на новый уровень: в этот год им сопутствует удача. Хороший год для Скорпиона и для брака, создания семьи.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильно-го выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

## *Напиток здоровья для Скорпиона*

Приготовить сбор из 2 ст. л. цикория,  $\frac{1}{8}$  ч. л. корицы,  $\frac{1}{8}$  ч. л. измельченного лакричного корня. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 30 мин, процедить настой.

Пить в теплом виде.



## **Стрелец** **(23.11–22.12)**

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ сугубо личного познания, собственного видения мира человека, понимания смысла жизни. Полнота счастливых возможностей, высшие духовные сферы, скрытые в душе и ждущие открытия, также принадлежит к сфере этого звездного знака. С энергией Стрельца человека связывает расположение Юпитера в натальном гороскопе. С ней связана способность рас-

познавать взаимосвязь вещей и явлений, получать неоценимый жизненный опыт.

Месяц Стрельца — 23.11—22.12, и это то время, когда человек осознает, в каком направлении стремится его жизнь сегодня и каковы перспективы в будущем.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- **Гладиолус** (23.11—2.12). Люди, рожденные под этим знаком нередко способны достигать большого успеха в жизни, даже не имея ярко выраженных талантов и способностей к чему-либо. Это объясняется характерными для большинства представителей знака чертами: трудолюбие, терпимость, исполнительность спокойствие. В силу тех же качеств люди знака Гладиолуса, как правило, прекрасные работники и очень надежные партнеры — как в делах, так и в любви. Как наиболее частую отрицательную черту, присущую этому знаку, можно отметить эгоизм.
- **Одуванчик** (3.12—12.12). Людей знака Одуванчика в большинстве своем отличает повышенная чувствительность как к обстоятельствам внешнего мира, так и к окружающим

и близким людям. Насколько бурно отвечает Одуванчик взаимностью на любые проявления тепла, сочувствия, понимания и ласки по отношению к себе, настолько же резко выбивают его из колеи жизненные неурядицы, стрессы, но в особенности — любого рода перемены. Люди этого знака практически всегда общительны и пользуются вниманием со стороны окружающих. К характерным для Одуванчика положительным качествам следует отнести его трудолюбие, добросовестность во всем. К отрицательным — импульсивность поступков и некоторую врожденную склонность к пессимизму.

- **Лотос** (13.12—22.12). Людей этого знака, как правило, все окружающие считают необычными, неординарными и интересными, с налетом загадочности. Характер вообще весьма противоречивый, обладающий массой как положительных, так и отрицательных черт, однако первые неизменно перевешивают за счет душевной доброты. К наиболее характерным для Лотоса отрицательным чертам следует отнести его излишнюю заносчивость и неумение взять под контроль свое буйное воображение. Положительные свойства,

присущие большинству рожденных под этим знаком — острый ум, прямота, богатство внутреннего мира.

Итак, планета Стрельца — Юпитер.

Для Стрельцов всегда является в высшей степени актуальной проблема несоответствия идеалов реальной действительности. При достаточной общей адаптируемости к любой среде именно этот вопрос может стать для Стрельцов предметом вечной неудовлетворенности, депрессивных проявлений, чувства неуверенности в себе. Вечные поиски идеала, странные путешествия во сне и грезах очень характерны для знака Стрельца. Нервная организация одновременно и устойчивая, и уязвимая, как бы парадоксально ни звучало это на первый взгляд. Как известно, идеализму зачастую сопутствует определенная экзальтация, неоднозначность — а для Стрельцов это еще и мистицизм, и некая загадочность — ведь недаром же символику самого знака означает стрелка, которая целится в неведомое. В меру возбудимые, эти люди склонны к развитию комплексов не меньше, чем, скажем, Скорпионы, но куда выносливее в этом отношении. Подвижность, беспокойство, напряженная духовная, внутренняя жизнь также относятся к признакам этого знака.

В свете вышесказанного неудивительно, что Стрельцы склонны к самым различным реакциям невротического характера. Депрессия — их настоящий бич, борьба с ней трудна для Стрельцов.

Расположение планет в Стрельце, и, в первую очередь, разумеется, влияние Юпитера, по данным классической астрологии, первоочередное воздействие оказывают на бедра, седечно-сосудистую и нервную системы. Помимо того, у Стрельцов очень часты самые различные болезни системы дыхания, верхних дыхательных путей, что также обусловлено влиянием знака.

### *Целебные растения и травы*

К растениям, посвященным Юпитеру, традиционно относят те, которые имеют мощный стебель, большие листья. Характерны цветки пурпурного и малинового цвета, а плоды — маслянистые и кисловатые на вкус, например — миндаль, греческий орех, оливковое дерево, из трав — белена, чабрец, воловик.

В расширенный список растений знака Стрельца входят абрикос, анис, бальзамин, береза, буквица, гвоздичное дерево, дикая гвоздика, дуб, дурман, земляника, календула, каштан, клубника, лапчатка, липа, маргаритки, медуница аптечная,

мира, мускатный орех, мята, огуречная трава, одуванчик, печеночный мох, порей домашний, ревень, репейник, сахарный тростник, свекла, смородина, сосна, фига, шелковица, яблоко, ясень.

Некоторые уважаемые астрологи и фитоэнерготерапевты, помимо вышеперечисленных, относят к травам, благоприятствующим Стрельцу и целебным для него, также полынь, сельдерей, бузину, цикорий, облепиху.

Из пищевых растений Стрельцу наиболее полезны огурцы, чернослив, кукуруза.

Довольно многие из перечисленных растений уже были описаны ранее более или менее подробно. Поэтому остановимся здесь лишь на самых значимых, либо тех, что не упоминались прежде.

### *Кукуруза*

Масло, которое содержится в зародышах кукурузных семян, предотвращает и лечит атеросклероз (он, равно как и прочие сосудистые заболевания, относится к довольно частым у Стрельца недугам). Кроме того, растение обладает также выраженными желчегонными свойствами, а в целом сходно по своему воздействию на организм с

**яичным** желтком. Благодаря высокому содержанию в кукурузном масле токоферолов, его рекомендуют при гиповитаминозах Е, многих кожных заболеваниях.

Из кукурузного сырья (сырая масса) получают глютаминовую кислоту, которая является одним из действенных и практически незаменимых средств при самых различных заболеваниях центральной нервной системы (что также актуально для Стрельцов), прогрессивной мышечной дистрофии. Кукуруза рекомендуется в пищу (початки) ослабленным детям, при астеническом синдроме, синдроме хронической усталости у взрослых.

### *Анис*

Это однолетнее растение семейства сельдерейных. Имеет значительное и пищевое, и лекарственное значение. В медицине наибольшую ценность представляют собой семена аниса, содержащие до 60 % эфирного масла. Анисовое масло входит, как составная часть, в многие прописи средств народной медицины для лечения заболеваний дыхательной системы, особенно — болезней верхних дыхательных путей, воспалительного характера.

Настой из плодов аниса — широко используемое народными целителями средство: он улучшает

пищеварение, способствует усилению лактации у кормящих матерей, обладает выраженным потогонным и жаропонижающим действием.

Приготовление в домашних условиях: 1 ст. л. плодов растения (в сухом измельченном виде) заваривают стаканом кипятка и настаивают в течение 20 мин. Обычная дозировка составляет 1—2 ч. л. средства по 3—4 раза в день, принимать до еды.

Кроме того, плоды растения входят в состав многочисленных грудных сборов, комплексных средств при расстройствах пищеварения.

Анисовое масло — один из компонентов нашатырно-анисовых капель, грудного эликсира — и очень полезно Стрельцам.

### *Дурман обыкновенный*

Однолетнее травянистое растение семейства пасленовых. Дурман обладает характерным неприятным запахом и очень ядовит (все части растения содержат тропановые алкалоиды).

Из дурмана выделено его основное ядовитое действующее начало — датурин.

При отравлении его воздействие похоже на такое у белены, о которой уже шла речь ранее: возможна спутанность сознания, галлюцинации.

В медицине препараты на основе дурмана используются довольно широко, и, в первую очередь, для лечения бронхиальной астмы. Растет повсеместно — на пустырях, возле жилья и в огородах как сорняк.

## Цикорий

Многолетнее травянистое растение семейства астровых. В медицинском плане наиболее ценным сырьем являются корни дикорастущего цикория — в них содержатся такие вещества, как аскорбиновая кислота, сахара (фруктоза до 95 %) левулеза — до 20 %), смолы, пентозан и дубильные вещества. Цветки содержат гликозиды, аскорбиновую и цикориевую кислоты. Кроме того, в листьях растения обнаружен инулин, а в семенах — протокатехиновый альдегид. Растение богато млечным соком, в котором содержатся горечи.

Цикорий — пищевое растение: в пищу идут молодые листья и стебли, чаще всего в виде салатов в смеси с овощами и фруктами.

В народной медицине корни цикория рекомендуются как средство, повышающее аппетит и значительно улучшающее пищеварение. Внутрь (в виде отвара или настойки) средства на основе цикория используется при диспепсии, заболеваниях печени,

селезенки, почек, общем упадке сил, сахарном диабете. Наружно — при экземе, ветряной оспе, опухолях и застарелых ранах в виде обтираний спиртовой настойкой и обмывания отваром корня.

Цикорий — широко распространенный заменитель кофе. Его корни заготавливают с осени, подвяливают, а затем обжаривают на сковороде и размалывают в порошок. Как добавка к натуральному кофе, цикорий способен не только значительно обогатить вкус и аромат этого напитка, но и придает ему целебные свойства.

### *Клубника (лесная земляника)*

Свежие ягоды полезны при гипертонии, язвенных болезнях, геморрое, хорошее мочегонное средство. Лист заваривают и пьют как чай — очень полезный витаминный напиток.

Отвар из листьев — лечебное средство. 1 ст. л. сухого измельченного сырья на стакан кипятка, настаивать не менее получаса, процедить через марлю. Принимают в средней дозе  $\frac{1}{2}$  стакана, 3 раза в день до еды. Прекрасное общеукрепляющее, обладает и отхаркивающим действием, излечивает нервные расстройства (недуг Стрельца), эффективно как элемент комплексной терапии при лечении лейкозов.

Из того же средства наружно делают компрессы при красном лишае.

Отвар из цветков — замечательное средство при любого рода нарушениях обмена веществ.

Следует знать, что клубника и земляника не рекомендуются лицам с повышенной аллергической реактивностью, а также беременным женщинам.

### *Медуница*

Многолетнее растение семейства бурачниковых. Имеет пищевое значение (как правило, в приготовлении салатов, но зелень также используют в приготовлении мясных блюд). Зеленые части растения содержат значительное количество таких полезных веществ, как соли кремния, калия, кальция, а также марганец, железо, бор, титан, никель, медь; из витаминов — каротин и витамин С.

В народной медицине препараты на основе этого растения применяются при самых различных заболеваниях: это и болезни крови (Стрельцы им подвержены) — препараты медуницы оказывают стимулирующий эффект на процессы кроветворения; в народе широко используются отхаркивающее, противовоспалительное,мягчительное действие медуницы — ее рекомендуют

при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, легких, при диспепсии, болезнях печени, почек, мочевого пузыря, при геморрое,

Порошком из сухой травы в народе присыпают плохо заживающие раны и язвы. Для улучшения состава крови народная медицина рекомендует настой растения: 2 ст. л. сырья заварить 350 мл кипятка, настаивать (желательно в термосе) не менее 2 ч, хорошо процедить. Данное средство также целительно при внутренних и геморроидальных кровотечениях; принимают его в средней дозе  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день, за полчаса до еды.

## Одуванчик

Этот неприхотливый и растущий практически повсеместно цветок известен в народной медицине как эффективное средство лечения многих заболеваний. Имеет также пищевое значение — листья одуванчика добавляют в салаты и щи, из стебля делают вино.

В старину млечный сок растения и кашица из листьев, разведенные на кислом молоке, считались верным средством при укусе ядовитой змеи (прикладывается к месту укуса). Также хорошо снимает боль, если ужалит пчела.

Свежеотжатый сок одуванчика используют для промывания глаз при многих видах патологии зрения, при конъюнктивитах и кератитах. Препараты одуванчика имеют значение в комплексной терапии отеков.

Если пить сок одуванчика каждый день на протяжении примерно двух-трех недель, добавляя его в чай по 1 ч. л., это существенно повышает общий тонус, увеличивает активность.

Из цветов, заготовленных весной, делают эликсир. Крупные соцветия укладывают в трехлитровый баллон и засыпают 1,5 кг сахара. Это эффективное нормализующее обмен и нервную деятельность средство.

Отвар корней растения (заготавливают с начала сентября по октябрь) рекомендуется в народной медицине как лечебное средство при анемии (малокровии), астении, холецистите, желтухе, мочекаменной болезни, запорах; возбуждает аппетит.

### *Буквица лекарственная*

Многолетнее растение; листья содержат до 6 %-ной аскорбиновой кислоты, каротин, флавоноиды, сапонины, микроэлементы кроветворного комплекса, в корневищах с корнями — высокое содержание эфирного масла, в состав входят гли-

козиды, а также сапонины (обладающие отхаркивающим действием). Имеет пищевое значение — из молодых листьев (заготавливают в начале цветения) готовят вкусные салаты.

В народе растение издавна считали символом здоровья и долголетия, на его основе существует множество целебных рецептов и прописей. Препараты буквицы неизменно полезны при истощении, малокровии.

Порошок из листьев — витаминное средство. Из листьев и цветков готовят чай с успокаивающим действием, а также мази для лечения экземы.

### *Лапчатка прямостоячая*

Многолетнее травянистое растение. Корневище лапчатки содержит дубильных веществ больше, чем кора дуба, а также — крахмал, флавоноиды, эфирное масло, хинную и яблочную кислоты, воск, смолистые вещества, камедь, сахара.

Спектр терапевтического действия растения широк — его в народной медицине рекомендуют при ожогах, обморожениях, язве желудка, для остановки желудочного кровотечения, при дизентерии.

Отвар лапчатки с успехом применяют для полоскания горла при ангинах и полости рта — при воспалительных заболеваниях слизистой полости рта и десен.

В клинической медицине лапчатка также нашла себе применение — ее препараты используются в качестве вяжущего, наружного кровоостанавливающего и бактерицидного средства, внутрь — при расстройствах пищеварения.

### *Бурачник (огуречная трава)*

Однолетнее растение в культуре, двулетнее — в дикорастущем виде. Иногда разводится как комнатное.

Огуречная трава очень полезна, ее побеги и листья содержат аскорбиновую кислоту, сапонины, эфирное масло.

В народной медицине это растение применяется при лечении суставного ревматизма и воспалительных заболеваний. Кроме того, народные целители прописывают средства на основе бурачника при расстройствах нервной деятельности, как успокоительное средство (что актуально для Стрельцов) при неврастении.

Существует испытанное народное средство на основе этого растения, которое эффективно при депрессивных состояниях — это отвар огуречной травы: 1 ст. л. сухого измельченного сырья залить стаканом кипятка, настаивать в течение 2 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

В заключение приводим рецептуру сбора, который является целебным для Стрельцов при самых различных недомоганиях, неврозах, утомлении, истощении и депрессии.

Приготовить сухое измельченное сырье: фиалка — три части, череда — три части, земляника лесная (листья) — две части, хвоща полевого травы — две части, травы тысячелистника — три части, смородины черной (лист) — одна часть, травы крапивы двудомной — одна часть. Тщательно перемешать все ингредиенты, залить 0,5 л круто-го кипятка и настаивать не менее часа, предпочтительно в термосе. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день до еды. Достаточно стойкий терапевтический эффект развивается, как правило, после трех месяцев приема данного средства. При лечении возможен побочный эффект — возникновение склонности к запорам, но его легко устранить добавлением в сбор двух частей коры крушины (как правило, начиная со второй недели приема).

### *Гороскоп для Стрельца*

Год обещает быть напряженным для знака. Весьма вероятно возникновение проблем самого различного рода: это относится и к личной сфе-

ре, и к профессиональным взаимоотношениям, и к здоровью. Кроме того, высока вероятность нерядиц финансового характера.

Полное солнечное затмение 29 марта в знаке Овна окажет в высшей степени негативное воздействие на Стрельцов; достаточно тяжелый период ожидает их, начиная с этого момента и вплоть до первых чисел сентября. Возможны неудачи в личной жизни, на службе, финансовые трудности. Стрельцам вообще свойственны такие черты, как излишняя мечтательность, неумение дисциплинировать себя, в определенной степени — идеализм. И все эти качества могут сослужить людям этого знака не лучшую службу. Много осложнит также извечная оторванность Стрельцов от реального мира. Не исключена возможность новых любовных связей, которые могут оказаться весьма позитивное влияние, смягчая жизненные бури.

Финансовое положение начнет стабилизоваться, придя с высокой степенью вероятности в норму к концу мая. В первых же числах мая Стрельцам следует ждать приятного сюрприза.

Начиная с лета понемногу начнут разрешаться и прочие проблемы, однако поворотным пунктом для Стрельцов станет полное солнечное затмение в знаке Девы (22 сентября).

С этого момента в жизни людей, рожденных под этим знаком, начнется период стабильности и процветания, потому что именно затмением в Деве заканчивается для них цикл из семи очень трудных лет.

Первые радости принесут Стрельцам уже середина октября — конец ноября. А с середины декабря уже появятся возможности не только поправить пошатнувшееся здоровье, но и существенно улучшить финансовое положение, сделав его как никогда прочным и стабильным. Наконец, во второй половине декабря можно ожидать больших удач в личной сфере. Стрельцам нельзя забывать о том, что именно они являются носителями тайного знания, это поможет им преодолеть трудное первое полугодие и вступить в счастливую полосу удач.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильного выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вниманию читателя

## *Напиток здоровья для Стрельца*

Сбор из 2 ст. л. измельченного корня ясения, 1 ст. л. пажитника и 1 ст. л. фиалки трехцветной. Измельчить сбор, поместить в керамическую посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 1 ч, процедить настой.

Пить мелкими глотками 3 раза в день до еды.



## **Козерог** **(23.12 – 19.01)**

Согласно астрологическим понятиям, этот знак — символ сугубо личной жизненной реальности и индивидуальной кармы. Призвание и жизненные задачи также принадлежат к сфере того звездного знака, равно как и испытания, через которые каждому суждено пройти. С энергией Козерога нас связывает расположение Сатурна в натальном гороскопе. С нею также связана способность к реалистичному мышлению, уме-

нию концентрироваться на существенном, быть дисциплинированным и выдержаным.

Месяц Козерога — 23.12—19.01. Этот период считается благоприятным для того, чтобы узнать, что в действительности в нас заложено, что сможем реализовать, как следует ограничить себя и проявить сдержанность. Нам предоставляется возможность заглянуть в свою судьбу и направить ее в позитивное русло.

*Согласно древнему цветочному гороскопу Друидов людям этого знака, в зависимости от дня рождения, соответствуют следующие растения:*

- Эдельвейс (23.12—31.12). Люди, рожденные под этим знаком, поразительно напоминают по складу характера сам этот горный цветок, который отличается огромной внешней красотой и привлекательностью, очень вынослив и стоек, но не терпит небрежного к себе отношения. Люди эдельвейса часто недостаточно сдержаны, однако в любви и дружбе надежны, преданы, очень ценят чистоту и устойчивость отношений. Отличительной чертой знака можно назвать постоянное стремление к здоровому образу жизни, к труду, семейному быту.

**Горечавка желтая** (1.01—10.01). Этот цветок растет, как правило, в теплое время года на горных лугах. Люди, рожденные под его знаком, отличаются, в большинстве своем, такими характерными чертами, как скрытность, упорство. При этом окружающим они нередко кажутся несколько таинственными, даже загадочными. Только близко узнав такого человека, можно понять, что скрытность его, зачастую, вызвана скромностью, часто даже застенчивостью. Отличительными же чертами следует считать скромность, настойчивость и сильную волю. В медицинском плане люди знака страдают от очень сильной подверженности любого рода простудным заболеваниям.

**Чертополох** (11.01—19.01). Отличительной чертой людей, рожденных под знаком чертополоха, очень часто является непостоянство, однако безо всякого злого умысла. Эти люди способны привлечь к себе внимание буйной фантазией и необычными планами, но при этом сами легко и без сожалений от них очень скоро отказываются. При этом нельзя сказать, чтобы они боялись трудностей и тем более — не умели их преодолеть. В целом, несмотря на непостоянство взгля-

дов, это добрые и отзывчивые люди, хорошие друзья. Отличительной чертой людей Чертополоха можно назвать их превосходные качества как жены, мужа, вообще умение заботиться о семье; кроме того, очень трудолюбивы, всегда ценные работники. Высока склонность знака к развитию гипертонической болезни.

Итак, планета Козерога — Сатурн. Этой планете в классической астрологии приписывают основные сферы влияния: колени, ягодицы, связки, кожа. Рожденные под влиянием Сатурна нередко отличаются болезненность и слабостью в детские годы, но с возрастом неизменно обретают силу. Среди Козерогов немало долгожителей в силу их тяги к спокойной, размеренной жизни. Однако им не свойственна жизнерадостность, очень часто люди, рожденные под этим знаком, сильно подвержены меланхолии. Они упорны и сильны, но в целом нередко страдают от периодических снижений жизненного тонуса.

Перейдем теперь к описанию растений и трав Козерога — целительных и просто полезных для этого знака.

## *Целебные растения и травы*

К растениям, посвященным Сатурну, традиционно относят все без исключения хвойные породы. Из трав — полынь, василек, а также растения, содержащие яды. Кроме того, Сатурну принадлежат растения без плодов либо имеющие плоды, корни или листья черного цвета.

Наиболее характерной для Сатурна травой считается морозник (из семейства лютиковых). Козерогам небезинтересно знать, что растение это, которое они могут считать для себя талисманом, довольно легко культивировать в саду или на приусадебном участке.

Теперь приведем уже максимально расширенный, если не полный список растений, полезных для знака Козерога. Это айва, аконит, анютины глазки, белена, ель, жимолость, кипарис, конопля, лен, лишайник, мандрагора, мох, мушмула, паслен, пастернак, пастушья сумка, плющ, рожь, рута, спорыш, сельдерей, тамариск, терн, тисовое дерево, тростник, черноголовка, шпинат, ячмень.

По некоторым источникам, в частности, ста-ринным гороскопам, сюда же следует отнести: из целебных — бузина черная, василек, черника, сельдерей, настурция, щавель; из не только лечебных, но и съедобных — свекла, овес, облепиха, лук, орехи, черная смородина.

Начнем с лука, так как его имеется несколько видов и каждый имеет свои отличительные особенности.

### *Лук и его разновидности*

В луковицах и листьях этого растения высоко сконцентрированы такие вещества, как витамины, минеральные соли, фитонциды, флавоноиды. В листьях лука репчатого, например, аскорбиновой кислоты содержится до 45 мг %, а в луковицах — до 12,9; лук замечательно предотвращает цингу (что памятно из исторических примеров) по той простой причине, что всего лишь 70 г его зелени полностью удовлетворяют суточную потребность человеческого организма в витамине С. И помимо того, луковицы содержат до 14 % сахара (в зависимости от сорта), 12—16 % эфирного масла и т. д.

В листьях растения, но особенно — в луковицах — большое количество фитонцидов, подавляющих рост патогенных микроорганизмов. Этим и объясняется такой обширный список заболеваний инфекционного генеза, которые в народной медицине лечат луком:

- острые респираторные заболевания,
- ангину,

- хронический тонзиллит,
- гнойничковые поражения кожи (пиодермия),
- хронические и гнойные язвы.

Лук — довольно эффективное средство профилактики атеросклероза и гипертонической болезни. Регулярное употребление в пищу лука

- повышает секрецию пищеварительных желез,
- усиливает перистальтику кишечника,
- укрепляет волосы и ногти,
- повышает общий иммунитет,
- стимулирует выработку спермы, повышая половую потенцию у мужчин.

Водными отварами из сухой луковой шелухи пользуются для примочек при лечении плохо заживающих ран, это ценное средство устраниния перхоти. В последнем случае: 30—50 г луковой шелухи прокипятить в 200 мл воды не менее 15—20 мин, процедить, смочить сухие чистые волосы и просушить их, не вытирая.

Интересно, что, как действенное антимикробное средство, лук начали применять в народной медицине еще задолго до открытия микроорганизмов наукой — в частности, это было одно из средств борьбы с распространением эпидемий; и средство — по тем временам — вполне действен-

ное. И как средство от падежа скота на шею домашним животным подвешивали луковичные (и, конечно, чесночные) головки. Еще во время первой мировой войны связки лука развешивали в целях предупреждения газовой гангрены у раненых. Но вернемся к нашим дням — лечебные свойства лука отнюдь не утратили своего значения и сегодня.

Свежим соком из лука с медом в народе рекомендуют смазывать веки при снижении зрения. А практически та же смесь, но употребленная внутрь, является прекрасным мочегонным и потогонным средством.

Луковый сок или кашица при изготовлении лекарственных форм обязательно должны быть свежеприготовленными: бактерицидные вещества, которые содержит растение, отличаются летучестью и сырье теряет свои бактерицидные свойства уже через 10—15 мин пребывания на воздухе.

Многие народные целители рекомендуют вечером съедать небольшую головку лука как действенное средство профилактики гипертрофии предстательной железы и аденомы. Печенный лук со свежим маслом в народе используют при снятии отеков, а наружно печенный лук эффективен для лечения заболеваний кожи гнойного проис-

**хождения.** При фурункулезе есть старинное средство — припарки из лука, сваренного в молоке.

Существует множество разновидностей этого замечательного растения-целителя, и каждая из них имеет свои особенности:

- медвежий лук отличают высокие бактерицидные свойства, это ценнейшее сырье для изготовления лечебных мазей;
- дикий лук очищает желудок и кровь, настоем из него натирают суставы при подагре и ревматических болях в суставах; содержащаяся в нем фитонциды ничем не уступают по силе тем, что содержатся в чесноке;
- черемша — ее листьями очищают раны; содержащееся в растении вещество уразмин эффективен для лечения пролежней и гнойных язв;
- лук-порей — лечебные свойства трудно даже перечислить: верное средство от цинги, при ревматизме и подагре, эффективен при склерозе, мочекаменной болезни, ожирении, снимает нервную и физическую усталость, полезен при нарушении обмена веществ, связанного с возрастными изменениями;
- лук репчатый — первое средство от кашля (измельченный лук посыпать сахаром, приготовленный сок принимать по 1 ст. л. 4—5

раз в день до улучшения; при ангине (подогреть луковую кашицу и вдыхать ее пары в течение 15 мин); сок лука с медом (1:2) — средство профилактики атеросклероза (принимать по 1 ч. л. до еды 3—4 раза в день), эффективно также при бронхите (способствует отхождению мокроты), а применяемое наружно — лечит геморрой. При ожогах — снимает боль и воспаление. Грибковые поражения кожи стоп с развитием трещин лечат испытанным средством: привязывают к пораженному участку на ночь очищенную от кожицы дольку лука — при этом не только гибнут патогенные организмы, но и смягчается кожа. Для исцеления от грибковых заболеваний оказывается достаточно всего лишь недельного курса подобных процедур.

Однако следует знать и о том, что применение средств из лука имеет свои противопоказания. Любой лук в сыром виде противопоказан при болезнях печени, почек, острых заболеваниях желудочно-кишечного тракта. При хронических сердечно-сосудистых заболеваниях рекомендуется разумно ограничить употребление лука в пищу.

## *Белена черная*

Двулетнее растение семейства пасленовых, все части растения очень ядовиты. Яд сохраняет свои токсические свойства и после термической обработки (варка или испечение на огне).

Листья растения широко известны повсеместно как сырье для приготовления многих эффективных лекарственных средств. Листья белены черной содержат до 1 % специфических алкалоидов (тропанового ряда). В малых дозах алкалоиды этого ряда оказывают успокаивающее действие, в больших — сильно возбуждают, способны вызывать галлюцинации.

Препараты из белены используют при заболеваниях, связанных со спазмами гладкой мускулатуры желудка, кишечника. Листья белены входят в состав препаратов астматол и астматин — незаменимых средств лечения бронхиальной астмы.

## *Василек синий*

Двулетнее растение семейства сложноцветных. Период цветения — с конца мая по август.

Целебными свойствами обладают именно его яркие синие цветки, в которых содержатся в довольно высокой концентрации такие ценные, с

терапевтической точки зрения, вещества, как антиоцианы и кумарины.

В народной медицине настой василька с давних времен считается верным средством от простуды. Отвар же цветков его используют при воспалении слизистой глаз и как мочегонное средство. Кроме того, средства на основе василька синего находят себе применение в лечении заболеваний почек и мочевыводящих путей (преимущественно воспалительного характера) — они повышают мочеотделение, не нарушая при этом солевой баланс крови.

### *Терн*

Иначе — колючая слива. Листья растения применяют при кожных заболеваниях, хронических запорах, нефритах, цистите. Отвары листьев и цветков понижают проницаемость сосудов, оказывают противовоспалительное действие.

Настои и отвары цветков — от гнойниковых заболеваний кожи, нарушений обмена веществ, при аденоме предстательной железы, как отхаркивающее, слабительное, потогонное средство, от невралгий, тошноты, одышки. Отвары листьев терна или сливы черной в уксусе употребляют для слизывания длительно не заживающих гнойных ран.

## *Свекла*

Лист свеклы прикладывают к гнойничкам на лице, чтобы избавиться от них. Этот корнеплод играет также существенную роль в обмене веществ головного мозга, повышает прочность капилляров, расслабляет спазмы сосудов.

## *Шпинат*

Однолетнее растение из семейства маревых. В листьях шпината много солей железа в той форме, которая не менее, чем на 60 % усваиваются организмом человека, что делает растение чрезвычайно полезным при любого рода анемиях. Высоко и содержание каротина (до 8 мг %), которое близко к таковому у моркови, что по праву считается наиболее богатым источником этого провитамина. Что же касается витаминов (особенно группы В — В<sub>1</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>), РР, а также белка и солей фосфорной кислоты, то их в шпинате больше, чем в целом ряде других овощей. По содержанию белка (только не животного, а растительного) шпинат приближается к молоку и лишь немногого уступает мясу.

Редкое сочетание и разнообразие биологически активных веществ делают шпинат одним из ценнейших диетических продуктов, который осо-

бенно полезен ослабленным людям и беременным женщинам. Кроме того, постоянное употребление шпината в пищу на протяжении достаточно длительного времени рекомендуется для укрепления нервной системы как профилактическое средство от пародонтоза и рахита (в детском возрасте).

В народной медицине на основе шпината имеется множество средств и лекарственных форм (свежие листья, отвары и т. д.), которые используются для лечения:

- анемии,
- заболеваний крови,
- туберкулеза,
- гастрита (при пониженной кислотности желудочного сока),
- болезнях слюнных желез,
- колите, энтероколите (воспалительные заболевания кишечника).

### *Хвойные (ель, сосна и другие)*

Перечисление целебных свойств хвои заняло бы здесь неоправданно много места — настолько широк спектр ее терапевтического воздействия и применения в народной медицине. Отметим лишь ее противоопухолевое действие, которое сегодня находит все большее применение и признано научной медициной.

Приводим также один из рецептов, эффективных для лечения ревматизма и подагры: 10 г сосновых почек залить стаканом кипятка и настаивать, укутав, в течение как минимум 2 ч; процедить; принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день. При подагре с успехом применяются отвары из еловой и сосновой хвои в виде ванн.

Старинный рецепт для излечения длительно не заживающих ран, трофических язв: 20 г сосновой смолы, 1 г ладана, 100 г растительного и 1 ст. л. несоленого свежего сливочного масла, 8 г желтого и 5 г белого воска. Если смола и ладан в кусочках, их следует предварительно растереть в мелкий порошок. Далее все ингредиенты перемешать и кипятить на малом огне в течение 10 мин при постоянном помешивании (пену, появляющуюся на поверхности, удаляют). Затем полученную массу поместить в стеклянную емкость подходящего объема и дать застыть. Полученная в конечном результате мазь — замечательное ранозаживляющее средство.

### *Пастернак*

Двулетнее растение семейства зонтичных. В корнях пастернака содержится до 10—14 % сахара, до 2 % растительного белка, 25—35 мг аскор-

биновой кислоты, 1,5—3,5 мг каротина (на 100 г сырой массы), витамины РР и группы В, эфирные масла, а также микроэлементы: калий, кальций, магний, железо. По содержанию легкоусвояемых углеводов пастернак занимает одно из первых мест среди корнеплодных растений.

Средства народной медицины на основе корня пастернака способствуют укреплению капилляров, стенок сосудов, а также и кожного покрова. Находит себе применение как тонизирующее, болеутоляющее, отхаркивающее средство. Для повышения аппетита, при упадке сил, в период выздоровления после тяжелой болезни, травмы, операции в народе рекомендуется пить настой по следующей рецептуре: 5 ст. л. сухого измельченного корня пастернака залить 0,5 л кипятка и настаивать (в термосе) в течение ночи. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3—4 раза в день до еды, с добавлением меда (лучше всего гречишного).

Старинное средство от импотенции — пастернак, отваренный в густом бульоне.

Следует знать, что для многих людей крайне нежелателен контакт кожи с листьями и плодами пастернака: может развиться воспаление, вплоть до слабого ожога.

## *Пастушья сумка*

Однолетнее травянистое растение. В его траве и листьях — настоящая кладезь полезных для организма человека и целебных веществ: аскорбиновая и органические кислоты, аланины, флавоноиды, дубильные вещества, витамины А, В<sub>2</sub>, С, К (в сравнительно большом, по отношению к другим, количестве); из микроэлементов — соли калия, железо, хром, марганец, медь, титан, алюминий, фосфор, кальций. И это еще не все — многие целебные свойства растения обусловлены высоким содержанием в нем холина, биотина, яблочной и фумаровой кислот, эфирного масла. В семенах содержится некоторое (до 28 %) количество жирного аллилового (горчичного) масла.

Поэтому неудивительно, что пастушья сумка используется как лекарственное растение с глубокой древности и была хорошо известна еще великим врачевателям античности; а в средние века ее активно применяли как эффективное кровоостанавливающее средство.

В народной медицине сегодня настой растения и свежий сок применяются в лечении маточных кровотечений, кавернозного туберкулеза легких,

желчнокаменной и мочекаменной болезни, от поноса, при нарушениях обмена веществ, ревматизме.

## *Сельдерей*

Двулетнее растение семейства зонтичных. В лечебных целях используют все части сельдерея. В листьях растения содержится до 180 мг % аскорбиновой кислоты, 10 мг % каротина (на 100 г сырого вещества), калий, кальций, фосфор, железо.

Сельдерей — пищевое растение. Из его корне-плодов и листьев в свежем, отваренном и тушеном виде готовят салаты, супы, гарниры и вторые блюда. Семена сельдерея — чудесная приправа к супам.

Низкое содержание фенилаланина во всех частях сельдерея, а также наличие большого количества витаминов и минеральных солей позволяет вводить это растение в рацион питания детей, страдающих фенилкетонурией, особенно ранней весной, когда необходимо проводить профилактику гиповитаминозов.

Свежий сок растения оказывает болеутоляющее действие. Корни и зелень сельдерея используются как лекарственное средство при лечении:

- гипертонии,
- васкулита (сосудистого воспаления),

- малярии,
- анацидного (с понижением кислотности желудочного сока) гастрита,
- крапивницы,
- заболеваний печени,
- неврозов,
- язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки,
- при любого рода нарушениях обмена веществ.

Зелень и корни снимают утомляемость, стимулируют нервную систему. Применяются в народной медицине при лечении артритов (воспаление суставов), ревматизма, подагры. Наружно настой — в качестве примочек и обмываний — при гнойных ранах и язвах, а также аллергических высыпаниях (крапивница).

Козерогам сельдерей рекомендуется для постоянного употребления в пищу на протяжении длительного времени как средство профилактики любого рода неврозов.

### *Спорыш (горец птичий)*

Однолетнее растение семейства горчичных, широко произрастает практически повсеместно.

В сырье содержится до 17 % растительного белка, до 40 % экстрактивных веществ, а также смолы, воск, сахар, дубильные вещества. В 100 г зеленой массы — до 120 мг % аскорбиновой кислоты, флавоноиды, гликозиды; из витаминов — каротин; микроэлементы: соли фосфора, кальция, цинка, кремния.

Препараты на основе горца птичьего оказывают выраженное успокаивающее действие на центральную нервную систему. Настои и отвары растения в народной медицине находят применение в терапии маточных кровотечений (на почве атоции матки), а также кишечных и геморроидальных. Эффективны при функциональной недостаточности печени и заболеваниях, связанных с задержкой в организме токсичных продуктов обмена, поскольку все препараты спорыша обладают выраженными свойствами дезинтоксикации.

Некоторые народные целители рекомендуют отвар травы в качестве средства, препятствующего образованию камней в почках, а отвар корневищ — для полосканий рта при стоматите, гингивите и других заболеваниях воспалительного характера.

Планета Козерога — Сатурн оказывает преимущественное влияние на кожу. Оттого и люди знака столь часто бывают подвержены именно кожным заболеваниям — при каждом, даже незначительном, снижении иммунитета либо общего жизненного тонуса. Поэтому имеет смысл привести здесь те сочетания целебных растений, которые применяются при кожной патологии.

### *Сборы лекарственных трав для лечения кожных болезней*

- Дуб обыкновенный (кора), аир болотный (корневище) — по 50 г; в виде настоя для приготовления компрессов и ванн (используется при самых различных видах кожной патологии);
- зверобой продырявленный, шалфей лекарственный (трава) — по 20 г, календула лекарственная, ромашка аптечная (цветки), душица обыкновенная (трава) — по 10 г; подорожник большой, крапива двудомная (листья) — по 15 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день до еды для лечения витилиго;
- календула (цветки) и шалфей (трава) лекарственные, девясил высокий (корень) — по

15 г, ромашка аптечная (цветки), зверобой прорыженный, хвощ полевой (трава) — по 10 г. Принимать данное средство по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$  стакана настоя или отвара 3 раза в день до еды при гнойничковых заболеваниях кожи (пиодермия, фурункулез и др.);

крапива двудомная (листья), душица обыкновенная, фиалка трехцветная, тимьян ползучий, хвощ полевой (трава), солодка голая (корень) — по 10 г, череда трехраздельная (трава), валериана лекарственная (корень) — по 15 г. Принимать по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$  стакана настоя 3 раза в день до еды — при нейродермите и экземе;

крушина ольховидная (кора), солодка голая (корень) — по 20 г, береза повислая (листья), фиалка трехцветная (трава), бузина черная (цветки), фенхель обыкновенный (плоды) — по 15 г. Средство эффективно при кожных высыпаниях самой различной, в том числе и аллергической природы. Принимать отвар по  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день после еды.

крушина ольховидная (трава) — 25 г, крапива двудомная (листья) — 25 г, береза повислая (листья) — 25 г, льняное семя — 25 г.

Схема приема отвара: по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день после еды;

- ромашка аптечная (цветки), донник лекарственный (трава) — по 50 г; в виде кашицеобразной массы, завернутой в ткань; в горячем виде прикладывать к больному месту для припарок как мягкительное средство при болезнях кожи;
- солодка голая, лопух большой, одуванчик обыкновенный (корни), фенхель (плоды), крушина ольховидная (кора) — по 20 г. Применяется для улучшения функционального состояния органов пищеварения и почек, которые нередко страдают при кожных заболеваниях. Принимать в виде горячего настоя по  $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$  стакана за полчаса до еды, 3 раза в день.
- фиалка трехцветная (трава) — 30 г, череда трехраздельная (трава) — 30 г, земляника лесная (листья) — 30 г, тысячелистник (трава) — 15 г, чистотел (трава) — 20 г. Приготовление: 1 ст. л. сбора на стакан кипятка, настоять 15 мин. Схема приема: по четверти стакана, 3 раза в день, перед едой;
- хвощ полевой (трава), ромашка аптечная (цветки) — по 30 г, зверобой продырявлен-

- ный (трава) — 40 г. При лечении труднозаживающих ран, а также и трофических язв принимать внутрь в виде отвара по  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{4}$  стакана 3 раза в день (рекомендуется сочетать с использованием компрессов из того же состава);
- цикорий, одуванчик обыкновенный (корни), вахта трехлистная (листья), фенхель (плоды), крушина ольховидная (кора) — по 20 г. Пить по 2—3 стакана отвара в день как вспомогательное средство при лечении воспалительных заболеваний кожи любого происхождения;
- череда трехраздельная (трава) — 15 г, бузина черная (цветки) — 10 г, зверобой продырявленный (трава) — 15 г, чистотел большой (трава) — 5 г, девясил высокий (корни) — 10 г, аир обыкновенный (корни) — 15 г, кукурузные рыльца — 10 г, брусника обыкновенная (листья) — 10 г, хвощ полевой (трава) — 10 г. Схема приема настоя: по 0,5 стакана настоя утром и вечером, после еды;
- шалфей лекарственный, подорожник большой, крапива двудомная (листья) — по 10 г, тысячелистник обыкновенный, зверобой продырявленный, хвощ полевой (трава) —

по 15 г, кукурузные столбики с рыльцами, можжевельник обыкновенный (плоды) — по 10 г, полынь горькая (трава) — 5 г. Данный сбор рекомендуется принимать при экземе — по  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{3}$  стакана настоя 3 раза в день до еды.

Очень большую пользу при кожных заболеваниях приносит лопух. При застарелой экземе в народной медицине рекомендуется применять отвар из корня растения. Залить 15 г сухого измельченного корня стаканом воды, кипятить в течение 10 мин, остудить, процедить, отжать, долить кипяченой водой до первоначального объема. Принимать по 1 ст. л. 4 раза в день, перед едой. Для наружного лечения: взять 5 ст. л. сухого измельченного корня на ведро воды, прокипятить 20 мин, остудить до комнатной температуры; в теплый отвар опустить сложенную вчетверо простыню, несильно отжать и плотно укутать ей больного на 1,5—2 ч; процедуры — раз в сутки, предпочтительно на ночь, перед сном. Курс — три недели: шесть дней подряд, два дня перерыва.

## *Гороскоп для Козерога*

В целом год для Козерогов не слишком благоприятный; начинается январь — начало марта — с постоянной опасности серьезных конфликтов как в семье, так и в служебной сфере. При этом возможность уладить все разногласия представляется не раньше, чем в конце февраля — начале марта, поэтому Козерогам необходимо будет проявить немалую стойкость.

Однако в плане финансов весь нелегкий период дела будут обстоять если не хорошо, то, во всяком случае, очень стабильно.

В период же с марта по ноябрь Козерогам предстоят довольно крупные и непредвиденные траты и финансовые проблемы выйдут на первый план: можно ожидать таких неприятностей, как задержка отдельных выплат, некоторое снижение доходов. Не исключена и вероятность залезть в долги.

Полное солнечное затмение 29 марта в знаке Овна будет неблагоприятным фактором для Козерогов: оно может вылиться не только в конфликты с друзьями, близкими, но и чревато разногласиями с деловыми партнерами, вплоть до разрыва сложившихся связей. Наиболее актуальна такая опасность — в период с конца марта до середины мая.

В этот же период и вплоть до середины июля Козерогам не стоит отправляться в дальние поездки и путешествия, там для них резко возрастает вероятность травм и несчастных случаев. Особенно это относится к стихии Воды — поэтому морские круизы, да и вообще передвижение по воде особенно нежелательны.

Вероятность этих возможных неприятностей (а наиболее чреват риском — август), могут негативно отразиться на душевном равновесии Козерогов — и следует знать, что людям этого знака весь год настоятельно рекомендуется полностью отказаться от всего, связанного с мистикой: спиритических сеансов, оккультизма, гаданий и прочее.

Зато полное солнечное затмение 22 сентября в знаке Девы должно оказать на Козерогов существенное благотворное влияние. При этом наиболее благоприятным станет период с середины сентября до середины октября: можно ждать приятных сюрпризов, долгожданных свершений. Стабилизируются финансовые неурядицы, возможен рост доходов.

Хороший период продлится для Козерогов вплоть до середины ноября, когда появятся новые возможности и перспективы.

Однако во второй половине декабря вновь становится велика вероятность травм, ожидается еще один всплеск проблем и конфликтов. Людям, рожденным под знаком Козерога, предстоит проявить немалую стойкость — и при этом условии итоги не станут плачевными.

Если нашими судьбами управляет движение небесных тел, из этого следует, что здоровьем каждого человека также управляют растения, связанные с тем знаком Зодиака, под которым он рожден. От правильно-го выбора зависит очень многое — так говорят астрологи. Итак, предлагаем вни-манию читателя

### *Напиток здоровья для Козерога*

Сбор из 2 ст. л. сухих ягод земляники, 1 ч. л. гибискуса (или мяты), 2 ст. л. шиповника, 2 ст. л. боярышника,  $\frac{1}{2}$  ст. л. иссопа. Измельчить сбор, поместить в керамичес-кую или стеклянную посуду, заварить 1 л кипятка, дать настояться 1 ч, процедить на-стой.

Пить теплым.

## Раздел третий



# Биоэнергетика природы

# Деревья-доноры по шкале убывания биоэнергетического потенциала

На первом месте — дуб, затем идут хвойные деревья (особенно сосна), далее — акация, клен, береза и рябина.

*Дуб.* С древних времен считалось, что мудрость и ясность мысли надо искать в дубраве: постоять там, подышать, чтобы в голове прояснилось и было найдено разумное решение для любых сложных проблем. Достаточно нескольких минут у могучего дуба.

*Сосна* отдает человеку меньше энергии, чем дуб, но тоже довольно много. При этом энергия сосны несколько отягощает человека, она сравнительно более плотная. Поэтому прогулки по сосновому бору должны быть недолгими для людей с больным сердцем и тех, кого мучают головные боли.

*Акация.* Ее энергия придаст бодрость, свежесть, она по природе не только благотворна, но и легка. Соответственно и прогулки среди акаций полезны всем.

*Клен.* También обладает значительной энергетической мощью. Воздействие усиливается, если гу-

лять по аллее кленов или вдоль ряда этих деревьев, растущих друг от друга на расстоянии от пяти до семи метров — тогда энергия суммируется.

**Рябина.** По энергетическому воздействию это дерево практически идентично таковому от акации, но выражено на один-два порядка слабее.

## Биоэнергетика цвета и знак Зодиака

У каждого знака есть цвет, имеющий силу талисмана для него.

- Овен — предпочитает красный цвет.
- Телец — светло-зеленый.
- Близнецы — любят все цвета радуги.
- Рак — голубой цвет.
- Лев — от оранжевого до золотистого.
- Дева — синий цвет.
- Весы — темно-зеленый цвет.
- Скорпион — пурпурный цвет.
- Стрелец — любят все цвета радуги.
- Козерог — гораздо строже в выборе цвета, предпочитает белый, черный, лиловый.
- Водолей — фиолетовый цвет.
- Рыбы — все оттенки зеленого.

# Связь растений с планетами

Астрологи утверждают, что как возникновение болезни, так и излечение от нее, самым непосредственным образом связано с влиянием той или иной планеты. Еще в древнем Вавилоне жрецы считали, что каждый человек находится под воздействием какой-либо планеты, которая и определяет состояние его здоровья. При этом между планетами также существуют взаимосвязи, так называемые «симпатии» и «антисимпатии».

Но не только человек, а все живое на Земле связано с космосом — утверждает как древняя, так и современная астрологическая науки. Соответственно и болезнь, спровоцированную какой-либо из планет, можно много легче излечить тем растением, которое так или иначе связано с ней. Тут есть две точки зрения.

Согласно первой считается, что использовать в лечении лучше всего те растения, которые астрально связаны с планетой, антипатичной по отношению к вызвавшему заболеванию небесному телу.

Например, болезни, которые связываются с Меркурием, излечиваются травами Юпитера и наоборот, болезни Луны и Солнца — травами Сатурна и наоборот.

Другая точка зрения противоположна: каждая из планет исцеляет «свои» болезни: Солнце и Луна — заболевания глаз, Сатурн — хандру и депрессию, Юпитер — печень, Марс — желчный пузырь и т. д. Соответствующим образом необходимо подбирать и травы для лечения.

Ниже приводится список некоторых растений, употребляемых в пищу или при лечении всевозможных заболеваний, которые считаютсяочно связанными с определенными планетами.

### *Солнце*

Дягиль, зверобой, календула лекарственная, клевер, ромашка полевая, чистотел, шафран.

### *Луна*

Вьюнок, горец птичий, иссоп, кукушкины слезки, шалфей.

### *Меркурий*

Валериана, девясила, звездчатка, молочай, огуречник, солодка, тмин, укроп, фенхель, чабрец.

## *Венера*

Алтей, вербена, гвоздика, герань дикая, клевер, крапива глухая, лопух, маргаритка, мелисса, папоротник, пижма, фиалка трехцветная.

## *Марс*

Алоэ древовидное, базилик, боярышник кроваво-красный, горчица, имбирь, иссоп, кориандр, лук, лук-порей, лютик, можжевельник, мятة перечная, подорожник, полынь, хрень, цикорий, чертополох, чеснок, шалфей.

## *Юпитер*

Береза повислая, гвоздика дикая, гравилат, дуб, дурман, земляника лесная, календула, клубника, лапчатка, липа, маргаритка, медуница, одуванчик, репейник, смородина, сосна, цикорий.

## *Сатурн*

Белена, болиголов крапчатый, василек синий, вербена, ель, паслен, пастушья сумка, ruta, сосна.

# Камни Зодиака

В астрологии с древнейших времен считается, что каждый камень принадлежит определенному знаку Зодиака, носить его с пользой для себя могут только люди соответствующих знаков — причем следует учитывать не только зодиакальные, но и планетарные связи. Ношение камня без учета данных условий либо, тем паче, вопреки им, может оказаться на человека, его здоровье и всю его судьбу только негативное (в наилучшем случае — индифферентное, но такие случаи большая редкость) влияние.

Помимо всего прочего, во многих случаях необходимо вносить дополнительную корректировку в связи с особенностями образа жизни — так, у моряка есть свой талисман (аквамарин), у художника или поэта — свой (турмалин и др.), для священнослужителя же более подходит аметист.

## *Овен*

Людей, рожденных под этим знаком, в большинстве своем отличает сила — как тела, так и духа, они чаще предводительствуют другими, нежели служат кому-либо. Их отличительная черта —

упорство в осуществлении своих целей. Их камни — бриллиант (алмаз), красный гранат и рубин.

- Алмаз — драгоценнейший из всех камней, обладает огромной силой, принося обладателю удачу во всех делах, охраняя от болезней и ран, придавая смелость и мужество. Даже самый маленький камень надежно защитит от дурного глаза и злых козней.
- В качестве талисмана бриллианты должно носить на левой руке или на шее, но оправа при этом не должна быть препятствием для прикосновения к коже владельца — это может существенно ослабить его действие.
- Еще один важнейший момент — всеми указанными выше свойствами обладают исключительно и только те камни, которые достались нынешнему их обладателю совершенно честным путем.

Сходными свойствами обладают и два других самоцвета этого зодиакального знака — красные рубины и гранаты.

## *Телец*

Люди, рожденные под знаком Тельца, обычно веселого нрава, возвышенного образа мыслей, приветливые и милые, терпением и врожденной настойчивостью преодолевающие все препят-

ствия, их судьбе благоприятствуют далекие путешествия. Счастье им приносят камни небесного цвета — бирюза и сапфир.

Голубая бирюза во все эпохи считалась талисманом, помогающим в сердечных делах. Этот камень, как зодиакальный талисман, следует носить оправленным в серебро.

Сапфир же — «талисман мудрости»: возбуждает жажду познания, укрепляет память, усиливает благоразумие и рассудительность, — оправлять нужно в золото.

## *Близнецы*

Тот, кто появится на свет, когда солнце в знаке Близнецов, обычно бывает двойственной натурой. В характере этих людей неразрывно слились добро и зло. Обычно добрые, благожелательные, правдивые и благородные, они могут внезапно становиться вдруг раздражительными и склонными ко злу. Эти дурные черты можно преодолеть ношением камней — агата на левой руке, зеленого хризопраза, который дает спокойствие, и берилла, пробуждающего в человеке добрые чувства.

Следует знать, что женщинам-Близнецам, помимо кольца с агатом на левой руке, астрологи рекомендуют также носить агатовые бусы.

Зеленый хризопраз должен быть непременно оправлен в золото (это связано с планетарными взаимосвязями металла и камня).

Третий камень знака — берилл рекомендуется носить в золотой оправе, лучше всего в виде кольца или перстня, но камень не должен быть слишком большим.

## *Рак*

Это пора длинных дней и коротких ночей. Люди данного знака, согласно доктрина астрологии, должны быть мечтательны, застенчивы, переменчивы в своих настроениях, но неизменно чувствительны к прекрасному.

Под этим знаком рождается большинство людей, находящихся под властью Луны и тех, кто способен предвидеть будущее. Поэтому талисманом знака считается лунный камень. Но в зависимости от индивидуальных особенностей гороскопа, в дополнение к непременному селениту (который рекомендуется носить либо в виде кулона, либо просто в кармане, но постоянно) всем Ракам в большей или меньшей степени полезны следующие камни:

- изумруд,
- кошачий глаз,
- жемчуг.

Молочно-голубой селенит — символ магической силы лунных лучей. Его благотворное влияние распространяется не только лишь на людей данного знака, но и на всех, кто родился в полночь или в понедельник (этот день управляет Луной).

Лунный камень носят исключительно в серебряной оправе. Считается, что при восходе Луны селенит, озаренный ее первыми лучами, может подсказать своему владельцу очень важные и приносящие счастье поступки.

Свойства других камней тесно связаны с особенностями индивидуального гороскопа в каждом конкретном случае.

## Лев

Для этого знака подходят камни желтого цвета: янтарь, хризолит, оливин и топаз.

Янтарь должно рассматривать одновременно и как связанное с зодиакальным знаком украшение, и как амулет. Согласно астрологии, этот самоцвет очень благоприятен всем Львам, но опасен тем, кто рожден под знаком Тельца. Точно так же хризолит благоприятен Львам, но его должно остерегаться тому, кто рожден под знаком Рыб.

Львам же хризолит рекомендуется носить не-пременно оправленным в золото. Оливин — разновидность хризолита — лучше всего носить на груди, как кулон, чтобы он соприкасался с кожей.

Топаз как амулет рекомендуется Львам тогда, когда им предстоит путешествие или просто дальняя дорога.

## *Дева*

Тем, кто родился под знаком Девы, с точки зрения астрологии — из камней идеально подходят нефрит и сердолик — они должны принести этому знаку счастье. Однако следует знать, что оба камня, чтобы иметь силу амулета и талисмана, должны быть для этого знака оправлены исключительно в серебро или платину — и ни в коем случае в золото.

Кроме того, изделия из нефрита много лучше носить на груди (кулон, ожерелье, бусы) — для знака Девы такой амулет не только укрепит жизненные силы, но и защитит от болезней.

Однако это не распространяется на все другие знаки, а для рожденных под знаками Стрельца и Близнецов, согласно астрологическим понятиям, ношение этих камней не только не даст никакой пользы, но может даже принести и вред.

Сердолик в наибольшей мере проявит свою силу, носимый как перстень или кольцо на руке — но также не в золоте, а в платине либо серебре. Он, большей частью, хранит Дев от зла и любых дурных влияний, в том числе и магических чар.

## *Весы*

Люди, рожденные, когда солнце стояло в Весах, отличаются многими полезными, положительными и приятными для окружающих качествами, но, среди прочего, им очень часто присущи и такие черты, как легкомыслие и некоторая беспечность.

С точки зрения астрологии, камни этого знака — топаз и хризолит; их можно носить как на руке, так и на теле, как в серебре или платине, так и в золоте (особенно последний), но при этом очень рекомендуется носить оба камня постоянно, практически не снимая.

## *Скорпион*

Когда солнце входит в знак Скорпиона, которым правит планета Марс, рождаются люди честолюбивые, упорные, любящие науку, часто стремящиеся к власти, иногда страдающие меланхолией. Их драгоценности — это аквамарин, карбункул, ко-

ралл и главный талисман — перстень или браслет в форме змеи.

Нельзя также не заметить, что с глубокой древности аквамарин полагали своим талисманом моряки, а также и все путешествующие и странствующие.

Этот камень цвета моря и воздуха дарит своему обладателю любовь и уважение со стороны окружающих, особенно в кольце или перстне из золота, который носят постоянно.

Карбункул — также возбуждает дружеские чувства, прогоняет черные мысли и рассеивает меланхолию, отчасти именно поэтому астрологи предназначали его людям, рожденным под знаком Скорпиона.

Третий камень — талисман рожденных под знаком Скорпиона, коралл, считается для них сильным амулетом, хранящим от дурного глаза и отгоняющим всяческие искушения темных сил.

### *Стрелец*

Наилучшим образом характеризует людей этого знака сама астрологическая его трактовка, которая гласит: «Стрелец — это вечный искатель, охотник, который целится своей стрелой в неведомое». Стрельцы — люди смелые, нередко дерз-

кие, они пользуются расположением окружающих, часто красивы, почти неизменно склонны к искусствам больше, нежели к наукам.

Камни знака Стрельца — это аметист, топаз и хризолит.

**Хризолит.** Так называют прозрачный оливин светло-зеленого цвета. Камень считается способным предостерегать своего хозяина от неразумных поступков, дурных снов и грозящей опасности. Усиливает чувство собственного достоинства, избавляет от печали и рассеивает страхи. Применяется не только как амулет или талисман, но и с лечебной целью, причем достаточно широко. Камень лечит простудные заболевания, болезни глаз, позвоночник, сосуды, помогает от лихорадки, при заикании, снимает боль в желудке и в почках, избавляет от бессонницы.

Помимо указанного выше, успокаивает и нормализует деятельность нервной системы в целом.

**Топаз.** Символизирует дружбу, благородство, верность и честность. Золотистый топаз в традиции Востока — это камень просветления. Как амулет рассеивает злые чары и хранит от дурного глаза. После растирания топаза на точиле можно получить жидкость, которая излечивает глазные болезни, близорукость, вязкость и спасает при отравлении. Применяется как лекарственное сред-

ство (наложением, либо приемом настоящей на самоцвете воды) при нервных расстройствах и болезнях печени.

Аметист приносит удачу, дарит покой, хранит от пьянства, открывает сердце любви. Это излюбленный камень христианской церкви — и православных, и католиков: украшает алтари, церковную утварь, оклады икон. Как талисман он отгоняет дурные мысли, успокаивает нервы.

Об аметисте, как камне немалой магической силы, можно найти упоминания уже в астрологических трактатах древнейших цивилизаций Шумера и Египта. Этот лилового цвета камень приносит своему обладателю душевное равновесие и покой, бережет от врагов и, особенно, от темных сил. Последнее его свойство признается и в христианстве — он является одним из излюбленных камней священнослужителей.

О двух других камнях Стрельца — топазе и хризолите — уже шла речь, когда описывались талисманы знака Льва. Они для Стрельца скорее дополнения к амулету и талисману главному, аметисту.

## *Козерог*

Знаком Козерога, согласно астрологии, управляет Сатурн, нередко изображаемый в виде стар-

ца с козой. Как и покровительствующая планета, знак этот считается довольно суровым, а иногда и мрачным. Вот почему, считают астрологи, люди, рожденные под Козерогом, так часто уже смолоду отличаются серьезным и не по годам холодным нравом. Во многих старинных трактатах по астрологии мы встречаем указания, что жизнь людей этого знака часто полна забот и трудов: «судьба не жалеет им теней», как сказано в одном из таких трудов. «Классические» гороскопы слишком часто, ввиду своей обобщенности, могут не четко соответствовать реальности — гороскоп каждого человека всегда строго индивидуален. Однако, учитывая управляющую роль Сатурна, Козерогам можно рекомендовать все те камни (в соответствии с их знаком), которые помогают устоять перед превратностями жизни и переменчивостью судьбы.

А такими камнями для Козерога являются рубин, оникс (темный) и малахит.

Рубин — один из самых сильных амулетов, его способность защищать владельца от всех и всяческих напастей воспета с древности. Он дарит также счастье в любви.

Оникс (для Козерога лучше коричневого или черноватого цвета) ценится за магические и исцеляющие как душу, так и тело свойства. С точки

зрения астрологии, оникс должен быть оправлен только в серебро, в отличие от рубина, для которого нужна исключительно золотая оправа. Астрологи утверждают, что именно оникс — главный талисман для всех Козерогов.

Следует помнить, что на людей, родившихся под знаками Рака и Весов он может оказаться весьма неблагоприятное влияние.

Малахит (лучше темных тонов зеленого цвета) для Козерогов полезен тем, что постоянно носящий как амулет, он усиливает силу духа, а также способствует успеху в делах. Согласно астрологическим трактовкам наибольшую силу этот камень обретает, будучи оправленным в медь.

## *Водолей*

Согласно астрологической науке, люди знака Водолея отличаются щедростью, врожденной добротой — что привлекает к ним людей; еще одна их отличительная черта — умение стойко, мужественно и терпеливо переносить все удары и превратности судьбы. Кроме того, очень часто Водолеи обнаруживают немалые таланты в науках и искусствах.

Камни Водолея — циркон и гранат. Первый должно оправлять в золото; второй лучше носить

так, чтобы он прикасался непосредственно к телу (кулон, ожерелье).

Известно, что гранат может быть разного цвета — от темно-красного до желтоватого, но, согласно астрологическим понятиям, любая разновидность благоволит к Водолеям, являясь для них символом сердечности, любви и дружбы.

Гранат дарит обладателю хорошее настроение и веселые мысли — но лишь при том условии, что его никогда не снимают. Кроме того, талисманом этот камень может стать лишь в том случае, когда достался хозяину честным путем.

Кроме того, гранат приносит счастье не только Водолеям, но и тем, кто родился под знаком Овна и Скорпиона, а вот родившимся под знаками Тельца и Рака следует его избегать, если не остерегаться.

Циркон называют «младшим братом алмаза», способным обострить ум и укрепить память владельца, возбудить в своем обладателе стремление к наукам и познанию истины.

## *Рыбы*

Когда солнце вступает в знак Рыб, очень часто рождаются необыкновенные люди — они приносят с собой на свет дары муз и творят поэзию,

музыку, пишут прекрасные книги. Им присущ интерес к магии и мистическим откровениям. Нередко характер бурный, Рыбы легко поддаются гневу и другим эмоциям. Так говорят гороскопы, составленные в глубокую старину. Только индивидуально просчитанный для каждого отдельного человека гороскоп, как правило, отражает его сущность — слишком многое есть причин индивидуального свойства, способных довольно сильно повлиять на характер, помимо одного только зодиакального знака.

Тем не менее, астрологи полагают камнями этого знака жемчуг (особенно с темно-фиолетовым отливом) и аметист — независимо от индивидуальных черт характера и темперамента.

## Раздел четвертый



# Народные рецепты здравья

# **Мужские имена**

## *Александр*

*При сильных болях в желудке:* 5 стаканами кипятка залить смесь из листьев крапивы, цветков таволги, травы зверобоя (все взять в равных количествах по 2 ст. л.). Выпить в течение дня (4—5 приемов).

*При воспалительных процессах в селезенке:* стаканом кипятка залить смесь из цветков календулы и травы тысячелистника (по 1 ч. л. каждой травы). Принимать 4 раза в день после еды.

*Для лечения радикулита:* настой листьев лопуха или свежие листья лопуха приложить на ночь ворсистой стороной. Полезно принять ванну с тимьяном (50 г на ведро воды).

*При болезни почек:* употреблять побольше сельдерея. Для очищения почек эффективен настой из льняного семени (1 ч. л. на стакан воды).

## *Алексей*

*При кашле, бронхите, пневмонии:* 1 ст. л. листьев мать-и-мачехи залить стаканом кипятка, настоить и процедить. Принимать 5 раз в день по 1 ст. л.

*При простудных заболеваниях:* сухую малину или листья малины заварить, как чай; принимать 3 раза в день.

*При аллергических реакциях:* 1 ст. л. измельченной череды залить стаканом воды, кипятить 10 мин на медленном огне под крышкой. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день. Рекомендуются также ванны с чередой (3 стакана на ванну).

### *Анатолий*

*При нервном возбуждении:* измельчить 2 части корня валерианы, по 3 части плодов и цветков боярышника красного, тысячелистника и травы зверобоя. Залить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. полученной смеси, настоять 6 ч. Принимать по четверти стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

*При бессоннице и неврозах:* принимать отвар или настой из хмелевых шишек или из цветков хмеля.

*При заболевании селезенки:* рекомендуется отвар из корней цикория. Также можно употреблять в пищу молодые листья и стебли цикория в виде салатов и смесей с различными овощами и фруктами. Цикорий помогает и при общем упадке сил.

### *Андрей*

*При сердечно-сосудистых заболеваниях:* листья и ягоды земляники (2 ст. л.) залить стаканом кипятка и настаивать 3 ч. Принимать 3 раза в день по 1 ст. л.

*При нарушении обмена веществ:* общепризнанным средством, способствующим обмену веществ, является морская капуста (лучше в сыром виде или в порошке).

*При опухании горла и сильном кашле:* отварить горсть сушеных листьев фиалки и принимать 5—6 раз в день по 3 ст. л. При опухании горла можно обвернуть шею тряпкой, смоченной этим отваром, а также полоскать им горло.

## *Антон*

*При почечных коликах:* принимать сок сладких гранат.

*Для очищения почек:* принимать чай из корней бузинника малорослого (один стакан в 2 приема — утром и вечером).

*При болезнях почек:* принимать настой из бузины черной, ромашки аптечной, цветков сердцевидной липы и зверобоя продырявленного (по 25 г) по 1—2 стакана на ночь.

*При сердечно-сосудистых заболеваниях:* принимать настой из бузины черной, ромашки аптечной, цветков сердцевидной липы и мяты перечной (по 25 г). Рекомендуется пить в горячем виде по 1 стакану 2 раза в день.

## *Аркадий*

*При ревматизме:* 1. Березовые почки настоять на водке или спирте. Применять для втирания. 2. 1 ст. л. плодов рябины обыкновенной залить стаканом воды. Варить в течение 5 мин, настаивать 4 ч. Пить 3 раза в день по 2 ст. л.

*При болях в желудке (с изжогой и вздутием):* залить 1 л кипятка равные части сушеницы, золототысячника, травы зверобоя (3 ст. л. смеси). Принимать по полстакана 3 раза в день.

*При первом возбуждении:* очень действенно принять валериановую ванну. 5—6 горстей измельченного корня валерианы залить 1 л воды, кипятить 15—20 мин. Затем процедить и влить в горячую ванну. Продолжительность приема ванны 10 мин. Это средство оказывает и противоспазматическое действие.

## *Артем*

*При болезни почек и мочевыводящих путей:* в течение 4—5 месяцев принимать 3 раза в день морковный сок (по 1 ст. л.).

*При воспалении мочевого пузыря:* 20 г травы хвоща полевого залить стаканом кипятка. Приготовить отвар, процедить, охладить. Принимать по четверти стакана 3 раза в день через 1 ч после еды.

*При бронхите и болях в груди:* полезно употреблять сок редьки, запеченной с сахаром. Печь редьку в духовке 2 ч, затем процедить. Жидкость слить в бутылку. Принимать по 2 ч. л. 2 раза в день перед едой.

*При гипотонии:* приготовить настой из 10 г травы зверобоя и стакана кипятка. Принимать по четверти стакана 3 раза в день перед едой в течение 3-х недель.

### *Артур*

*При любых заболеваниях легких:* пить отвар ячменя. Также эффективна смесь свежих листьев алоэ с медом и красным вином.

*При головной боли:* свежую лимонную корку очистить от мякоти и приложить к вискам влажной стороной на 5—10 мин. Кожа в этом месте покраснеет, а головная боль пройдет.

### *Борис*

*При головной боли:* отлично поможет пучок мяты, приложенный ко лбу. Облегчит даже очень сильную головную боль.

*При невралгиях:* принимать отвар или настой из листьев руты пахучей.

## ***Вадим***

*При предрасположенности к кожным заболеваниям:* заварить 1 ст. л. смеси из листьев грецкого ореха, цветков липы и травы ясменника душистого (на полтора стакана кипятка). Настаивать в течение 4 ч. Принимать по стакану перед завтраком.

*При воспалении желчного пузыря:* залить двумя стаканами кипятка 1 ст. л. смеси ягод и листьев земляники. Настаивать в течение 20 мин. Пить по полстакана 2 раза в день (10—15 дней).

## ***Валентин***

*При болях в горле:* стереть на терке свеклу, выжать и соком полоскать горло.

*При заболеваниях щитовидной железы:* рекомендуется ежедневно обтираять шею свежей дубовой корой (или хотя бы сухой, но размоченной). Такую же кору можно привязывать на шею и носить.

## ***Валерий***

*При сердечно-сосудистых заболеваниях:* принимать полстакана настоя из корня лекарственной валерианы, цветков аптечной ромашки и тмина обыкновенного (20 г + 30 г + 50 г). Хорошо по-

могает при нервном возбуждении, раздражительности, бессоннице.

*При невралгии:* 10 г измельченной высушенной коры ивы залить стаканом кипятка. Кипятить под крышкой на медленном огне 20 мин. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

### ***Василий***

*При простудных заболеваниях:* хорошо поможет полстакана вина из черной смородины и полстакана горячей воды. Смешать, выпить залпом и пропотеть. Через 1 ч следует повторить процедуру.

*При заболеваниях селезенки:* 15 г травы пустырника залить стаканом кипятка. Приготовить настой. Принимать по 1 ст. л. 2 раза в день (во второй половине дня).

### ***Виктор***

*При болях в желудке:* приготовить настой из листьев мать-и-мачехи. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день перед едой.

### ***Виталий***

*При болезни почек (для очищения организма):* 1 ч. л. льняного семени залить стаканом воды и

прокипятить. Принимать по полстакана каждые 2 ч в течение двух дней.

*При сердечных заболеваниях и нервных расстройствах:* цветы ромашки аптечной (1), трава пустырника (3), цветки боярышника (3), трава сушеницы (3) — 1 ст. л. данной смеси настоять в стакане кипятка (8 ч). Принимать по полстакана 3 раза в день (через 1 ч после еды).

### *Владимиr*

*При заболеваниях мочевого пузыря:* 20 г травы хвоща полевого залить стаканом кипятка, приготовить отвар. Принимать по четверти стакана 3—4 раза в день через 1 ч после еды.

*При заболеваниях легких:* 2 ч. л. травы душицы залить стаканом кипятка, приготовить настой. Принимать по полстакана 3—4 раза в день за 15 мин до еды. Это хорошее отхаркивающее и потогонное средство.

### *Владислав*

*Для усиления обмена веществ:* следует в любом виде (свежем, сушеным) употреблять морскую капусту.

*При диабете:* как общеукрепляющее принимать настой из сухих корней лопуха по 1 ст. л. 3 раза в день.

### **Вячеслав**

*При болезнях органов дыхания:* приготовить настой из 40 г листьев мать-и-мачехи, 20 г плодов фенхеля, 40 г корня алтея лекарственного. Принимать по четверти стакана через каждые 3 ч.

*При радикулите:* на больное место наложить листья хрена и накрыть шерстяным платком.

### **Геннадий**

*При заболевании желудка.* 1. Приготовить настой из 1 ст. л. семян укропа, 1 ст. л. меда и стакана кипятка. Принимать по полстакана 3 раза в день. 2. В 60 мл заварки обычного чая добавить 40 г сахара и 100 мл свежего кислого виноградного сока. Принять стакан смеси. Средство быстро снимает боль.

### **Георгий**

*При заболеваниях почек:* приготовить настой из молодых весенних листьев бересклета. 100 г листьев измельчить и залить двумя стаканами теплой

воды. Принимать по полстакана 3 раза в день перед едой.

*При простудных заболеваниях:* приготовить настой из корня цикория и пустырника (в равных пропорциях). Принимать по полстакана 3 раза в день.

## **Глеб**

*При нервной возбудимости:* настой из 2 г травы чабреца, 4 г травы пустырника, 3 г травы сушеницы, 4 г травы ясменника душистого; 5 г листьев ежевики принимать по полстакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

*При заболевании мочевого пузыря:* приготовить горячий настой из 2 ст. л. травы горца почечуйного на стакан воды. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

## **Григорий**

*При легочных заболеваниях:* идеальным средством является сок и ягоды морошки.

*При радикулите:* приготовить отвар из корней девясила высокого. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день перед едой.

*При неврозе:* отлично помогают размоченные отруби, смешанные с медом.

## *Даниил*

*При простудных заболеваниях:* приготовить отвар из ягод малины, листьев мать-и-мачехи, травы душицы (1 ст. л. на стакан кипятка). Принимать в горячем виде по полстакана 3 раза в день.

*При заболеваниях печени:* смешать 0,5 кг меда и 0,5 кг протертых ягод калины. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день через 1 ч после еды.

## *Денис*

*При головной боли:* использовать компресс из настоя полыни (1 ч. л. на 2 стакана кипятка).

## *Дмитрий*

*При аллергиях:* наилучшее средство — отвар череды (1 ст. л. на стакан кипятка). Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день или использовать для ванн.

*При ангинах:* принимать отвар из травы зверобоя (1 ст. л. на стакан кипятка) по 1 ст. л. 3 раза в день после еды.

*При неврозах:* приготовить настой из цветков зверобоя и терна, взятых в равных частях (1 ст. л. смеси на стакан кипятка). Принимать по стакану утром и вечером.

## *Евгений*

*При заболеваниях желудка:* приготовить настой из цветков ромашки и травы тысячелистника (в равных частях; 2 ст. л. на стакан кипятка). Принимать по полстакана 3 раза в день.

*При невралгии:* эффективно помогает свежеприготовленный сок черной редьки.

## *Егор*

*При варикозном расширении вен:* приготовить на спирту настойку из цветов белой акации. Смачивать и растирать больные места.

*При простудах:* 120 г малинового сока, 80 г молока, крепкий несладкий чай перемешать, охладить. Принимать лучше на ночь.

## *Иван*

*При болях в желудке, кишечнике, при вздутии и изжоге:* в равных частях смешать траву сушеницы, золототысячника, зверобоя. 3 ст. л. смеси залить стаканом кипятка. Принимать по полстакана 3 раза в день.

*При бронхите:* приготовить горячий настой из листьев эвкалипта (1 ст. л. на 2 стакана кипятка). Принимать по четверти стакана 3 раза в день перед едой.

## *Игорь*

*При ревматизме:* 1 ст. л. плодов рябины залить стаканом воды, варить 5 мин, настаивать 4 ч. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день.

*При сердечно-сосудистых заболеваниях (особенно при бессонницах и учащенном сердцебиении):* приготовить настой из 20 г травы хвоща полевого, 50 г цветков боярышника кроваво-красного, 30 г травы горца птичьего. Принимать по четверти стакана 3 раза в день.

## *Илья*

*При заболеваниях мочевого пузыря:* листья и цветы стальника колючего смешать в равных частях. 1 ч. л. смеси залить стаканом кипятка. Принимать по стакану в день небольшими порциями.

*При болях в горле:* 3 г цветков ромашки и 2 г цветков липы смешать. 1 ч. л. смеси заварить в стакане. Применять для полосканий горла.

## *Иннокентий*

*При заболевании почек:* приготовить слабый отвар из 1 ст. л. листьев бузины. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

*При заболеваниях сердца, нервном возбуждении, раздражительности:* смешать 20 г плодов аниса обыкновенного, 30 г листьев пустырника пятилопастного, 30 г корня валерианы лекарственной, 20 г травы тысячелистника обыкновенного. Приготовить настой. Принимать 3 раза в день по четверти стакана.

### **Кирилл**

*При предрасположенности к кожным заболеваниям:* смешать 5 г цветков липы, 1 г листьев грецкого ореха, 5 г травы ясменника душистого. Приготовить настой: 1 ст. л. смеси на полтора стакана кипятка. Принимать по стакану перед завтраком.

*При ревматизме:* приготовить настой из травы донника: 1 ст. л. на стакан кипятка. Делать компрессы.

### **Константин**

*При сердечно-сосудистых заболеваниях:* приготовить витаминный настой из 30 г листьев крапивы обыкновенной и 70 г плодов рябины обыкновенной. Принимать 3 раза в день.

*При диабете:* приготовить отвар из листьев черники (1 ч. л. на стакан кипятка). Принимать по трети стакана 3 раза в день.

## *Леонид*

*При кожных заболеваниях:* приготовить отвар из смеси 40 г травы зверобоя продырявленного, 30 г корня лопуха большого и 30 г корня девясила высокого. Принимать по 2—3 стакана в день.

*При заболеваниях мочевого пузыря:* 1 ст. л. измельченных листьев толокнянки залить стаканом кипятка, полчаса нагревать на водяной бане. Полученный отвар развести кипяченой водой до 200 г. Принимать в теплом виде по трети стакана 3 раза в день.

## *Максим*

*При болях в желудке:* приготовить настой из 2 ч. л. плодов тмина на стакан кипятка. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день перед едой.

*При заболеваниях печени:* приготовить настой из 5 г сухих соцветий пижмы на 1 л кипятка. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

## *Михаил*

*При радикулите:* принимать ванны с тимьяном (50 г тимьяна на ведро воды).

*При заболеваниях селезенки:* приготовить настой из травы тысячелистника и цветков календулы,

взятых в равных частях (1 ст. л. смеси на стакан кипятка). Принимать 4 раза в день по полстакана после еды.

### ***Никита***

*При простудных заболеваниях:* отличным средством являются ягоды красной смородины или сок из них.

*При неврозах:* приготовить отвар из смеси семян укропа огородного, корней алтея лекарственного, цветков ромашки аптечной (2 ч. л. на стакан воды). Принимать в теплом виде по 1 ст. л. 2 раза в день.

### ***Николай***

*При заболевании легких:* приготовить настой из смешанных в равных частях сосновых и березовых почек и липового цвета (15 г на стакан кипятка). Принимать по полстакана 3 раза в день.

*При варикозном расширении вен:* приготовить настой из листьев двудомной крапивы. Принимать по стакану утром и вечером.

### ***Олег***

*При заболевании легких:* приготовить отвар из корней первоцвета весеннего (1 ст. л. на 2 стакана

на воды). Принимать по полстакана 3—4 раза в день.

*При радикулите:* больное место растирать спиртовой настойкой из корней сабельника болотного (1:5).

### **Павел**

*При сердечно-сосудистых заболеваниях:* приготовить настой из 30 г травы горца птичьего, 20 г травы хвоща полевого, 50 г цветков боярышника кроваво-красного. Принимать по четверти стакана 3 раза в день. Помогает также при бессоннице.

*При болях в желудке:* приготовить настой из корня аира болотного (1 часть) и цветков и плодов рябины (3 части) (1 ст. л. смеси на 1 ч залить стаканом холодной воды, затем довести до кипения). Принимать в теплом виде по полстакана 3 раза в день перед едой.

### **Петр**

*При заболевании мочевыводящих путей:* приготовить отвар из корней шиповника (2 ст. л. на стакан кипятка). Принимать по  $\frac{1}{2}$  ст. л. 4 раза в день до еды в течение 15 дней.

*При бронхите:* приготовить настой из сока чеснока и молока (1 ч. л. сока чеснока на стакан молока). Принимать в теплом виде.

*При гипотонии:* приготовить настойку из 70 % спирта и полыни горькой (1:5). Принимать по 30 капель 3 раза в день до еды.

### ***Роман***

*При невралгических болях:* приготовить отвар из листьев руты пахучей (1 ст. л. на  $1\frac{1}{2}$  л воды). Принимать по четверти стакана 3 раза в день.

*При болезнях селезенки:* приготовить настой из 1 ч. л. травы полыни горькой и стакана кипятка. Настоять и добавить еще стакан кипятка. Принимать по четверти стакана с медом или сахаром 3 раза в день перед едой.

### ***Руслан***

*При сердечно-сосудистых заболеваниях:* из 1 ст. л. смеси корней валерианы, листьев мяты перечной, семян фенхеля, цветков ландыша приготовить настой (на 2 стакана кипятка). Принимать по четверти стакана 1—2 раза в день.

*При заболевании легких:* пить вместо чая настой из равных частей травы лесной земляники, травы тысячелистника, травы зверобоя.

## *Сергей*

*При болезни селезенки:* приготовить смесь из равных частей коры ивы и корней мыльнянки лекарственной. 40 г смеси кипятить 10 мин в 1 л воды. Принимать по полстакана 4 раза в день.

*При радикулите:* приготовить отвар из смеси равных частей травы донника и цветков ромашки. Делать припарки.

## *Станислав*

*При бронхите:* 2 ст. л. ячменя или овса смешать с таким же количеством изюма, залить 1,5 л воды, варить на медленном огне, пока половина жидкости не выпарится. В процеженную жидкость добавить 1 ст. л. меда. Принимать по несколько раз в день.

*При гипотонии:* приготовить настойку из корней аралии высокой и 70-градусного спирта (1:5). Принимать по 30—40 капель 3 раза в день.

## *Федор*

*Для повышения половой функции:* приготовить настой из 10 г травы зверобоя на стакан кипятка. Принимать 3 раза в день по полстакана.

*При заболевании почек:* 1 ст. л. измельченных листьев толокнянки залить стаканом кипятка и полчаса нагревать на водяной бане. Развести кипяченой водой до 200 г. Принимать по трети стакана 3 раза в день в теплом виде.

### **Эдуард**

*При кожных заболеваниях:* приготовить отвар из смеси 40 г травы зверобоя продырявленного, 30 г корня лопуха большого и 30 г корня девясила высокого. Принимать по 2—3 стакана в день.

*При ревматизме:* приготовить отвар из 1 ч. л. корней шелковицы на стакан кипятка. Принимать по 2 ст. л. перед едой.

### **Юрий**

*При болезнях печени:* приготовить настой из смеси равных частей листьев вахты, цветочных корзинок ромашки аптечной, травы чистотела. Принимать по полстакана через 1 ч после еды — утром и вечером.

### **Ярослав**

*При нервной возбудимости:* приготовить смесь: 3 г корня валерианы, 3 г корня дягиля, 2 г листьев

ев вахты, 2 г листьев мяты перечной. 1 ст. л. смеси заварить в стакане кипятка, настоять. Принимать по полстакана 3 раза в день в теплом виде.

*При болезни легких:* приготовить настой из равных частей корня солодки, корня алтея, листьев шалфея, плодов аниса и сосновых почек. Принимать по полстакана каждые 3 ч в теплом виде.

## Женские имена

### *Александра*

*При головных болях:* приготовить свежий сок картофеля (натереть на терке, отжать через марлю). Принимать по 3 ст. л. 3 раза в день перед едой в течение 7–10 дней.

*При сердечно-сосудистых заболеваниях:* приготовить настой из измельченных листьев земляники (2 ст. л. на стакан кипятка). Принимать 3 раза в день по 1 ст. л.

### *Алла*

*При варикозном расширении вен:* приготовить настой из листьев двудомной крапивы. Принимать по стакану утром и вечером, соблюдая молочно-растительную диету.

*При невралгии:* приготовить настой или отвар из листьев руты пахучей. Принимать 3 раза в день по четверти стакана; для вкуса добавить мед.

### **Анастасия**

*При болях в горле:* приготовить настой из 2 г цветков липы и 3 г цветков ромашки (1 ч. л. смеси на стакан кипятка). Использовать для полоскания горла.

*При воспалении мочевого пузыря:* приготовить отвар из 20 г истода сибирского на стакан кипятка. Принимать 3 раза в день до еды по 1 ст. л.

### **Анна**

*При гипертонии:* приготовить настой из листьев брусники (3—4 ч. л. измельченных листьев на два стакана воды). Принимать по полстакана 3 раза в день

*При нервозности, тревожном состоянии:* единственным средством являются валериановые ванны. 5—6 горстей измельченного корня валерианы кипятить в 1 л воды 20 мин, затем влить в горячую ванну. Продолжительность принятия ванны 10 мин.

## *Валентина*

*При бронхите и простудных заболеваниях:* смешать в равных частях сушеную малину (или листья), листья шалфея, липовый цвет, цвет бузинный. Приготовить настой (2 ст. л. смеси на 2 стакана кипятка). Принимать перед сном в теплом виде.

*При ларингите:* отлично помогает чай из сухой малины, отвар и настой из листьев малины.

## *Валерия*

*При заболевании органов дыхания:* приготовить настой из равных частей травы тимьяна обыкновенного и корней алтея лекарственного. Принимать по трети стакана 3 раза в день.

*При болезни селезенки:* смесь порошков из крапивы, листьев подорожника, щавеля в равных частях принимать на кончике ножа 3 раза в день, запивая водой.

## *Вера*

*При заболевании печени:* приготовить настой из 1 ст. л. почек бересклета белого и 2 ст. л. ее листьев на  $\frac{1}{2}$  л кипятка. Добавить немного питьевой соды, процедить. Принимать 4 раза в день по полстакана перед едой.

*При гипертонии:* приготовить настой из 5 г сухих листьев черной смородины на стакан кипятка. Принимать по полстакана 3 раза в день.

### **Виктория**

*При заболевании почек:* приготовить настой из 100 г молодых весенних листьев бересклета на два стакана теплой кипяченой воды. Принимать перед едой по полстакана 3 раза в день.

*При простудах:* вскипятить 60 г корней перца с 0,25 л белого сухого вина. Принимать 3 раза в день в течение 3—5 дней.

### **Галина**

*При заболевании желчного пузыря:* приготовить отвар из смеси равных частей корня аира, цветов тмина песчаного, золототысячника зонтичного. Принимать: натощак 1 стакан; 2-ой стакан в течение дня в 4 приема (через 1 ч после еды). Дополнительно включить в диету тыкву.

*При засорении кишечника (запор):* приготовить настой из 10 г травы горца почечуйного на стакан кипятка. Принимать по 2 ст. л. 2 раза в день.

## *Диана*

*При диабете:* приготовить настой из 100 г корней родиолы розовой на 1 л воды. Принимать по 20 капель 3 раза в день.

*При нарушении обмена веществ:* употреблять ежедневно салат из свежей морской капусты.

## *Евгения*

*При ревматизме:* 100 г корней борца залить 1 л водки, поставить в теплое место на 3 дня. Втирать 1 ст. л. настойки в больные места досуха, лучше на ночь. Место втирания обернуть фланелью, а сверху — шерстяной повязкой.

*При ангине:* полоскать горло тридцатипроцентным раствором лимонной кислоты. Или же держать во рту 2—3 ломтика лимона (около самого горла), которые затем следует проглотить.

*При гипертонии:* приготовить настой из 2 ст. л. цветков или листьев боярышника и 2 стаканов кипятка. Принимать по четверти стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

## *Екатерина*

*При заболевании легких:* приготовить настой из равных частей травы спорыша и цветов бузины

черной (1 ст. л. смеси на стакан кипятка). Принимать в течение дня.

*При заболевании печени:* 40 г цветков календулы заварить в 1 л кипятка. Выпить в три приема.

### **Елена**

*При заболевании селезенки:* приготовить настой из 10 г травы пастушьей сумки на стакан воды. Принимать по 1 ст. л. 4—5 раз в день.

*При неврастении:* приготовить настой из 2 ч. л. корней валерианы и стакана кипятка. Принимать 3 раза в день по 1 ст. л.

### **Жанна**

*При заболевании органов дыхания:* приготовить настой из смеси 30 г корней девясила высокого, 30 г солодки голой и 40 г алтея лекарственного. Принимать по четверти стакана через каждые 3 ч.

### **Зоя**

*При болях в горле:* смесь из цветков липы (1) и коры дуба (2) заварить в стакане (1 ч. л.). Использовать для полоскания.

*При диабете:* приготовить настой из 10 г травы толокнянки на стакан кипятка. Принимать 5 раз в день по 1 ст. л.

## *Инна*

*При заболевании желчного пузыря:* приготовить отвар укропа (2 ст. л. укропного семени на 2 стакана кипятка). Кипятить 15 мин на слабом огне, охладить, процедить. Принимать по полстакана 4 раза в день в теплом виде в течение 7 дней.

## *Ирина*

*При насморке:* масло облепихи, сок алоэ, масло шиповника — закапывать в каждую ноздрю по 5 капель 3 раза в день в течение 3—5 дней.

*При гипотонии:* 1 ст. л. плодов лимонника китайского залить стаканом кипятка. Настаивать 2 ч. Принимать 4 раза в день по 2 ст. л.

## *Кристина*

*При заболевании легких:* приготовить отвар из 2 ч. л. сушеных ягод черники на стакан кипятка. Принимать по полстакана 4 раза в день в теплом виде.

*При бронхите:* 1 л сока черной редьки смешать с 400 г жидкого меда. Принимать по 2 ст. л. перед едой и вечером перед сном.

## *Ксения (Оксана)*

*При заболевании желудка:* приготовить настой из 1 ст. л. измельченных листьев крапивы на стакан кипятка. Принимать 3 раза в день по 1 ст. л.

*При невралгии:* сварить вкрутую яйцо, разрезать его пополам и обе половины приложить к месту, где боль ощущается сильнее всего. Когда яйцо остывает, то и боль исчезнет, и сравнительно долгое время невралгия не будет беспокоить.

## *Лариса*

*При заболевании печени:* 1 ч. л. истолченных плодов петрушки залить 1 л холодной воды на ночь. Принимать по 3 ст. л. каждые 2—3 ч.

## *Лидия*

*При заболевании желчного пузыря:* приготовить настой из 1 ч. л. душицы обыкновенной на стакан кипятка. Принимать 3 раза в день по четверти стакана в течение недели.

*При бессоннице:* приготовить отвар валерианы: 1 ст. л. измельченного корня залить стаканом кипятка и прокипятить на слабом огне 15 мин. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды в течение 10—12 дней.

## *Любовь*

*При заболевании селезенки:* 40 г смеси из равных частей корней мыльнянки лекарственной и коры ивы кипятить 10 мин в 1 л воды. Принимать 4 раза в день по полстакана.

*При радикулите:* на больное место наложить листья хрена, сверху покрыть теплым шерстяным платком.

## *Людмила*

*При заболевании легких:* взять 3 г травы термопсиса на стакан воды. Приготовить отвар, нагревая смесь на кипящей водяной бане 15 мин. Принимать 3—4 раза в день по 1 ст. л.

*При переломах костей:* в качестве болеутоляющего средства на место перелома накладывать кашицу сырого картофеля.

## *Маргарита*

*При заболевании почек:* приготовить настой из равных частей травы адониса весеннего, корня стальника полевого, плодов шиповника коричневого и плодов можжевельника обыкновенного. Принимать по полстакана 3 раза в день в теплом виде.

## *Марина*

*При пиелонефrite:* приготовить настой из 5—6 ст. л. измельченных листьев черной смородины на 1 л кипятка. Принимать 5—6 раз в день, добавив для вкуса сахар или мед.

*При кожных заболеваниях:* приготовить настой из цветков липы (горсть на 2 стакана кипятка), добавить меда на кончике 1 ч. л. Протирать на ночь кожу лица.

## *Мария*

*При заболеваниях желудка:* прекрасным средством являются сушеные ягоды бузины. Употреблять можно сами ягоды, заваривать чай или кисель.

*При нервозности:* приготовить настой из 15 г травы пустырника обыкновенного на стакан кипятка. Принимать 3 раза в день по 1 ст. л. перед едой.

## *Надежда*

*При простудных заболеваниях:* пустырник и корень цикория в равных пропорциях заварить крутым кипятком, как чай, дать настояться. Принимать по полстакана 3 раза в день.

*При гипотонии:* приготовить настойку из полыни горькой на 70-градусном спирте (1:5). Процедить через марлю. Принимать по 30 капель 3 раза в день до еды.

### *Наталья*

*При заболевании желудка:* приготовить настой из 1 ст. л. семян укропа и 1 ст. л. меда на стакан кипятка. Принимать по полстакана 3 раза в день.

*При истерии:* приготовить настой из 1 ст. л. измельченных плодов кориандра посевного на два стакана кипятка. Принимать 4 раза в день по четверти стакана до еды.

### *Ольга*

*При бронхите:* приготовить смесь: 2 ст. л. свежего сливочного масла, 2 желтка, 2 ч. л. меда и 1 ч. л. муки. Тщательно перемешать. Принимать 4—5 раз в день перед едой.

*При заболевании мочевого пузыря:* приготовить настой из цветков василька без корзинок (1 ч. л. на стакан кипятка). Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за 15 мин до еды.

## *Полина*

*При кожных заболеваниях:* приготовить настойку из лепестков белой лилии: сложить лепестки в бутылку, залить водкой или разведенным спиртом, настаивать 2 недели. Протирать кожу лица перед сном.

*При ревматизме:* приготовить отвар из 5 ч. л. измельченного корня валерианы и 3 ч. л. листьев паслена на 6 стаканов воды. Кипятить 15 мин, процедить. Принимать по полстакана 2 раза в день.

## *Светлана*

*При заболевании селезенки:* приготовить спиртовую настойку из шишек хмеля (1 часть шишек и 4 части 40-градусного спирта или водки). Принимать по 40 капель 3 раза в день.

*При заболевании легких:* приготовить отвар корневищ с корнями девясила и дягиля в равных частях (30 г на 1 л воды). Пить вместо чая.

# Литература

- Айвахов О.М.* Гармония и здоровье. — М.: Прогресс, 1992.
- Альфа и омега. Справочник. — Таллинн, 1991.
- Андреев С., Баранов В.* Аптека дома. — М., 1983.
- Андреева Л.П.* Лунный Зодиак. Календарь астрологический. — Л., 1991.
- Астрология. Век XX. — М., 1991.
- Берков Б., Беркова Г.* Целебные народные средства. — Ростов н/Д: Феникс, 1996.
- Болотов Б.В.* Я научу вас не болеть и не стареть. — СПб.: Изд-во Буковского, 1994.
- Большая медицинская энциклопедия, в 30 томах, 3-е издание. — М., 1982.
- Брэгг П.С.* Формула совершенства. — СПб.: Лейла, 1993.
- Буров М.* Лечение чагой (березовый гриб). — Ростов н/Д: Феникс, 2005.
- Буров М.* Лечение чесноком. — Ростов н/Д: Феникс, 2005.
- Вайсберг В.А.* Астрология без фатализма // Балтийское время, 1990.
- Ваш иммунитет. / Сост. Г.И. Литвак. — М.: Яуза, 1998.
- Ваш семейный доктор. Домашний советчик / Под ред. Т. Смита; пер. с англ. — М.: Мир, 1992.

*Величко Ф.К.* Астрологический практикум // Твое здоровье. 1990. № 1—11.

*Бронский С.А.* Астрология: суеверие или наука? — М., 1991.

*Гаврюшенко Л.И.* И снова тайны Зодиака // Работница. 1991. № 4.

*Глоба П.П.* Кармическая астрология. — М., 1990.

*Глоба Т.М.* Тамара: Русский астрологический сборник. — М., 1990.

*Гриффит В.* Витамины, травы, минералы и пищевые добавки. Справочник. — М.: Гранд, 2000.

*Гросс Н.* Астрология для всех. — М., 1991.

*Гудман Л.* Знаки Зодиака, или Астрология с улыбкой. — М., 1990.

Домашний медицинский справочник / Под ред. В.И. Бородулина. — М.: Баян, 1994.

*Елисеев В.А.* Занимательная астрология. — М., 1991.

*Жохов В.Н., Жохова В.Н.* Народные лечебные средства. — Ростов н/Д: изд-во РГУ, 1991.

*Журавлев В.* Астрологический еженедельник для делового человека. — М., 1991.

*Зараев А.* Популярный астрологический календарь. — Тверь, 1991.

*Иванов В.И.* Традиционная медицина. — М.: Военное издательство, 1991.

*Калюжный В.В.* Астрология делового человека. Семейная астрология. — Минск, 1994.

*Калюжный В.В.* Медицинская и натальная астрология. — Минск, 1994.

*Кефер Я.* Практическая астрология. — М., 1991.

*Ким Л.* Исцеление неизлечимого. — Рязань: Стиль, 1994.

*Кородецкий А.* Золотой ус против ста болезней. — СПб.: Питер, 2004.

*Либинтов М.А.* Здоровье без лекарств. — Минск: Современное слово, 1997.

*Лободин В.Т.* Формула здоровья. — СПб.: Невский проспект, 1999.

*Мэнсфилд П.* Лечение цветочными средствами. — М.: Крон-пресс, 1995.

*Носаль М.А., Носаль И.М.* Лекарственные растения и способы их применения в народе / Под ред. акад. В.Г. Дроботко. — Киев: государственное медицинское издательство УССР, 1958.

Растения и здоровье. — Краснодар: Советская Кубань, 1994.

*Рафаэль.* Медицинская астрология // Наука и Религия, 1991, № 6—12.

*Савелов-Дерябин А.М.* Продлите молодость свою. — М., 1996.

*Сафонов Н.Н.* Домашняя энциклопедия полезных растений. — М.: Транспорт, 1995.

*Соколов С.Я., Замотаев И.П.* Справочник по лекарственным растениям. — М.: Медицина, 1997.

*Сытин Г.Н.* Животворящая сила. Помоги себе сам. — М.: Энергоатомиздат, 1990.

*Ужегов Г.Н.* Путь к долголетию: народный учебник. — Краснодар: Советская Кубань, 1998.

*Фролова Т.В.* Поваренная книга. — Ростов н/Д: Феникс, 2001.

*Чумакова Р.В., Корчагина Т.Ф. и др.* Энциклопедия народной медицины. — М.: АНС, 1992.

Энциклопедия народных методов лечения / Сост. Т. Иванова. — СПб.: Атон, 1998.

Энциклопедия народных методов лечения. — СПб.: Спикс, 1994.

# Содержание

<b>Раздел первый. Деревья-целители и звезды (дендротерапия по знакам Зодиака) .....</b>	<b>3</b>
<b>Основные понятия .....</b>	<b>4</b>
<b>Энергетические свойства деревьев .....</b>	<b>7</b>
<b>Подпитка положительной энергией .....</b>	<b>10</b>
<i>Описание процесса подзарядки .....</i>	<i>10</i>
<b>Сброс энергии .....</b>	<b>12</b>
<b>Взаимосвязь деревьев и людей по дню и месяцу рождения .....</b>	<b>14</b>
<b>Январь .....</b>	<b>14</b>
<i>Яблоня .....</i>	<i>14</i>
<i>Вяз .....</i>	<i>16</i>
<i>Кипарис .....</i>	<i>17</i>
<b>Февраль .....</b>	<b>18</b>
<i>Кедр .....</i>	<i>18</i>
<i>Липа .....</i>	<i>19</i>
<i>Сосна .....</i>	<i>20</i>
<b>Март .....</b>	<b>22</b>
<i>Дуб .....</i>	<i>22</i>
<i>Орешник (лесной орех) .....</i>	<i>24</i>
<b>Апрель .....</b>	<b>26</b>
<i>Рябина .....</i>	<i>26</i>
<i>Клен .....</i>	<i>27</i>
<i>Орех .....</i>	<i>29</i>
<b>Май .....</b>	<b>31</b>
<i>Каштан .....</i>	<i>31</i>
<i>Ясень .....</i>	<i>33</i>
<b>Июнь .....</b>	<b>34</b>
<i>Пихта .....</i>	<i>34</i>
<i>Береза .....</i>	<i>35</i>

<b>Июль</b>	37
<b>Ель</b>	37
<b>Август</b>	38
<b>Тополь</b>	38
<b>Сентябрь</b>	39
<b>Верба</b>	39
<b>Маслина</b>	40
<b>Октябрь</b>	41
<b>Жасмин</b>	41
<b>Ноябрь</b>	42
<b>Декабрь</b>	43
<b>Граб</b>	43
<b>Бук</b>	43
<b>Инжир</b>	44
<b>Хвалебное слово осине</b>	45
<b>Раздел второй. Астрологическая фитотерапия ...</b>	<b>49</b>
<b>Водолей (20.01—19.02)</b>	50
<b>Целебные растения и травы</b>	53
<b>Яблоки</b>	54
<b>Апельсин</b>	56
<b>Василек</b>	56
<b>Сборы лекарственных растений, рекомендуемые при сердечно-сосудистых заболеваниях</b>	57
<b>Гороскоп для Водолея</b>	61
<b>Рыбы (19.02—20.03)</b>	64
<b>Целебные растения и травы</b>	67
<b>Жасмин</b>	68
<b>Бузина черная</b>	69
<b>Сирень обыкновенная</b>	69
<b>Тысячелистник</b>	69
<b>Чага или березовый гриб</b>	70
<b>Фиалка (анютины глазки)</b>	72
<b>Медуница</b>	73
<b>Жимолость</b>	73

<i>Кориандр</i> .....	73
<i>Гороскоп для Рыб</i> .....	74
<b>Овен (21.03—20.04)</b> .....	77
<i>Целебные растения и травы</i> .....	79
<i>Амарант</i> .....	80
<i>Барбарис</i> .....	81
<i>Горошек</i> .....	82
<i>Можжевельник</i> .....	83
<i>Крапива</i> .....	84
<i>Боярышник</i> .....	87
<i>Горчица</i> .....	88
<i>Иссоп</i> .....	89
<i>Мята</i> .....	90
<i>Хрен</i> .....	91
<i>Каперсы</i> .....	93
<i>Шиповник</i> .....	94
<i>Алоэ древовидное (иначе — столетник)</i> .....	96
<i>Базилик</i> .....	98
<i>Примула лекарственная (другое частое название растения — первоцвет)</i> .....	99
<i>Гороскоп для Овна</i> .....	100
<b>Телец (21.04—21.05)</b> .....	103
<i>Бобы</i> .....	106
<i>Подсолнечник</i> .....	106
<i>Гранат</i> .....	107
<i>Фасоль</i> .....	108
<i>Укроп</i> .....	109
<i>Яблоки</i> .....	110
<i>Бузина черная</i> .....	112
<i>Лопух</i> .....	113
<i>Мать-и-мачеха</i> .....	114
<i>Мята</i> .....	115
<i>Наперстянка</i> .....	116
<i>Рябина</i> .....	117
<i>Смородина черная</i> .....	117

<i>Алтей лекарственный</i> .....	119
<i>Фиалка</i> .....	119
<i>Отдельные лекарственные растения и сборы, рекомендуемые при заболеваниях органов дыхания — (один из основных недугов Тельца)</i> .....	120
<i>Гороскоп для Тельца</i> .....	126
<b>Близнецы (22.05—21.06)</b> .....	129
<i>Целебные растения и травы</i> .....	132
<i>Виноград</i> .....	133
<i>Кресс водяной</i> .....	135
<i>Валериана</i> .....	135
<i>Тмин</i> .....	136
<i>Майоран</i> .....	136
<i>Орешник (фундук)</i> .....	137
<i>Девясил</i> .....	137
<i>Лапчатка</i> .....	138
<i>Маргаритка</i> .....	139
<i>Петрушка</i> .....	139
<i>Хмель</i> .....	140
<i>Фенхель (аптечный укроп)</i> .....	141
<i>Морковь</i> .....	141
<i>Вишня</i> .....	142
<i>Гороскоп для Близнецов</i> .....	143
<b>Рак (22.06—23.07)</b> .....	145
<i>Целебные растения и травы</i> .....	148
<i>Дыня</i> .....	149
<i>Тыква</i> .....	150
<i>Капуста</i> .....	151
<i>Огурец</i> .....	152
<i>Ежевика</i> .....	153
<i>Иссоп</i> .....	154
<i>Пастернак</i> .....	154
<i>Петрушка</i> .....	155
<i>Шалфей</i> .....	156

<i>Сборы лекарственных растений, рекомендуемые при заболеваниях желудочно-кишечного тракта</i>	157
(очень актуально для Раков) .....	157
<i>Гороскоп для Рака</i> .....	164
<b>Лев (24.07—22.08)</b> .....	167
<i>Целебные растения и травы</i> .....	170
<i>Календула</i> .....	171
<i>Девясила</i> .....	171
<i>Дягиль лекарственный</i> .....	172
<i>Зверобой продырявленный</i> .....	173
<i>Горчица</i> .....	174
<i>Можжевельник</i> .....	175
<i>Розмарин</i> .....	176
<i>Ромашка</i> .....	176
<i>Ясень</i> .....	177
<i>Татарник</i> .....	178
<i>Рута душистая</i> .....	178
<i>Сборы лекарственных растений, рекомендуемых к применению при сердечно-сосудистых заболеваниях (один из самых основных недугов Льва)</i> .....	179
<i>Гороскоп для Льва</i> .....	186
<b>Дева (23.08—23.09)</b> .....	189
<i>Целебные растения и травы</i> .....	192
<i>Чабрец (тимьян ползучий)</i> .....	193
<i>Шелковица (тутовая ягода)</i> .....	194
<i>Кукуруза</i> .....	195
<i>Черника</i> .....	196
<i>Груша</i> .....	197
<i>Крупы</i> .....	197
<i>Гороскоп для Девы</i> .....	201
<b>Весы (24.09—22.10)</b> .....	204
<i>Целебные растения и травы</i> .....	207
<i>Бузина черная</i> .....	208
<i>Сельдерей</i> .....	209
<i>Алтей лекарственный</i> .....	211

<i>Лопух</i> .....	211
<i>Тысячелистник обыкновенный</i> .....	213
<i>Гранат</i> .....	214
<i>Сборы лекарственных растений, рекомендуемые при болезнях почек и мочевыводящих путей</i> .....	215
<i>Гороскоп для Весов</i> .....	217
<b>Скорпион (23.10—22.11)</b> .....	220
<i>Целебные растения и травы</i> .....	224
<i>Календула</i> .....	225
<i>Облепиха</i> .....	227
<i>Чистотел</i> .....	229
<i>Шиповник</i> .....	230
<i>Народные рецепты для Скорпиона</i> .....	230
<i>Гороскоп для Скорпиона</i> .....	236
<b>Стрелец (23.11—22.12)</b> .....	239
<i>Целебные растения и травы</i> .....	243
<i>Кукуруза</i> .....	244
<i>Анис</i> .....	245
<i>Дурман обыкновенный</i> .....	246
<i>Цикорий</i> .....	247
<i>Клубника (лесная земляника)</i> .....	248
<i>Медуница</i> .....	249
<i>Одуванчик</i> .....	250
<i>Буквица лекарственная</i> .....	251
<i>Лапчатка прямостоячая</i> .....	252
<i>Бурачник (огуречная трава)</i> .....	253
<i>Гороскоп для Стрельца</i> .....	254
<b>Козерог (23.12—19.01)</b> .....	257
<i>Целебные растения и травы</i> .....	261
<i>Лук и его разновидности</i> .....	262
<i>Белена черная</i> .....	267
<i>Василек синий</i> .....	267
<i>Терн</i> .....	268
<i>Свекла</i> .....	269
<i>Шпинат</i> .....	269

<i>Хвойные (ель, сосна и другие)</i> .....	270
<i>Пастернак</i> .....	271
<i>Пастушья сумка</i> .....	273
<i>Сельдерей</i> .....	274
<i>Спорыш (горец птичий)</i> .....	275
<i>Сборы лекарственных трав для лечения кожных болезней</i> .....	277
<i>Гороскоп для Козерога</i> .....	282
<b>Раздел третий. Биоэнергетика природы .....</b>	<b>285</b>
<i>Деревья-доноры по шкале убывания биоэнергетического потенциала</i> .....	286
<i>Биоэнергетика цвета и знак Зодиака</i> .....	287
<i>Связь растений с планетами</i> .....	288
<i>Солнце</i> .....	289
<i>Луна</i> .....	289
<i>Меркурий</i> .....	289
<i>Венера</i> .....	290
<i>Марс</i> .....	290
<i>Юпитер</i> .....	290
<i>Сатурн</i> .....	290
<i>Камни Зодиака</i> .....	291
<i>Овен</i> .....	291
<i>Телец</i> .....	292
<i>Близнецы</i> .....	293
<i>Рак</i> .....	294
<i>Лев</i> .....	295
<i>Дева</i> .....	296
<i>Весы</i> .....	297
<i>Скорпион</i> .....	297
<i>Стрелец</i> .....	298
<i>Козерог</i> .....	300
<i>Водолей</i> .....	302
<i>Рыбы</i> .....	303

## *Раздел четвертый. Народные рецепты*

<i>здоровья .....</i>	305
<b>Мужские имена .....</b>	<b>306</b>
<i>Александр .....</i>	306
<i>Алексей .....</i>	306
<i>Анатолий .....</i>	307
<i>Андрей .....</i>	307
<i>Антон .....</i>	308
<i>Аркадий .....</i>	309
<i>Артем .....</i>	309
<i>Артур .....</i>	310
<i>Борис .....</i>	310
<i>Вадим .....</i>	311
<i>Валентин .....</i>	311
<i>Валерий .....</i>	311
<i>Василий .....</i>	312
<i>Виктор .....</i>	312
<i>Виталий .....</i>	312
<i>Владимир .....</i>	313
<i>Владислав .....</i>	313
<i>Вячеслав .....</i>	314
<i>Геннадий .....</i>	314
<i>Георгий .....</i>	314
<i>Глеб .....</i>	315
<i>Григорий .....</i>	315
<i>Даниил .....</i>	316
<i>Денис .....</i>	316
<i>Дмитрий .....</i>	316
<i>Евгений .....</i>	317
<i>Егор .....</i>	317
<i>Иван .....</i>	317
<i>Игорь .....</i>	318
<i>Илья .....</i>	318
<i>Иннокентий .....</i>	318
<i>Кирилл .....</i>	319

<i>Константин</i>	319
<i>Леонид</i>	320
<i>Максим</i>	320
<i>Михаил</i>	320
<i>Никита</i>	321
<i>Николай</i>	321
<i>Олег</i>	321
<i>Павел</i>	322
<i>Петр</i>	322
<i>Роман</i>	323
<i>Руслан</i>	323
<i>Сергей</i>	324
<i>Станислав</i>	324
<i>Федор</i>	324
<i>Эдуард</i>	325
<i>Юрий</i>	325
<i>Ярослав</i>	325
<b>Женские имена</b>	326
<i>Александра</i>	326
<i>Алла</i>	326
<i>Анастасия</i>	327
<i>Анна</i>	327
<i>Валентина</i>	328
<i>Валерия</i>	328
<i>Вера</i>	328
<i>Виктория</i>	329
<i>Галина</i>	329
<i>Диана</i>	330
<i>Евгения</i>	330
<i>Екатерина</i>	330
<i>Елена</i>	331
<i>Жанна</i>	331
<i>Зоя</i>	331
<i>Инна</i>	332
<i>Ирина</i>	332
<i>Кристина</i>	332

<i>Ксения (Оксана)</i> .....	333
<i>Лариса</i> .....	333
<i>Лидия</i> .....	333
<i>Любовь</i> .....	334
<i>Людмила</i> .....	334
<i>Маргарита</i> .....	334
<i>Марина</i> .....	335
<i>Мария</i> .....	335
<i>Надежда</i> .....	335
<i>Наталья</i> .....	336
<i>Ольга</i> .....	336
<i>Полина</i> .....	337
<i>Светлана</i> .....	337
<b>Литература</b> .....	<b>338</b>

# **АСТРОЛОГИЧЕСКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ**

**Редакционно-издательские работы С. Шаповалов  
Художественный редактор М. Суворова  
Корректор Н. Смирнова**

**Издательство «Наука-Пресс»  
344006, г. Ростов-на-Дону, ул. Пушкинская, 160  
e-mail:nauka-p@rambler.ru**

**ООО «Издательство «Эксмо»  
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел.: 411-68-86, 956-39-21.  
Home page: [www.eksмо.ru](http://www.eksмо.ru) E-mail: [info@eksмо.ru](mailto:info@eksмо.ru)**

**Оптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:  
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,  
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.  
E-mail: [reception@eksмо-sale.ru](mailto:reception@eksмо-sale.ru)**

**Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:**  
**В Санкт-Петербурге:** ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.  
Тел. отдела реализации (812) 265-44-80/81/82.  
**В Нижнем Новгороде:** ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.  
Тел. (8312) 72-36-70.  
**В Казани:** ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (8435) 70-40-45/46.  
**В Самаре:** ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литер «Е». Тел. (846) 269-66-70.  
**В Екатеринбурге:** ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а.  
Тел. (343) 378-49-45.  
**В Киеве:** ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52.  
**Во Львове:** Торговое Представительство ООО ДЦ «Эксмо-Украина»,  
ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19.

**Подписано в печать 20.04.2006. Формат 60×90  $\frac{1}{32}$ .  
Гарнитура «Ньютон». Печать офсетная. Бумага тип. Усл. печ. л. 11,0.**

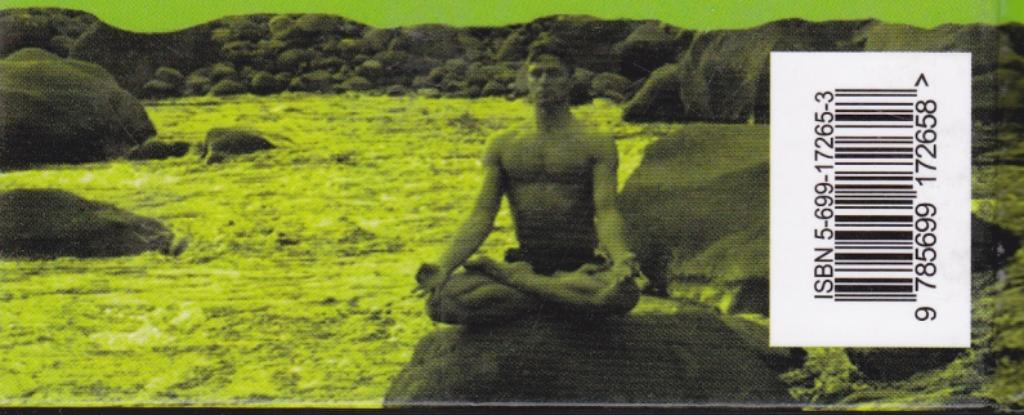
**Тираж 5000 экз. Заказ №2546.**

**Отпечатано в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати»  
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14**



Фитотерапия приобретает все большую популярность, и это неудивительно: результаты лечения травами очень высоки из-за отсутствия побочных эффектов.

В книге вы найдете информацию о том, какие травы и деревья подходят тому или иному знаку Зодиака, и много других полезных сведений. А использование целебных растений с учетом астрологических рекомендаций поможет вам значительно увеличить эффективность лечения.



ISBN 5-699-17265-3  
9 785699 172658