

**Бердышев Г. Д., Варнавский И. Н.**

### **ДОСТИЖЕНИЯ СОВРЕМЕННОЙ АКВАТЕРАПИИ**

Рассмотрены принципы и методы акватерапии для лечения или улучшения здоровья человека. Описаны методы использования воды с пониженным содержанием дейтерия и трития. Описаны способы применения талой воды и ее целебное действие.

*Ключевые слова:* физика воды, структура воды, акватерапия, здоровье человека, дейтерий, тритий, аквабиотика, память воды.

Акватерапия — наиболее древний способ профилактики и лечения болезней. Библия содержит примеры того, как в древности водой исцеляли различные заболевания и как Иисус Христос сравнивал веру в его учение с «водой живой». В главе 5 Евангелия от Иоанна описывается, как в Иерусалиме в купальне у Овечьих ворот водой излечивались многие больные. «3. В них лежало великое множество больных, слепых, хромых, иссохших, ожидающих движения воды. 4. Ибо Ангел Господень по временам сходил в купальню и возмущал воду, и кто первый входил в нее по возмущению воды, тот выздоравливал, какою бы ни был одержим болезнью». Иисус тоже исцелил в купальне больного, но сделал это в субботу, за что правоверные иудеи стали преследовать его.

Почти идеальная организация жизнедеятельности такого сложного организма, как человеческий, насчитывающего многие миллиарды клеток, прежде всего связана с внутренней средой, основой которой является вода. В зависимости от своего состояния вода может быть как создателем цветущей жизни, так и ее разрушителем, могильщиком. Все зависит от ее физико-химического состава, структуры и биологических свойств.

Необходимо подчеркнуть, что вода в молодом растущем организме одна, в старом увядающем — другая, в больном — третья. Поэтому, несомненно, верно утверждение: «какая вода внутри нас, таков и наш биологический возраст, таково наше здоровье, наша трудоспособность».

Учеными Международной ассоциации «Вода и здоровье» (Г. Д. Бердышев и другие) открыта универсальная система водно-структурной регуляции жизненными процессами. Основываясь на этом открытии, ученые Украины, объединенные в международную ассоциацию «Вода и здоровье», впервые в мире установили, что если питьевую воду сначала очистить, а затем придать ей особые биологические свойства, то такая вода может не только оздоравливать, но и лечить организм человека в целом.

Сегодня почти во всем мире природная вода в ее натуральном виде непригодна для питья, более того — она опасна. По данным ВОЗ, более 80% всех заболеваний людей связаны с употреблением загрязненной питьевой воды.

Однако если водопроводную воду после ее хлорной обработки очистить по биотехнологии, разработанной нами (Г. Д. Бердышев и другие), пропустить ее через комплекс минералов, как в природе, то вода становится целебной, способной излечивать многие заболевания, стимулировать и омолаживать ослабленный организм. Хотя ученые еще не разгадали тайну «алмазной» воды тибетских целителей, излечивающей некоторые формы рака, можно вполне обоснованно утверждать, что эра водной медицины уже наступила. Медицина в широком объеме использует лечебно-профилактические свойства природной воды. Кроме известных работ П. Кнейпа, А. Залманова, М. Платена и других врачей, создавших свои системы водолечения, только в 1996-2004 годах вышло более восьми книг по акватерапии [1-5]. В 1997 году вышли книги [6-9].

Сбывается мечта Гиппократова о том, чтобы главными лекарствами стали вода и пища.

Лечение водой (акватерапия) — мощный метод природного лечения. Формы акватера-

пии многообразны: это различные виды бальнеотерапии (ванны, душ, бани, гидромассаж, водные обертывания и др.), гидроаэронизация, водотермоингаляция, закаливание при помощи воды, использование омагниченной воды, минеральных, радоновых и электролизных вод и т. д. и т. п.

Особенно перспективны те виды акватерапии, которые связаны с употреблением целебной питьевой воды. В данной статье описано лечебно-профилактическое использование целебной питьевой воды, биотехнология которой разработана учеными Международной ассоциации «Вода и здоровье» в Киеве и Москве.

Оригинальность биотехнологии получения целебных вод из установок серии «Криничка», «Надия», «Крыжинка» подтверждена соответствующими патентами Украины и России.

Мы используем только целебную воду, полученную из установок серии «Криничка» и «Крыжинка». Вода из серии «Надия» пока труднодоступна для широкого употребления, она применяется только в лабораторных исследованиях на экспериментальных животных под названием «Реликтовая вода», так как она в природе сохранилась только в качестве реликта во льдах Антарктики. Вода, приготовленная из реликтового антарктического льда, привозимого на самолетах в Москву, поддерживала силы дряхлеющего генсека Л. И. Брежнева. Аналогичная реликтовая вода, полученная по методу Ю. Е. Синяка, показала свои стимулирующие свойства в обширных экспериментах на перепелах, растениях и других живых организмах.

Разрабатываемая концепция профилактики и лечения ряда хронических, инфекционных лучевых и даже запущенных онкологических заболеваний основана на оптимизации системы водно-структурной регуляции жизненных процессов в организме человека. В этом залог улучшения работы эндокринной, иммунной и других систем человеческого организма.

Новая концепция не вступает в противоречие с современной медициной. Скорее наоборот, она открывает новые горизонты и возможности для более эффективного лечения и оздоровления с применением как традиционных, так и альтернативных медицинских методов и фармакологических средств.

Наша методика акватерапии основана на использовании экологически чистых, биологически активных питьевых вод, полученных из «Кринички», «Крыжинки» и некоторых других установок: живой талой воды, реликтовой воды (многократно замороженная — размороженная с выбрасыванием сосулек льда, содержащих дейтерий и тритий и другие загрязнения).

Способы получения этих вод разработаны учеными Международной ассоциации «Вода и здоровье», в том числе и авторами настоящей статьи.

Комплексное использование данного метода акватерапии показано в качестве средства общеукрепляющего назначения людям в состоянии предболезни, ослабленным пациентам-чернобыльцам, людям с ослабленным иммунитетом, с малокровием, больным детям и старикам, а также при заболеваниях печени и желудочно-кишечного тракта, болезнях обмена веществ, сердечно-сосудистых заболеваниях и других.

В течение многолетнего опыта применения целебной воды, лечебно-слабительного чая и напитка «Омолаживающий» противопоказаний не установлено.

#### *Приготовление целебной питьевой воды.*

Целебную воду из «Кринички», «Крыжинки» и других, (сокращенно ЦВ), получают, пропуская водопроводную воду или воду из скважины через эти установки согласно инструкции. Производительность, например, установки ВИН-10 «Криничка» 20-25 литров в час, т. е. наполнение литровой банки должно производиться за 2,5-3,0 минуты. Производительность бытовых фильтров «Роса-плюс» 60 л/ч, а промышленных (коллективных) — 300-500 л/ч. Реликтовую воду из «Надии» получают централизованно, по мере необходимости. Реликтовая вода содержит на 10% меньше дейтерия и трития, чем обыкновенная водопроводная вода и готовится на установке типа «Надия» или специальным лабораторным методом (10-кратное замораживание — размораживание с выбрасыванием сосульки, обогащенной дейтерием и тритием). Для санаторных условий достаточно иметь живую талую воду, где содержание дейтерия и трития снижено на 5%. Приведем описание методов получения ЖТВ.

*Методы приготовления живой талой воды (ЖТВ).*

ЖТВ — очищенная от вредных загрязнений, структурированная вода с пониженным содержанием вредного дейтерия ( $D_2O$ ). Это сильный антиоксидант, она гасит свободные радикалы, снижает скорость возникновения мутаций, оказывает омолаживающее действие. Ее готовят следующим образом:

Воду из-под крана пропускают через бытовой фильтр, предварительно промытый в дистиллированной воде. Затем 5-6 литров этой воды кипятят в стеклянной или эмалированной посуде (колба, кастрюля и т. д.). После этого воду резко охлаждают в холодильнике на  $20-30^{\circ}C$ , разливают в стеклянные стаканы или фарфоровые кружки и замораживают в холодильнике. Перед употреблением воду оттаивают до образования сосульки величиной с куриное яйцо (если кружка) или грецкий орех (если стакан). В сосулке скапливаются все загрязняющие воду соединения, в том числе дейтерий и тритий. Сосульки выбрасывают ложкой. Воду сливают, накапливая ее для употребления.

Известен и другой наш метод приготовления ЖТВ. Берется одно-двухлитровая пластмассовая бутылка из-под продажной воды, заливается не до конца водой из-под бытового фильтра или из-под крана, помещается в морозильник, замораживается. По краям бутылки лед прозрачный (это чистая вода), в центре замерзает серо-желтая вода. Бутылка ставится на оттаивание. В первую очередь растаивает чистый периферийный лед. Чистую воду сливают, грязную — выбрасывают. После этого бутылку ополаскивают водой и снова используют для приготовления ЖТВ.

Приведем еще один способ приготовления ЖТВ. В большую эмалированную кастрюлю наливают воду, ставят в морозильник (или на балкон зимой) и ловят момент, когда по стенкам кастрюли образуется тонкий ледок (замерзает дейтерированная вода). После этого воду переливают в другую кастрюлю, а тонкий ледок из первой выбрасывают. Воду из второй кастрюли замораживают до того момента, пока в центре кастрюли не образуется объем незамерзшей воды. В данной незамерзшей воде содержится вся грязь, все вредные соединения, которые и повышают температуру замерзания воды. Ее сливают, а чистую замерзшую воду растаивают и используют.

Мы подробно изучили медико-биологические свойства питьевой воды из «Кринички» и «Крыжинки», выполненные Центральной санэпидемстанцией Минздрава Украины и многими другими учреждениями, показали высокую эффективность очистки воды от взвешенных и гуминовых веществ, достигающую 90-97%, а также от тяжелых металлов, пестицидов, хлорорганики и других вредных веществ.

Впервые в экспериментах на животных установлено, что целебная вода из этих установок обладает противоопухолевым и антималярийным эффектом. Длительное использование этой воды позволит создать в больном организме противоопухолевую диспозицию, повысить его защитные функции против многих заболеваний (данные получены в Институте экспериментальной патологии, онкологии и радиологии им. Кавецкого НАН Украины).

Клинические и лабораторные испытания экологически чистой воды из указанных установок подтверждают ее благотворное влияние на здоровье детей, взрослых и пожилых людей в плане чистки организма и укрепления его защитных функций.

Эти и другие данные, не приведенные здесь, свидетельствуют об целебных свойствах воды из «Кринички», «Крыжинки», «Веги», «Надии».

Опишем приготовление лечебно-слабительного чая. Для приготовления из ЖТВ или ЦВ чая воду кипятят в эмалированном чайнике до  $90-95^{\circ}C$  (появляются мелкие пузырьки). Вода в этом случае сохраняет свою структуру, является целебной. В чайник помещается черный или (лучше) зеленый чай, лекарственные травы (по рекомендации врача), помещивается березовой палочкой. Настаивается 10-15 минут, процеживается через ситечко или двойной слой марли. Чай пьют с медом или медово-пыльцовой смесью, по желанию добавляются сливки.

Лечебно-слабительный чай (ЛСЧ) готовят на ЖТВ или ЦВ. В расчете на литр воды берут одну столовую ложку чистотела (его можно заменить на крапиву или одуванчик в

том же количестве), по одной чайной ложке шалфея и измельченного корня солодки, 1-2 чайные ложки прессованного листа сенны или коры крушины (количество слабительного определяют с учетом особенности каждого организма). Смесь заливают ЦВ, ставят на огонь и доводят до кипения (90-95<sup>0</sup>С), затем нагрев отключают и в раствор засыпают 1-2 чайные ложки чая (желательно индийского или цейлонского), настаивают 4-5 минут, слегка перемешивают. Можно в чай добавить 5-10 г сливок (английский вариант). Все перемешивают, процеживают и ЛСЧ готов.

ЛСЧ обладает четко выраженным мягким слабительным действием и свойством глубокой очистки желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря и почек. Благоприятно влияет на центральную нервную систему, улучшает общий тонус организма.

#### *Приготовление напитка «Омолаживающий».*

Основная идея приготовления напитка с получением максимальных его лечебных качеств состоит в том, чтобы ЦВ как можно быстрее соединить с размельченной тканью (клетчаткой) овощей и фруктов. В идеале дробление плодов необходимо проводить непосредственно в ЦВ. Однако такая возможность пока не реализована. Поэтому наиболее доступно следующее: в стеклянную или эмалированную емкость наливают нужное количество ЦВ. Сверху на край емкости кладут деревянную опору, на которой удерживают терку.

Измельченная клетчатка овощей и фруктов как можно скорее должна попасть в прокипяченную ЦВ для максимальной аккумуляции водой освободившейся «живой энергии», микроэлементов и витаминов в активном состоянии. Затем в емкость заливают сливки, 2-3% от объема раствора. Смесь нагревают, слегка перемешивая деревянной ложечкой или березовой палочкой, затем отжимают через марлю. Жмых можно использовать как энтеросорбент, а полученный разбавленный коктейль, названный напитком «Омолаживающий», используют для питья или для лечебной клизмы.

Из расчета на 1 литр ЦВ берут 150-200 г моркови, 50-70 г очищенного картофеля, 20-30 г столовой красной свеклы. Это основные компоненты напитка. Кроме того, дополнительно можно использовать корень петрушки — до 70 г, корень сельдерея — до 80 г, спелое, не кислое яблоко — до 100 г и другие фрукты, плюс 50-100 мл сливок или козьего молока, а также размельченные семена абрикоса, вишни (1-2 г на литр).

Свойства напитка «Омолаживающий» — уникальны. Физике биологических структур не так давно стало известно, что на поверхности живых клеток и биомолекул в организме обыкновенная вода превращается в воду необыкновенную: молекулы воды приобретают структурно-ориентированную упорядоченность, образуя так называемую клатратную пленку, которая представляет собой кристаллогидрат со строго ориентированными дипольными моментами молекул воды. Толщина этой кристаллогидратной пленки достигает 4-10 молекул воды, то есть всего 12-16 ангстрем. Если удалить с поверхности живой клетки (мембраны) кристаллогидратный слой, то она погибает. Таинственный механизм жизни миллиардов клеток, составляющих цельный организм, обусловлен свойствами этих высокоорганизованных клатратных клеток. И чем толще слой и прочнее клатратный слой воды на поверхностных мембранах клеток, тем более благоприятны и стабильны термодинамические и биологические условия жизнедеятельности отдельной живой клетки и долголетия всего организма.

Теперь ясно, почему разорванная и измельченная ткань плодов и фруктов должна немедленно соединиться с ЦВ. В нашем случае ЦВ на поверхности живых структур клетчатки и вблизи их претерпевает структурное упорядочение. Благодаря такому специфическому взаимодействию ЦВ и разорванной ткани овощей и плодов напиток «Омолаживающий» приобретает особые целебные свойства, так как содержит витамины и микроэлементы, его вода в активном состоянии обладает почти идеальной структурой и высоким биоэнергетическим потенциалом.

Полезен этот напиток всем, особенно детям, беременным женщинам и пожилым людям. При систематическом использовании целебной воды, лечебно-слабительного чая и напитка «Омолаживающий», помимо общего улучшения самочувствия, у пожилых людей возвращаются ранее утраченные или ослабленные функции организма. В том числе сон, память, потенция,

творческая работоспособность и др., что можно интерпретировать как эффект омоложения.

Используя различные овощи и фрукты в разнообразном сочетании, можно готовить напитки с широким диапазоном вкусовых, питательных и лечебных свойств. Их необходимо употреблять во внутрь в двух вариантах: свежеприготовленный напиток пьют утром натощак и вечером перед сном, а также вводят с клизмой в толстый кишечник. Порядок лечения клизмой с напитком «Омоложивающий» следующий: в первую неделю — ежедневно, в последующие недели — через день, далее до конца лечения один — два раза в неделю по усмотрению лечащего врача. В последнем случае напиток оказывает общее оздоравливающее действие на весь организм: улучшает настроение, повышает работоспособность, особенно умственную, эффективно нормализует работу толстого кишечника, лечит кишечник, печень, поджелудочную железу, почки и ряд других органов.

#### *Приготовление и использование каш с наполнителями*

Гречневую, пшеничную, рисовую, овсяную кашу готовят на ЦВ без соли. Перед употреблением сваренную кашу смешивают с мелкоизмельченной свежеприготовленной клетчаткой моркови, яблок, абрикос, капусты, тыквы и других овощей и фруктов. Рекомендуется также жмых, полученный после приготовления напитка «Омоложивающий». Соотношение каши и наполнителя 1:1. по весу. Если необходимо, кашу умеренно подсаливают и добавляют по вкусу сливки.

Используют каши с наполнителями для очистки кишечника от шлаков, выведенных из протоков печени, желчного пузыря, поджелудочной железы, а также от накопившихся и застоявшихся отложений в кишечнике (слепая кишка, борозды толстого кишечника и др.). Образно выражаясь, каша с наполнителями играет роль «метелки» кишечника.

#### *Методика лечения ЦВ*

Основная особенность предлагаемого лечения и оздоровления человека — это гармоничное сочетание действия воды с комплексом лечебно-профилактических средств природной медицины, корректировка этих лечебных действий с учетом индивидуальных особенностей каждого пациента.

Поэтому методика лечения включает:

- коллективную и индивидуальную установку на выздоровление;
- полный переход на ЦВ в питье, питании и лечении;
- строгое соблюдение суточного приема всего комплекса лечебных процедур;
- использование лечебных средств по принципу восхождения, когда каждое последующее лечебное действие усиливает влияние предыдущего;
- строгое соблюдение правил личной гигиены;
- в период проведения лечебно-профилактических мер желательно, чтобы все пациенты придерживались оптимального распорядка дня и ночи. Поэтому все лечебные процедуры должны быть согласованы по времени.

Многолетний опыт специалистов Ассоциации по использованию данного метода показал достоверный и устойчивый эффект оздоровления и лечения организма человека при полном переходе пациентов на использование целебной воды из вышеуказанных установок, в том числе и для приготовления пищи и напитков.

Способ и методика профилактики и лечения организма человека по описанному методу рассмотрены и утверждены на Ученом Совете Киевского института экологии человека (протокол №6 от 12.07.94 г.).

Акватерапия становится мощным методом лечения не только в альтернативной, но и в официальной медицине. В США, например, доктор Ф. Батмангхелидж опубликовал ряд книг (у нас изданы его книги [10-12]), в которых он описал лечение обильным питьем воды свыше 100 болезней, начиная от гипертонии и заканчивая артритом и остеохондрозом позвоночника.

Среди нерешенных проблем акватерапии отметим неразработанность многих фундаментальных проблем ее теоретических основ в новых науках, аквабиотики и изотопики воды,

создаваемых нами. Аквабиотика — наука о роли воды в жизненных процессах, изотопика воды — наука об изотопах водорода и кислорода воды, определяющих ее физико-химические и биологические свойства. Не создана теория питьевой воды (хотя теорию целебной питьевой воды мы создали), Не ясны механизмы памяти у живой воды, получаемой из лекарственных растений, которая, по нашим данным, лечит еще более эффективно, чем экстракты, таблетки и порошки, приготовленные из этих лекарственных трав.

#### **Л и т е р а т у р а :**

1. *Слетов И. В.* Водолечение — теория и практика. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. — 320 с.
2. *Мартынова Г.* Секреты восточных славян. Донецк: Сталкер, 1996. — 384 с.
3. *Драгомирецкий Ю.* Целебные свойства воды. Донецк: Сталкер, 1996. — 350 с.
4. *Керпи Дж.* Современная магия водолечения. К.: София, 1996. — 352 с.
5. *Бердышев Г. Д.* Вода и здоровье (о SOS-медицине). — К.: Наш дім.
6. *Малахов Г. П.* «Закаливание и лечение» СПб: ИК «Комплект», 1997. — 320 с.
7. *Бердышев Г. Д., Варнавский И. Н., Чернилевский В. И.* «На пути к живой воде». К., 1997. — 96с.
8. *Бенджамин Х.* «Популярный справочник естественного лечения» часть 3 — «Водолечение», с.232-248,
9. *Бердышев Г. Д. и др.* «Талая питьевая вода, здоровье и долголетие». К.: Фитосоциоцентр, 2004. — 128 с.
10. *Батмангхелидж Ф.* «Ваше тело просит воды». — Минск: Попурри, 2004.-208 с.
11. *Батмангхелидж Ф.* «Вы не больны, у вас жажда». — Минск: Попурри, 2004. — 320 с.
12. *Батмангхелидж Ф.* «Вода для здоровья». — Минск: Попурри, 2004. —386 с.

*Статья поступила в редакцию 31.05.2005 г.*

#### *Berdyshev G. D, Varnavsky I.N.* **Achievements of contemporary aquatherapy**

Principles and methods of aquatherapy for treatment or improvement of health of the person are viewed. Methods of use of water with lowered the deuterium and tritium content are featured. Expedients of application of thawed snow and its curative activity are featured.

*Keywords:* physics of water, water structure, aquatherapy, health of the person, deuterium, tritium, aquabiotics, storage of water.