

Ахметсафин Ринат

# СЕННА МЕККАНСКАЯ

КАССИЯ  
(*cassia angustifolia*)



Издательство "Дагват"

В данной книге автор попытался систематизировать и упорядочить известные методы лечения болезней посредством сенны.

Уникальное растение, отражённое в древнеаравийской медицине как панацея от большинства заболеваний. Произрастает как вид - Узколистная Кассия (*Cassia Angustifolia*) - только в горах вокруг г. Мекки в Саудовской Аравии. Эффективна при лечении хронического запора, избыточного веса, дисбактериоза, синдроме раздраженной толстой кишки, хронических колитах, кожных заболеваниях, болезнях печени, желчного пузыря и поджелудочной железы; выводит шлаки, токсины и паразитов; прочищает весь организм омолаживая его – эффект чистой здоровой кожи, лёгкая походка и т.д. Прекрасное средство для похудения, выводит лишнюю жидкость из организма. Природное слабительное средство, на основе которого изготавливаются такие препараты как «Сенаде» и др., а также широко используется в качестве одного из компонентов в чайных сборах для похудения, противогеморроидальных сборах и пр. Растение отлично очищает кровь, регулирует моторику кишечника, улучшает обмен веществ, повышает эффективность диет.

«Кассия – укрепляет сердце, безболезненно слабит желудок... Выводит желчь, флегму; проникает вглубь суставов, вымывая межсуставные соли, причиняющие сильные боли... Эффективна при болях спины и особенно при ишиасе. Очищает кровь и организм в целом...»..

Печать офсетная. 60×90<sup>1/16</sup> Тираж 1000 экз. Издательство «Дагват». г. Ишимбай.

## От автора

Хвала и слава Всевышнему, Его мы восхваляем, молим о помощи и прощении. У Него ищем защиты от зла в наших душах и от наших скверных деяний. Кого наставит Всевышний на путь прямой, того никто не сможет отвратить от него, а кого лишит этой милости — того никто не в силах будет наставить на стезю прямую.

Свидетельствую, что поклонения достоин только Аллах, и что Мухаммад — раб и посланник Его.

Далее. Кассия — род растений, который, к сожалению, неизвестен многим из нас. И настанет ли день, когда человек, каждый человек, познает глубину его полезных свойств, способных не только оградить, но и успешно лечить многие заболевания, которым страдает всё человечество в целом. Иными словами, грянет ли день, когда человек проникнется величием слов посланника Господа (да благословит его Всевышний и приветствует!), сказавшего: ***«Если бы было, что избавило бы вас от смерти, то непременно им оказалась бы кассия».***

В этой небольшой по объёму книге я попытаюсь раскрыть научный и медицинский потенциал значимости этих благословенных слов, сошедших с уст пророка, хоть и выраженных в нескольких словах, но играющих огромную и наиважнейшую роль в здоровой жизни человека, поражающих своей глубокой проникновенностью и широтой содержания.

## Введение

Данную книгу, пожалуй, следует начать с вопроса о том, что такое болезнь и как его определяют учёные? На этот вопрос в XVII в. ответил английский врач Томас Сиденгам, прозванный «английским Гиппократом», который рассматривал болезнь как «попытку природы восстановить здоровье организма путём устранения вещества, её вызвавшего»<sup>1</sup>.

Значит ли сказанное, что медицина — это лечение заболеваний посредством химически полученных лекарственных препаратов? И может ли случиться так, что большинство опасных заболеваний, различных по степени тяжести и потенциальной угрозы, как для жизни, здоровья самого пациента, так и для окружающих, может быть обусловлено одной главной причиной?

---

<sup>1</sup> Сиденгам Томас (1624—1689), английский врач, один из основоположников клинической медицины. Учился в Оксфорде и Монпелье. Практиковал в Лондоне. Доктор медицины (1676). Дал первое классическое описание скарлатины, хореи, подагры и ряда других болезней как определённых нозологических форм. Пропагандировал лечение малярии хинной корой. Сиденгам равно отрицал и наследие схоластической средневековой медицины, и догматические системы ятрофизики и ятрохимии, рассматривал болезнь как процесс, как «усилие природы восстановить здоровье путём удаления внедрившегося болезнетворного начала» и стремился познать целительные возможности организма больного (к которым отнёс, в частности, лихорадку), что дало основание называть его «английским Гиппократом». Разработанная Сиденгамом система практической медицины, основанная на наблюдении у постели больного, оказала серьёзное влияние на многих врачей 2-й половины 17 и 18 вв.: Г. Бургаве, Дж. Локка, основоположника нефрологии английского врача Р. Брайта и др. (Большая советская энциклопедия)

На последние поставленные два вопроса нам ответит группа выдающихся специалистов в области медицинской практики, — люди с мировым именем, чьи ответы будут сопровождать многочисленные результаты современных научно-медицинских исследований.

Итак, Чарльз Майо, один из самых известных медиков США, пишет: «Мы верим, что наиглавнейшей задачей врачей является показать здоровым способы предупреждения заболеваний. Лечение же самой болезни стоит уровнем ниже». Он также пишет: «Естественное лечение болезней не содержится в упаковках от лекарств, но правильное питание — есть залог их естественного лечения»<sup>2</sup>. «Роль продуктов питания, — пишет Хассан Ну'ман в своей книге «Альтернативная медицина», — как способ и метод лечения заболеваний перестала быть значимой с упрочением современной медицины в недалёком прошлом на поприще врачевания. Польза же от применения натуральных продуктов была напрочь позабыта, ибо люди стали больше полагаться на упаковку с лекарством». Обращают на себя внимание и слова заведующего Институтом питания при Колумбийском университете доктора Мирона Диник: «Медицинские факультеты в Америке не предоставляют своим учащимся, начинающим медикам, даже базовые принципы лечения натуральными продуктами питания. В действительности, шесть основных причин ранней смерти в США относятся к факторам так или иначе связанным с питанием. Это — сердечные заболевания, рак, тромбоз, диабет, сужение кровеносных сосудов и воспаление печени». Он также пишет: «Большинство факультетов в США не придерживается, с теоретической стороны, так называемой профилактической

---

<sup>2</sup> См. книгу Валида ар-Руми «Новейшие медицинские исследования»

медицины в той мере, в какой они уделяют внимание диагностированию и лечению заболеваний. Краеугольным камнем в профилактической медицине является правильное питание, а вовсе не фармацевтика или хирургия. Точно так же как само понятие профилактика заболеваний заключает, что ключевую роль в этом должен играть сам пациент, а не врач». И в заключении, доктор М. Диник в недоумении вопрошает, чем объясняется столь упорная настойчивость здравоохранительных организаций в нежелании замечать те остро насущные вопросы, решением которых они, по сути, должны заниматься.

В свете вышеперечисленного становится предельно ясно, что причиной большинства заболеваний, — как физических, так и психических, — служит отсутствие правильного режима питания, что в итоге приводит к постепенному накоплению и отложению пищевых остатков на стенках кишечника на протяжении от нескольких месяцев до нескольких лет. В свою очередь, это ведёт к созреванию питательной среды для различных микроорганизмов, разрушающим образом сказывающихся на состоянии основных внутренних органов, таких как: печень, почки, сердце и т. п. «Считается, что ободочная кишка, — пишет доктор Елена А., — среди всех остальных жизненно важных органов тела страдает от неправильного питания. Ибо, естественная функция ободочной кишки заключается в том, что она работает как некий аппарат, призванный мягко удалять и выводить из организма шлаки. Однако вместо этого происходит закупоривание этими ядовитыми для организма шлаками, скапливающимися постепенно в течение многих лет».

## **Причины, провоцирующие отложение шлаков в ободочной кишке**

Когда пища, вредная для организма, — продолжает доктор Елена А., — попадает в желудок, от него тут же начинают поступать импульсы, стимулирующие организм выделить слизистый секрет, который предохранит ободочную кишку. Слизь, покрывая зону, в которой происходит всасывание ряда питательных веществ и воды, предотвращает тем самым абсорбцию вредных компонентов, после чего слизь, выполнив свою функцию, выводится из организма вместе со шлаками. Этот процесс, однако, повторяясь по несколько раз в месяц, часто приводит к постепенному накоплению слизи, которая не успевает выводиться организмом; в более тяжёлых случаях слизь формирует отвердевший слой, нарост, иначе — полипы. Полипы имеют различные размеры: от маленького бугорка до 3—4 см в диаметре, вызывающие сильные болезненные ощущения.

Для снижения фактора риска поражённой кишки следует улучшить свою диету и устранить шлаки, скопившиеся в пищеварительном тракте и кишечнике.

Возможно, кто-то из читателей заметит, что мною в третьей части книги «Кровопускание» были процитированы мнения многих врачей об ответственности крови за большинство болезней по той простой причине, что кровь транспортируется ко всем органам тела, проникая к каждой клетке организма, переноса с собой вместе с полезными элементами и вредные.

Между сказанным выше и этим нет, однако, никакого противоречия, ибо как пишет доктор Бернارد Джонсон: «Здоровое состояние крови — есть отражение здоровья желудочно-кишечного тракта. Так как кровь распространяется по всем органам тела и проходит через каждую клетку.

Соответственно, яды, которые она транспортирует по причине зашлакованности кишечника, приводит к отравлению всего организма. И для того чтобы очистить организм полностью наиболее подходящим способом следует в первую очередь начать с процесса тотального очищения кишечника»<sup>3</sup>. Как верно заметил доктор Джонсон Б., здоровая кровь ещё недостаточное условие, так как необходимо иметь и здоровый кишечник, который считается центром загрязнения крови и посредством которого происходит дальнейшее интоксикация организма. «Мы убеждены, — добавляет доктор Джонсон Б., — что проблемы наши берут в большинстве случаев своё начало именно в кишечнике, а не в другом органе. Здоровье всего организма, здоровье таких органов, как почки, желудок, мозг, обусловлено здоровым состоянием кишечника».

Но ещё до заключения перлов западной медицины мы руководствовались пророческими боговдохновенными словами, сказанные за много век до этого, о том, что «не наполнил человек (в *оригин*. сын Адама) сосуд хуже, чем свой желудок»<sup>4</sup>, так же как и мудростью, что «желудок — очаг всех болезней».

Пришло, наконец, время, когда лечению причин заболевания уделили столь должное внимание, а не использовавшемуся и практиковавшемуся повсеместно устранению симптомов болезни.

И вот ещё один пример, представляющий реальный случай из врачебной практики доктора Джонсона Б., наблюдавший одну из своих пациенток, которая страдала расстройством менструального цикла, постоянной головной болью и зудом в

---

<sup>3</sup> Новейшие медицинские исследования, стр. 118

<sup>4</sup> Свод хадисов имама Ахмада (№16556), ат-Тирмизи (№2303), ибн Маджа (№3340). Аль-Микдам ибн Ма'ди Кариба аль-Кинди

районе лопаток. Он пишет: «Основное внимание я сосредоточил на лечение расстройств её желудочно-кишечного тракта вместо того, чтобы направить свои усилия на лечение и устранение вышеназванных симптомов. Вероятно, вы будете удивлены, но когда мы начали прочищать её кишечник каждодневно на протяжении одного месяца, то болевые ощущения в области лопаток и головные боли прекратились, а по прошествии трёх месяцев нормализовался и менструальный цикл».

От всего сердца поздравляю доктора с его заключениями, правда, несколько запоздалыми, и от души желаю, чтобы все врачи последовали его примеру, излечивая саму болезнь, а не её симптомы. Совершенно иное дело, когда речь заходит о выдающихся врачах истории. Вот, например, что пишет об Авиценне (ибн Сина), доктор Мухаммад Камиль Хусайн: Самым лучшим доказательством их первенства в понимании и подходе к «правильному лечению», пожалуй, можно считать слова Авиценны о том, что «когда стоит выбор между [лечением] болезни и её симптомов, то мы начинаем с лечения самой болезни, кроме разве что [случая], когда превалируют симптомы, тогда мы имеем целью сами симптомы».

Описывая заболевание ободочной кишки, Авиценна и другие врачи писали, что оно представляет собой «кишечное заболевание, болезненное, при котором затруднено естественный выход испражнений<sup>5</sup>, причиной чему [служит] толстая кишка<sup>6</sup> и что сопряжено с нею»<sup>7</sup>. Провоцирует же развитие этого заболевания, по Авиценне, «часто повторяющееся несварение желудка и приём нездоровой

---

<sup>5</sup> Иначе, запор

<sup>6</sup> Colon, или *ободочная кишка*

<sup>7</sup> Канон врачебной медицины, стр. 456

пищи»<sup>8</sup>, «и всё потому, что большая часть ободочной кишки оказывается в налипших “твёрдых” шлаках, которые не высвобождаются полностью»<sup>9</sup>.

Думаю, нужно как следует запомнить сказанное Авиценной, который много раньше заключил о причинах, приводящих к столь серьёзному заболеванию, чем вся современная медицина с её ультрановыми исследованиями.

Такое же объяснение даёт доктор Айронз в одном из своих научных публикации: «Поступающая в желудок нездоровая пища<sup>10</sup> стимулирует выработку слизистой секреции, которая обволакивает внутреннюю поверхность ободочной кишки. Таким образом, когда нездоровая пища проходит через ободочную кишку, последняя бывает уже защищена слизистой оболочкой, предотвращающей абсорбцию вредных веществ.

Совершенно, однако, ясно, что эта процесс не имеет своей целью продолжаться достаточно долгое время. И если он повторяется один и более раз в месяц, ободочная кишка попадает под угрозу, приводящая в итоге к постепенному наслоению пищевых отложений, образующие твёрдые наросты<sup>11</sup> до 3/8 и 1/2 дюймов, обладающие чёрным цветом, как автомобильная шина, которые вы встречаете валяющимися на скоростных трассах.

Наполнение желудочно-кишечного тракта нездоровой, разной и часто несовместимой между собой пищей приводит

---

<sup>8</sup> Там же, стр. 455

<sup>9</sup> Там же, т. 2, стр. 463

<sup>10</sup> Например, рыба с молоком

<sup>11</sup> Твёрдые наросты, полипы, представляют реальную угрозу для здоровья, ибо не только препятствуют естественному внутрикишечному продвижению образованной массы, но и приводят в последствии к раку ободочной кишки, от которой ежегодно только в США умирает около 100 000 человек.

обычно к функциональному расстройству кишечника. Исследователи утверждают, что регулярный приём углеводов и потребность в клетчатке при диете увеличивают время, необходимое для высвобождения от шлаков в кишечнике, а также вызывают развитие ферментативных бактерий, отвечающих за процесс брожения в нём. Печень, в свою очередь, тоже подвергается различным воспалительным процессам и внутреннему перенапряжению, пытающаяся переработать сильно увеличившиеся в количестве протеины животного происхождения, жиры и т.п. Помимо этого, значительно увеличивается в размерах поджелудочная железа, достигая ненормальных размеров по причине возросшей потребности в выделении ферментов и гормонов для переработки пищи их лишенных. Иначе, именно клейкие вещества являются фактором причины интоксикации крови, ибо, когда желудочно-кишечный тракт насыщается ядами, он становится неспособным выполнять свои функции.

Очищение всего желудочно-кишечного тракта устраняет причину интоксикации, приводит к их смягчению и легкому высвобождению, нормализует естественную работу органов, участвующих в процессе перерабатывания пищи, что отражается на общем улучшении состояния крови».

Резюмируя сказанное выше, приходим к следующему:

Причиной и фактором заболеваний служит нездоровая пища, несовместимая между отдельными её компонентами. Добавьте к этому, приём пищи на сытый желудок, часто и в больших количествах. Что, в общем, приводит к зашлакованности кишечника, ведущее, в свою очередь, к сужению прохода в самом кишечнике и ободочной кишке и дальнейшему запору. Сама по себе зашлакованность служит благоприятным условием для развития множества бактерий, паразитов, а возможно и вирусов, ухудшающая картину крови и отравляя её. Кровь разносит все эти токсические вещества по всему организму,

проходя через каждый орган и проникая в каждую клетку. Так кишечная среда играет первостепенную роль в формировании большинства болезней. Иными словами, медицина — древняя, современная и альтернативная — в один голос заявляют о крайней необходимости оградить желудочно-кишечный тракт от шлаков, чтобы организм мог вернуть себе своё здоровье, жизненную силу и активность.

Доктор Елена, после того, как она объяснила роль крови в транспортировании кислорода и питательных элементов к клеткам организма, пишет: «Плохое питание приводит к снижению общей сопротивляемости организма в гораздо большей степени, чем мы думаем, приводящее от интоксикации крови к хроническому заболеванию, которая даёт возможность инфекциям поражать незащищённые органы». Далее она пишет: «Кровь и ткани способны аккумулировать токсины (отравляющие вещества), которые разрушают исподволь жизненно важные функции нашего организма. И если не избавиться от этих токсинов соответствующим образом, то их аккумуляция приведёт к тяжелейшим последствиям, вплоть до того, что организм будет не способен выдерживать нагрузку больше этого, и в результате — атрофия, когда медицина бессильна выполнять свои функции, теряет контроль над состоянием больного, заключающегося в развитии раковых опухолей, гипертонии, почечной недостаточности, инсульта, бронхита, ишемии, ревматизма и других заболеваний, часто заканчивающихся летальным исходом больного». Следовательно, продолжает доктор Елена, важно понимать, что неправильное смешение (иначе, смешение несовместимых между собой) пищевых продуктов приводит к интоксикации организма, несмотря на то, что продукты являются натуральными. Пища, как таковая, становится бесполезной, трудно перевариваемой, если при этом не заботится о правилах.

Несколько моментов, упоминание о которых встречается в её

исследовании, мы вкратце приводим следующее:

- Чрезмерное потребление любой пищи приводит к тяжёлым последствиям, таких как...
- Свежие натуральные продукты, содержащие полный комплекс необходимых элементов, могут потерять свои полезные качества, если, употребляя их, смешивать в несовместимую консистенцию.
- Чрезмерное потребление мяса домашних животных и морепродуктов является вредной, нездоровой диетой, которое ведёт к многочисленному ряду заболеваний, проявляющихся с возрастом.
- Употребляя пищу, следует тщательно её пережёвывать, в особенности это касается пищи, содержащая в своём составе углевод, которая расщепляется ферментами, находящимися в слюне.

## **Причины газообразования**

Здесь возникает вопрос. Что служит причиной газообразования, стесняющая многих людей? Книги по медицине рассказывают нам об этапах прохождения пищи, её переваривании в желудке, затем в кишечнике, и последнем этапе — в ободочной кишке, где пища подвергается дальнейшему расщеплению и всасыванию. Об этом последнем этапе доктор Елена пишет: «Процесс переваривания пищи проходит через механическую (перистальтические сокращения кишечника) и химическую стадии. Химический процесс протекает благодаря наличию в толстом кишечнике особого рода ферментативных бактерий, воздействующих на отходы крахмала, целлюлозы и протеинов. На данном этапе всё ещё происходит абсорбция жидкости и электролитов, из поступающего содержимого, и формирование консистенции и

объёма каловых масс из не переваренных остатков пищи, которая высвобождается путём дефекации, контролируемая мышцами наружного и внутреннего сфинктеров. Вовремя не высвобожденная каловая масса и является причиной газообразования».

## **Несовместимая пища**

Опасность для здоровья кроется в смешении не совместимых между собой продуктов питания, которая часто становится причиной неполного высвобождения кишечника от каловых масс. Вот простые примеры.

**Смешение фруктов с крахмалосодержащими продуктами.** Доктор Елена пишет: Фруктоза, которая содержится во фруктах, не требует длительного процесса переваривания в желудке, где она почти полностью расщепляется. Обработка крахмала начинается уже во рту слюнной секрецией, благодаря ферменту птиалину, который катализирует его гидролиз и превращает в промежуточный продукт мальтозу. Некоторое время мальтоза находится ещё в желудке, прежде чем будет расщеплен в кишечнике. Амилаз — фермент, вырабатываемый поджелудочной железой, превращает далее мальтозу в глюкозу до того, как произойдёт её абсорбция в кровь.

Однако употребление фруктов вместе с крахмалосодержащими продуктами приводит к следующему: кислота, которая содержится во фруктах, разрушает фермент птиалин, и тем самым блокирует его катализирующее воздействие на гидролиз крахмала. Теперь, вместо того, чтобы продвинуться дальше в кишечник, фруктовая масса залёживается в желудке наряду с крахмалом. А благодаря температурной и кислотно-щелочной среде желудка простейший сахар фруктов подвергается процессу брожения, который продолжается и в кишечнике. Несмотря на присутствие

фермента амилаза, только небольшой процент крахмала будет превращён в глюкозу, оставшаяся же часть будет продолжать подвергаться брожению в ободочной кишке.

Процесс брожения (ферментации) приводит к:

- вздутию и излишнему газообразованию;
- тяжести в животе;
- воспалению кишечника;
- разрушению натуральных витаминов, содержащихся во фруктах;
- запору;
- токсическому содержанию шлаков, вызывающих застой в крови.

**Смешение фруктов с протеиносодержащими продуктами (мясо).** Мы продолжаем приводить слова доктора Елены, которая поясняет, к чему может привести смешение фруктов и протеиносодержащими продуктами. Она пишет: Первая стадия обработки, которой подвергается протеин — желудок, где он расщепляется за счёт фермента желудочного сока пепсина. Кислота, которая выделяется с момента попадания пищи в ротовую полость, приостанавливает производство пепсина. В отсутствие фермента пепсина протеины не могут быть переварены нужным образом, и попадают в таком *сыром* виде в толстый кишечник, чем стимулирует формирование токсических масс, от которых организм пытается освободиться.

## **Связь токсинов с распространёнными заболеваниями**

Кровеносная система вбирает в себя токсины из частично переваренной и подвергшейся процессу брожения пищевой массы, и в результате мы имеем:

- брожение крахмала приводит к вздутию живота;

- переваривание протеинов проходит лишь частично, остальная часть так и остаётся не переваренной;
- пищевые отходы подвергаются гниению;
- токсины, просочившиеся в кровь, вызывают головные боли, сыпь, аллергию, несварение желудка и острые колики.

Всё, о чём только что писала доктор Елена, упомянул также и доктор Хассан, хоть и в несколько сжатой форме. Он пишет: «Есть очень важный момент в приёме пищи: не употреблять пищу, несовместимую между собой за один присест. Существует очень много пищевых продуктов, которые теряют большую часть содержащихся в них полезных веществ или приводят к расстройству пищеварения и пищеварительного тракта, если принимать их вместе с другими продуктами питания. В общем случае, крахмалосодержащие продукты не совместимы с молоком, мясом, сырами и яйцами. Свежие фрукты не совместимы с мясной, рыбной, яичной и жирной пищей. Не стоит принимать указанные случаи за полный перечень не совместимых между собой пищевых продуктов, я привёл их только в виде примера»<sup>12</sup>.

## **Зашлакованность ободочной кишки и раковые заболевания**

Я не буду стараться прыгнуть выше своей головы, раз дело касается заболеваний, а отдам слово доктору Елене:

Последние исследования немецкого профессора Варатбаи относительного раковых заболеваний показывают, что здоровые клетки, находящиеся в ситуации, когда невозможен

---

<sup>12</sup> Альтернативная медицина, стр. 50

внутриклеточный обмен, подвергаются, скажем, разложению, и в последствии, мы имеем перед собой уже раковые клетки.

Формирование раковых клеток обусловлено наличием небольшой группы интоксикационных клеток или клеток с нарушенным обменом веществ, которые не в состоянии самостоятельно выводить конечные продукты обмена и получать комплекс питательных веществ извне. Таким образом, получается, что клетка в действительности *гниёт* в собственных продуктах отхода, превращаясь затем в раковую опухоль. Протекание вышеуказанного процесса идёт под влиянием следующих факторов:

- частое и постоянное потребление бедных по своему составу продуктов питания; чрезмерное употребление мясных продуктов, яиц, чистого крахмала, сахара, продуктов с пониженным содержанием ферментов и полезных элементов;
- малоподвижность, недостаток в кислороде на клеточном уровне.

Не последнюю роль играет частые чувство подавленности и неудачи в поражении кровеносной системы токсинами, как ответ на повышенное содержание в крови адреналина. И первые необходимые шаги на пути к лечению состоят в избавлении от токсинов и воспаления ободочной кишки.

Далее доктор Елена упоминает о некоторых способах очищения желудочно-кишечного тракта: Высокая концентрация органического хлора и сера, добавленные в свежую капусту, очистит желудочно-кишечный тракт от слизистой секреции, где в большинстве случаев и формируются раковые опухоли. И далее: Свежо выжатый свекольный сок считается высоко активным ингредиентом, предотвращающим интоксикацию печени и крови. В случаях поражения раковыми заболеваниями свекольный сок также способен очистить кровеносную систему в той степени, когда она способна будет избавить организм от отравления токсинами.

Она также пишет: Вещество scharide peptide — psp polysa относится к удивительно эффективным элементам, используемым для лечения раковых опухолей, так же как и элемент lingzhi прекрасно очищает кровь.

Продолжает доктор Елена уже с болезнью века — головной болью, упоминая о большинстве причинах его происхождения: Несмотря на великое разнообразие головных болей, большинство причин их вызывающие сводятся к высокому давлению в кровотоках головного мозга,— давление, которое чаще обусловлено не порядком кровеносной системы. И далее: Давление, превышающее нормальное значение и давящее на стенки кровеносных сосудов, является результатом потребления не натуральной и переваренной пищи, которое приводит к оседанию неорганических минералов и, как следствие, сужению и потере эластичности сосудов, и далее — к повышенному кровяному давлению.

## **Причины запора**

Чрезмерное потребление не натуральной и переваренной пищи,— пишет доктор Елена,— особенно, разнородная по составу пища, вызывает вздутие кишечника и далее ведёт к хроническим запорам. Переполнение ободочной кишки каловыми отходами, ставшими токсическими из-за процесса гниения, приводит к перистальтическим сокращениям кишечника и его воспалению, и в итоге, к интоксикации кровеносной системы. Поэтому крайне важно содержать ободочную кишку в чистоте.

## **Шлаковые загрязнения и бесплодие**

Доктор Елена пишет: Бесплодие — это отсутствие

репродуктивной способности мужского семени или яйцеклеток. В большей степени, бесплодие обусловлено плохим питанием и закупоркой, вызванной застоем крови или наличием токсических шлаков возле и внутри половых желез и органов. Стоит также знать, что закупорка, вызванная застоем в крови, не только тормозит жизненные функции, необходимые для нормального наступления и развития беременности, но и приводит со временем к уменьшению половых желез или к атрофии самого органа. Случается это в результате того, что токсины, вызванные наличием застоя в крови, приводят к снижению жизненного цикла сперматозоидов и яйцеклеток, что гарантированно усложняет наступление беременности или же служат причиной бесплодия. В конце концов, всё это может привести к полной нежизнеспособности сперматозоидов и яйцеклеток.

Бесплодие, в некоторых случаях, вызвано расстройством ободочной кишки, которое представляет собой дополнительное давление, оказываемое на простату у мужчин и фаллопиевы трубы у женщин, и препятствующие прохождению семенной жидкости и яйцеклеток.

В отдельных случаях было зафиксировано, что семейные пары, страдающие бесплодием, совместная супружеская жизнь которых уже продолжалась от 6 до 15 лет, неожиданно для себя обнаруживали нормализацию репродуктивной способности после прохождения курса лечения кровопусканием.

И далее она предлагает:

- кровопускание, устраняющее закупоривание маточной трубы и стимулирующее работу почек;
- сохранение в чистоте ободочной кишки и предупреждение её загрязнения каловыми шлаками потреблением лекарственных очищающих трав;
- правильное и полноценное питание.

## Ещё раз о запоре

Доктор Хассан в упоминавшейся нами книге, критикует легкомысленное отношение к возникновению запоров: «К ряду заболеваний, которые [люди] не принимают за болезнь как таковую, относится хронический запор. Человек с таким заболеванием не считает себя больным, а думает, что запор вызван скорее частным случаем его организма. На консультации же своего лечащего врача, если он решил всё-таки обратиться, получает рецепт с указанием на слабительные препараты». И далее: «Каждый из этих препаратов, хоть и отличающийся по своему фармакологическому действию от остальных, приводит к заметным улучшениям состояния больного, однако постоянное потребление этих препаратов вызывают обратное действие — вялость и дисфункцию толстой кишки, нарушающие нормальный акт дефекаций, запор».

Как вы поняли, слабительные препараты, вовсе не воздействуют на очищение кишечника от скопившихся в нём каловых масс и предотвращение дальнейшего отравления организма токсинами за счёт нормализации функциональной работы желудочно-кишечного тракта. Поэтому доктор Хассан оговаривает: «И пока каловые шлаки продолжают оставаться в кишечном тракте более чем положено продолжительное время, организм будет вбирать в себя из них токсические элементы. В виду этого, натуральная медицина уделяет особое внимание очищению организма».

Доктор Хассан далее рекомендует употреблять в качестве слабительных средств натуральные, такие как фрукты и овощи, эффективным средством считает он и голодание, правила которого он живо объясняет в книге, и даже закончил работу над переводом книги немецкого автора Лютесенера «Секреты плодотворного голодания».

Как ясно видно из совокупности вышеизложенных материалов, мнения крупных специалистов соприкасаются в двух немаловажных пунктах, а именно: важность и обязательность содержания своего организма в чистоте, в частности — ободочной кишки, для профилактики и лечения большинства заболеваний, и в особенности запора. Так, согласно заявлению Американской ассоциации здравоохранения, которое было сделано несколько лет назад, 90 % американцев страдают *загрязнением* ободочной кишки шлаками и токсинами. «Из 2200 хирургических операций,— признаётся доктор Харфи Килодж,— которые я лично проводил, мне не встретился ни один случай, когда ободочная кишка находилась в здоровом состоянии». «Единственное место,— уже иронически замечает доктор Айронз,— где можно найти здоровую ободочную кишку, это — книга по анатомии». Также согласно недавней официальной статистике, в Америке ежегодно от ракового заболевания ободочной кишки умирает порядка 100 000 человек.

Второй пункт, с которым мы, однако, не можем согласиться, заключается в соблюдении диеты, основанной на потреблении пищи растительного происхождения, в физических упражнениях и в медицинском голодании. Мы,— пишет доктор Хассан,— подразумеваем под голоданием не ритуальный аспект поста, а голодание, соблюдаемое с целью лечения, иначе — медицинское, отличающееся тем, что человек ограничивается водой, водой с потреблением небольших порции фруктовых соков или даже отдельных порций лёгких суповых бульонов.

Странно наблюдать, как даже видные врачи-мусульмане (доктор Хассан Ну'ман), отходят от безопасного ритуального голодания, поста, и близятся рассматривать только голодание медицинское, сопряжённое рядом оговорок, возможных последствий и недостаточностью его эффективности.

## Программа для очищения кишечника

Предлагаем вниманию читателей описание программы, следуя которой вы сможете очистить свой организм, кишечник от шлаковых отложений, приводимое согласно книге «Новейшие медицинские исследования». Программа состоит из шести однотипных курсов, каждый продолжительностью в 7 дней<sup>13</sup>.

В течение последующих после начала курса семи дней ничего не употреблять в пищу. Не бойтесь, что вы будете страдать от сильного голода, вы это не почувствуете, так как будете принимать прочищающее кишечник средство. Средство это представляет собой пудру, сформированную из силона, который достигает стенок ободочной кишки, смягчая и удаляя налипшие на неё шлаковые пласты. Принимать данный препарат следует пять раз в день каждые три часа в следующем виде: к одной ложке очищающего порошка добавить 10 унций<sup>14</sup> воды и небольшое количество фруктового сока. К полученной смеси добавьте также 1 или 2 ложки препарата *Бентонит* (Bentonite), изготовленного из пепла вулканического происхождения. Тщательно всё перемешайте, выпейте и запейте стаканом воды. Вместе с этим можно по желанию принимать натуральные общеукрепляющие средства,

---

<sup>13</sup> Курс, описанный чуть ниже, следует повторить в общей сложности 6 раз, с перерывом между самими курсами. Замечу, что во время прохождения всех шести курсов программы, у некоторых наблюдались испражнения, отчетливо напоминающие по форме внутренние кишки. Всё дело в том, что годами скопившиеся и налипшие на стенки кишок шлаки, переняли их специфические формы (*Прим. автора*).

<sup>14</sup> 10 унций примерно равняется 3 децилитрам (*Прим. перев.*)

например, пшеничный или ячменный соки. Также можно выбрать один из видов свежих овощей и свежий натуральный сок, которые будете употреблять в течение семидневного курса.

## Кассия

Кассия — сenna, род многолетних растений семейства бобовых, подсемейства цезальпиниевых. Цветки желтые, реже встречаются красноватые или белые. Листья сложные, парноперистые. Произрастает около 500—600 видов в умеренных и теплых поясах обоих полушарий. Лекарственное значение имеет кассия узколистная (*cassia angustifolia*), культивируемая в Аравии, остролистная (*cassia acutifolia*) — из горных областей Судана и туполистная (*cassia obovata*).

Несмотря на видовое многообразие кассии, лучшим по медицинским показателям считается кассия узколистная. Именно этот вид выделяли среди прочих и виднейшие авторы многотомных трудов, жившие столетия назад, такие, например, как ас-Султан аль-Ашраф, аль-Муаффа аль-Багдади, имам аль-Манави и др., считавшие вид узколистной кассии лучшим.

## Кассия и современная медицина

Профессор Саблер — представитель лучших мировых специалистов, в одной из своих научно-медицинских статей пишет: «Самые распространённые лекарственные препараты для лечения и профилактики запора получают из растений кассии. В ободочной кишке активные компоненты этого растения вызывают раздражение рецепторов, провоцирующих перистальтические сокращения стенок кишечника и, как следствие, нормальный акт дефекации». В своём составе кассия содержит катартиновую кислоту (антрагликозиды), что и

определяет при приёме внутрь слабительное действие на организм.

Ниже представлен список медикаментов, применяемых при лечении запора, в состав которых входит только кассия:

- Puresenid
- Sennakot

Или кассия в комплексе с другими ингредиентами:

- Aglokaх
- Synzolaх
- Mucinam
- Glisennind
- Snakes

Применение кассии для лечения и профилактики запора не противопоказано также кормящим женщинам, ибо, согласно фармацевтической энциклопедии Martinhile, она не обнаруживает себя в грудном молоке. Помимо этого, кассия не оказывает никакого влияния на зародыш в материнской утробе, благодаря отсутствию её усваиванию внутренними стенками кишечного тракта.

Извлекая основные моменты из скрупулезно написанной книги доктора Мухаммада Али аль-Барра «Лечение при помощи сенны», узнаём, что многочисленные исследования листьев и плодов кассии, неоднократно доказавшие их высокую эффективность в качестве слабительного, показали их также как средство улучшающее картину крови, противовирусный, противогрибковый и противомикробный препарат.

Мухаммад Али аль-Барр добавляет к удивительным результатам медицинских исследований, что в скором недалёком будущем будет так же доказана эффективность кассии в излечении вируса СПИДа, — лечение, которое с нетерпением ожидает человечество. Объяснение столь смелому заявлению мы находим в книге этого же автора «Извлечения из

пророческой врачевой медицины»: «Существует несколько направлений, в которых ведутся исследования по выявлению эффективности использования кассии. Например, жидкий раствор, изготовленный в Индии из особых компонентов, содержащие в своём составе два вида кассии, широко применяется для очищения крови<sup>15</sup>. Необходимо исследовать использование кассии в лечении ряда ранее упоминаемых заболеваний и заболеваний, упоминаемых в древней медицине. Известно, что кассией лечили простудные заболевания, воспаление горла, бронхит, хронические заболевания кожи, кашель, паршу, — использовали также в качестве средства, укрепляющего корни волос, желчегонного препарата, для лечения геморроя, головных болей, припадков и мигрени».

Новое направление, которому стали всё больше уделять внимание, это воздействие кассии на развитие и размножение вирусов. Существует не так уж и много препаратов, которые препятствуют развитию вирусных клеток и имеющие их относительную эффективность (например, Anamlidine, Acyclovir). Поэтому понятна такая крайняя заинтересованность врачей, ведь любой препарат, результативно борющийся с вирусными клетками, считается новой ступенью в развитии медицины.

В целом, как можно наблюдать, растения кассии показаны при многих заболеваниях, что доказывает и выделенный из листьев одного из её многочисленных видов протеиновый компонент, способный полностью, стопроцентно, подавлять развитие вирусных клеток. Вы не ошиблись, я действительно

---

<sup>15</sup> Арон Мисра, Ораклио Марсина. Конференция по исламской медицине, Кувейт, стр. 436; Ораклио Марсина. Исследования первой всемирной конференции по медицине

сказал стопроцентно, — цифра, которую заслуживает растение, упоминаемое в боговдохновенных пророческих словах.

## Кассия и древняя медицина

Не менее значимым и полезным будет познакомиться с трудами средневековых учёных, где в не меньшей степени, чем сейчас, говорится о кассии.

Муаффа аль-Багдади: «Кассия — произрастает в больших количествах в Мекке, — да возвеличит её Аллах!— благодаря чему отдают ей предпочтение своё врачи, ибо вид<sup>16</sup> этот считается лучшим из всех её видов... Укрепляет сердце, безболезненно слабит [желудок], посему врачи поместили её в список самых лучших лекарственных средств из-за высокой её значимости и многочисленной полезности. Входит в [состав] слабительных настоек, отваров, клизм, порошков... Выводит желчь, флегму, проникает вглубь суставов<sup>17</sup>, также эффективна при болях в них...»<sup>18</sup> «Помогает при меланхолии, потрескивании конечностей, мышечных спазмах, выпадении волос из-за вшей, парши, прыщей, зуд. Отваренный в масле, активно выводит флегму, эффективен при болях спины и коленных суставов, особенно при ишиасе (заболевании седалищного нерва), укрепляет сердце...»<sup>19</sup>

Дауд аль-Антакый: «...Смягчает и выводит шлаки и отходы из всего тела, освежает ум, устраняет геморрой и боли в спине, а

---

<sup>16</sup> Иначе, *cassia angustifolia*

<sup>17</sup> Иначе, вымывает межсуставные соли, причиняющие сильные боли

<sup>18</sup> См. книгу «Медицина Корана и сунны», стр. 119

<sup>19</sup> См. книгу «Сорок врачебных положений»

отваренный в уксусе — кашель, чесотку, веснушки, гной, предотвращает выпадение волос...»<sup>20</sup>

Йусуф Туркманий, автор книги «Опора...»: «Лучший [вид] — мекканский<sup>21</sup>, желчегонный, впитывается мышцами, проникает глубоко в суставы, поэтому [кассия] эффективна при артрите, ишиасе и болей в суставах, вызванные скоплением желчи и флегмы. Её отвар пьют [в количестве] от 4 до 7 дирхемов... Хорош при меланхолии, при потрескивании рук, спазмах в мышцах, облысении, при покусках лис и укусах змей, от вшей на теле, головных болях, парши, зуда, эффективен при приступах. Притом, что её употребление в виде отвара действеннее, чем в виде порошка».

Ас-Султан аль-Ашраф, автор книги «Лекарственный перечень»: «Кассия — [растение], которым лечатся, называется также *мекканской*, используя её листья. Лучшей считается [кассия] мекканская,.. гонит желчь и чёрную желчь, впитывается мышцами и проникает глубоко в суставы, посему действенен при спазмах в мышцах, хронических головных болях, также от парши, прыщей и чесотки. Её употребление в виде отвара действеннее, чем питьё её порошка».

Ибн Кайим в своей широко известной монографии «Провиант [дня] воскрешения»: «Это растение Хиджаза, лучший [вид] его мекканский. Благородное лекарство без побочных [последствий]... Гонит желчь и чёрную желчь, укрепляет сердце, что [считается] его хорошим качеством. Отличительное свойство: эффективность при меланхолии, потрескиваниях, обнаруживаемых на теле, открывает мышцы, препятствует

---

<sup>20</sup> См. книгу «Напоминание...»

<sup>21</sup> Имеется в виду кассия узколистная, произрастаемая в Аравии, что отразилось на арабоязычном названии «сана маккий» («сенна мекканская») (*Прим. перев.*)

выпадению волос, — от вшей, хронической головной боли, парши, прыщей, чесотки, припадков. Её употребление в виде отвара действеннее, чем питьё её порошка».

Виднейший учёный Аль-Азрак в своем труде «Преподнесение полезного»: «Кассия... смягчающее [средство], гонит желчь, превосходно гонит чёрную желчь, пьют [в количестве] пяти дирхемов, три дирхема — для слабых, после её толчения. Пьют [её] с использованием мёда на голодный желудок... Действенен при болях в спине, ишиасе, если [они] вызваны желчью и флегмой, укрепляет организм, устраняет меланхолию. Особенности: укрепляет сердце,.. эффективна от потрескивания на конечностях, выпадения волос, вшей, парши, зуда и др.».

Имам аз-Захаби в книге «Пророческая медицина»: «Кассия — хорошее благословенное лекарство...» В другой части книги упоминает: «Много растёт в Мекке, да возвеличит её Аллах! — Также врачи предпочитают *мекканскую*, ибо она лучшая из всех видов... Смысл слов пророка, да благословит его Аллах и приветствует!— “В ней излечение от всякой болезни” в том, что он имел в виду от большинства болезней. Кассия благородное лекарство без побочных последствий, укрепляет сердце, безболезненно слабит. Поэтому врачи помещают её во все лекарства из-за её значимости у них и многочисленной пользы. Входит в [состав] слабительных настоек, отваров, таблеток, порошков, и всё благодаря её хорошему слабительному действию. Гонит желчь, чёрную желчь, флегму, проникает глубоко в суставы, также помогает от болей в них, при меланхолии. Ибн Сина располагал её среди сердечных лекарств».

\*\*\*

Ниже я выделил болезни, которые в своё время предлагали вышеназванные авторы, учёные и врачи лечить кассией.

1) Укрепляет сердце;

- 2) безболезненное слабительное действие;
- 3) боли в суставах;
- 4) меланхолия, плохое и подавленное состояние, вызванное расстройством психики;
- 5) потрескивания на конечностях рук и ног;
- 6) мышечные спазмы;
- 7) выпадение волос, облысение;
- 8) вшивость;
- 9) парша;
- 10) прыщи;
- 11) зуд;
- 12) флегма;
- 13) боли в спине, остеохондроз;
- 14) боли в коленном суставе;
- 15) ишиас;
- 16) выводит шлаки и размягчает их;
- 17) очищает голову (имеется в виду, болезни головы в целом);
- 18) геморрой;
- 19) отвар на уксусе устраняет кашель;
- 20) отвар на уксусе устраняет веснушки;
- 21) подагра, артрит;
- 22) алопеция;
- 23) хронические головные боли;
- 24) приступы;
- 25) общеукрепляющий.

## **Лекарственные формы, способ применения и дозы**

Препарат действует мягко. На фоне его приема появляется регулярный, оформленный стул, что отличает этот препарат от

других слабительных средств (сульфат магния, корень ревеня, кора крушины), которые действуют сильнее, но нередко вызывают жидкий стул и боли в кишечнике. Побочные явления (метеоризм, боли в животе, урчание) наблюдаются очень редко и исчезают сразу же после отмены препарата. Экстракт сенны положительно влияет также на желчевыделительную и антитоксическую функции печени.

Настой листа сенны (*Infusum folii Sennae*): 8 г (2 столовые ложки) сырья заливают 200 мл горячей кипяченой воды, нагревают в закрытой посуде в кипящей воде (на водяной бане) в течение 30 мин, охлаждают при комнатной температуре 45 мин, оставшиеся листья отжимают. Объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 200 мл. Приготовленный настой хранят в прохладном месте не более 2 суток. Принимают по 1/3-1/2 стакана утром и на ночь как слабительное средство при запорах.

Лист сенны (*Folium Sennae*). Лист кассии (*Folium Cassiae*). Входят отдельные листочки сложного парноперистого листа культивируемых кустарников кассии остролистной и кассии узколистной. Выпускается в пачках по 50 г. Листья хранят в сухом, прохладном месте. Лист сенны (измельченный) выпускается также в виде брикетов массой 75 г, разделенных на 10 долек. Две дольки заливают 200 мл кипятка, кипятят 5 мин, настаивают в течение часа, процеживают и охлаждают. Принимают по 1 столовой ложке 1-3 раза в день. Порошок солодкового корня сложный (*Pulvis Glycyrrhizae*

Чай противогеморроидальный (*Species antihemorroidales*). Состав: листа сенны, коры крушины, травы тысячелистника, плодов кориандра, корня солодки - по 20 г. Одну столовую ложку смеси заливают 200 мл кипятка, настаивают 20 мин, затем процеживают. Принимают по 1/2-1 стакану на ночь.

**ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ И ВОЗМОЖНЫЕ ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ:**  
при длительном применении препаратов кассии развивается

привыкание к ним, что ослабляет их лечебное действие. Поэтому целесообразно назначать их поочередно с другими слабительными средствами.

## Случаи лечения кассией узколистной

Остановимся на реальных случаях удивительного по своей эффективности лечения кассией, ясно показывающих её высокую действенность и результативность.

Пациент М. А., с расстройством желудочного тракта, вызванным микробной палочкой, которая препятствует всасыванию железа. Лечение получал на протяжении двух лет в специализированных (имеющих отношение только к данному заболеванию) клиниках Египта и Германии, но совершенно безрезультатно. В течение этого времени не наблюдалось никакого улучшения, наоборот, состояние пациента со временем ухудшалась. В конце концов, 15 июня 2003 года, пациент обратился к одному из моих студентов, проводивший для него процедуру кровопускания в три этапа; время между двумя этапами составлял 15 дней. Результат проведённой процедуры можно увидеть в таблице ниже:

Процент	Во время приёма лекарств	После процедуры кровопускания
Железо	2,9	4,02
Гемоглобин	6,5	14,5
Микроскопия	+ положительный	+ положительный

Как видите, процентное отношение поднялся на требуемый уровень (по всеобъемлющей и безграничной милости и мощи Всевышнего!), но несмотря на это, микроб всё ещё был

активным. После консультации со мной, было назначено вышеуказанному пациенту лечение кассией узколистной. Не прошло и целого месяца со дня начала курса, как активность микроба сначала снизилась, а потом и вовсе прекратилась.

## Пророческие изречения

① ***В трёх вещах [находится] излечение каждой болезни, кроме смерти: кассия и санут*** <sup>22</sup>.

② ***Используйте кассию и санут, ибо в них излечение от всякой болезни, кроме смерти*** <sup>23</sup>.

③ ***Если бы и существовало что-либо избавляющее от смерти, то им оказалась бы кассия*** <sup>24</sup>.

И другие хадисы о пользе применения растения кассии, приводимые в широко известных сборниках.

## Голодание

Существенно, что лечебное голодание обладает рядом весьма полезных свойств. Так оно способствует очищению организма от шлаков и токсинов, стимулирует организм, возобновляет его потенциал и прилив жизненной силы. Но мы не можем его рекомендовать в силу нескольких негативных причин и последствий, с которыми такое голодание сопряжено.

---

<sup>22</sup> См. свод хадисов «аль-Кубра» имама ан-Насаи, № 7577 (Санут, транскрипция с арабского. Предположительно речь идёт о чёрном тмине, иначе чернушки посевной, но не исключено, что имеется в виду и другое растение. *Прим. перев.*)

<sup>23</sup> См. свод хадисов имама аль-Хакима

<sup>24</sup> См. свод хадисов имама Ахмада, ат-Тирмизи, аль-Хакима

С другой стороны, у нас, мусульман, есть превосходная альтернатива — пост.

Голодание, относительно его широко распространённого определения, подразумевает отказ на определённый интервал времени от приёма пищи, питья и половой близости. Имел огромное значение и высокий статус в древней медицине, из которой достаточно много было почерпнуто современной.

Дифференциация между понятиями, вкладываемыми в ритуальный и лечебный аспект голодания очень велика, несмотря на то, что в обоих случаях требуется отказаться от приёма пищи. Но из чего состоит наша пища, и какова её польза для человека?

## **Пищевой состав**

Пища, как говорят специалисты, состоит из комплексов минеральных и других веществ почвы, воды, частиц воздуха, а также энергии солнца. Польза же для человека, её употребляющего, заключается в том, что она снабжает организм необходимым запасом элементов, поддерживающих его жизнедеятельность. Во-вторых, в более узком понимании, поступающая пища служит строительным материалом для деления, роста и жизнедеятельности клеток. Излишки пищевой ценности сохраняются организмом в специальных отложениях до её востребования в случаях крайней недостаточности (голод, болезнь, например)<sup>25</sup>, благодаря чему, человек способен в некоторых критических случаях обойтись без пищи от одного до трёх месяцев, согласно некоторым медицинским источникам.

---

<sup>25</sup> Жиры запасаются под кожей в так называемых жировых отложениях, протеины — в мышцах и других органах, гликоген (основной запасной углевод) — в печени и мышцах.

Брат и уважаемый коллега доктор Абд аль-Джаувад ас-Сави собрал и объединил под одной обложкой книги многочисленные материалы, показывающие практическую пользу в соблюдении поста в двух его видах (ритуального и лечебного), обширно пояснил возможные негативные последствия лечебного голодания.

Позвольте, я немного остановлюсь на отдельных моментах книги. Так поясняется, что утренний завтрак, — сухур, употребляемый перед восходом солнца до начала ритуального поста, поднимает уровень глюкозы, жиров и аминокислот в крови. Далее начинается этап усвоения углеводов, жиров и аминокислот, который продолжается, в зависимости от вида и количества съеденной пищи, примерно 3—5 часов. После 4—6 часов с момента приёма пищи следует этап разложения. Простейшее математическое вычисление показывает, что ритуальный аспект поста (12—16 часов) не превышает по времени этап разложения, которое длится 6—12 часов, или немногим больше — на 4—6 часов позже после начала сухура. Это означает, что пост заканчивается до того, как полностью завершится этап, следующий за этапом усвоения пищи. Этот интервал времени медики называют периодом полной гарантии, ибо в этот интервал организм не получит никакого вреда от голодания.

Доктор ас-Сави поясняет так же, что организм извлекает пользу, как в процессе усвоения пищи, так и в момент распада веществ в организме. Например, аминокислоты организм получает из трёх источников: 1) пища, 2) производства кислот в печени и клеток и 3) процесса распада (разложения) клеток тканей, вызванного голоданием.

Протеин, употребляемый человеком в больших количествах, приводит к увеличению секрецией почек особого вещества, являющегося токсическим элементом. Его аккумуляция в крови

вызывает нарушение работы нервных клеток, и приводящее, в некоторых случаях, к летальному исходу.

\* \* \*

Разрешение этой проблемы лежит в посте, очищающем и освобождающем кровь от токсинов. Ибо, в период отказа от потребления пищи, после как иссякнет гликоген, 85% необходимой энергии организм получает из запасённых жиров и остальные около 15% из протеина, за счёт его распада и окисления. «Голоданием организм высвобождается,— пишет автор книги “Лечение голодом” Х. М. Шилтон,— в частном случае — его нездоровые органы, от скопившихся шлаков и токсинов. Нет ничего, что могло бы сравниться с голоданием, так же эффективно дающее возможность клеткам органов избавиться от токсического воздействия ядов. Многие учёные уже поясняли, что в период голодания все скопившиеся шлакообразования наряду с вредоносными микроорганизмами перебрасываются в кишечник, в котором организм очищается от них полностью».

Что касается доктора Мака Фадуна, о котором д. ас-Сави отзывается как о медике мирового масштаба, направившем свои значительные силы на изучение голодания и его лечебного воздействия, то он пишет следующее: «Каждый человек, даже если он не болеет, нуждается в голодании. Ибо токсины, яды, которые поступают из пищи и медикаментозных препаратов, аккумулируются в организме, делая его больным и отягченным, в результате — снижается его активность. Голодая же, организм избавляется от токсического воздействия этих ядов и, как следствие, вопреки обыкновению, человек чувствует активность и необыкновенный прилив новых сил».

А доктор Алан Кон в своей книге «Лечебное голодание» под одним из её заголовков с названием «Почему мы постимся» пишет: «...Чтобы избавиться от лишнего веса наиболее быстрым и лёгким путём, и чтобы предоставить органам своего

тела время для соответствующего отдыха. Также, для того, чтобы очистить наш организм от грязи и ядов и дать время организму самому залатать себя. Для лечения ряда распространённых заболеваний; для того, чтобы избавиться от душевного напряжения; благодаря нему утончаются чувства и выявляются скрытые способности, приобретается самоконтроль и душевная возвышенность. И в итоге, улучшается самочувствие всего организма, умственная деятельность, тормозится процесс неизбежного движения к старению». В заключении автор призывает врачей опираться на голодание в лечение и профилактики заболеваний.

Также доктор ас-Сави в книге «Пост» подчёркивает, что «во время исследования подтвердилось научными доказательствами чудесное воздействие поста в лечении и профилактики многих заболеваний и расстройств, как телесных, так и психических. Среди них, например:

- пост предохраняет организм от опасного воздействия токсинов, которые скопились в клетках нашего организма вследствие потребления недоброкачественной пищи, в частности, консервированной и концентрированной продукции, а также в результате приёма лекарств и вдыхание загрязнённого различными выбросами воздуха;
- пост, относительно его религиозного понимания, способен излечивать множество болезней, вызванных аккумуляцией токсических веществ и шлаков в организме...»

В конце книги автор пишет, что «все проведённые научные исследования воздействия поста на организм здоровых людей показывают либо отсутствие в кой то мере его опасного влияния на работу органов, либо в ряде случаев, наоборот, их функциональное улучшение». Или: «Все проведённые исследования поста, которые мне попались, доказывают или отсутствие вреда на состояние больных, которые в силах

соблюдать его в естественных условиях, или наблюдаемое улучшение их здоровья».

Приведённый выше материал лишь небольшая толика извлечений из гигантской массы исследовательских работ, которых мы намеренно не стали цитировать, дабы не отягощать читателя излишним текстом. Но всё-таки вопрос о том, чем голодание религиозное предпочтительней лечебного, остаётся открытым.

Чтобы ответить на этот вопрос, мы обратимся к автору замечательной исследовательской работы доктору Абд аль-Джавваду.

### **Сродные и отличительные стороны между голоданием ритуальным и медицинским**

Автор пишет:

Существуют сродные и отличительные стороны между голоданием исламским, иначе постом, и тем, что определяется как голодание медицинское (лечебное). Сродные стороны обоих видов позволяют усмотреть подтверждённую пользу медицинского голодания в его ритуальной альтернативе, у которого уменьшен период переваривания и усвоения пищи, за счёт умеренного его потребления во время сухура (утреннего завтрака перед началом поста)...

Относительно вышесказанного, мы рассмотрели ряд исследований, которые проводились с целью изучения эффективности медицинского голодания в лечении некоторых заболеваний, дабы подтвердить те непреложные истины, о которых сообщил пророк (да благословит его Всевышний и приветствует!), а так же чтобы результаты этих исследований

подтолкнули других на изучение и проведение подобных исследований, но уже мусульманского поста.

Ниже мы по пунктам представляем краткое сравнение сродных и отличительных сторон обоих видов голодания:

1. Одна из сродных черт заключается в том, что оба вида преследуют цель дать организму некую передышку в переваривании пищи, предоставив тем самым возможность использовать уже запасённые им части питательных веществ и высвободиться от скопившихся токсинов, что в свою очередь, стимулирует работу всего организма.

2. В обоих случаях подразумевается отказ от приёма пищи на ограниченный интервал времени.

3. Отличаются тем, что мусульманский пост ограничен по времени дневной частью суток, который продолжается месяц и повторяется ежегодно и является обязательным для каждого верующего, — для того, кто в состоянии его соблюдать. Или в любой из дней года, если речь идёт о добровольном посте. Что касается медицинского голодания, то он продолжается также ограниченное время, но продолжительность его назначается в зависимости от определённых условий, индивидуальных особенностей и состояния здоровья человека.

4. Мусульманский пост в состоянии соблюдать каждый здоровый человек независимо от места и времени, ибо он — лёгок, доступен и не представляет опасность для человека. Голодание же медицинское, наоборот, не доступно для всех желающих, так как представляет собой существенную нагрузку даже на здоровый организм, и поэтому сопряжённое рядом оговорок. Соблюдать его следует только после консультации специалиста и под присмотром врача.

## Опасность медицинского голодания

Голодание сопряжено рядом опасностей, отсутствующие в посте. Например, организм лишается в этот период основных жирных кислот, аминокислот, которые организм получает только через пищу. Большое количество жирных кислот собирается в печени в результате громадного, в процентном отношении, растворения запасённого в тканях жира, приводящее к оседанию триглицерида (**triacylglycerol**) в его клетках. Всё это в итоге вызывает так называемое ожирение печени (**Fatty Liver**), нарушающее его нормальную работу и вызывающее истощение организма. Это, однако, не происходит в случае соблюдения мусульманского поста, во время которого организм получает все необходимые для этого элементы. Отсюда становится ясным запрет пророка (да благословит его Всевышний и приветствует!) соблюдать пост на протяжении нескольких дней без разговения; о себе же он сказал: «Меня кормит и поит Господь мой». Так, печень вырабатывает протеин, жирные и фосфорсодержащие вещества в необходимом для выработки липопротеида (**lipoprotein**) количестве. Вещество, которое способствует лёгкому отхождению жиров из печени, предотвращает их скопление в нём в большом количестве, препятствующие нормальному функционированию органов.

Недостаток в аминокислотах и жирных кислот приводит к различным расстройствам: не вырабатывается ряд необходимых протеинов, гормонов и ферментов. Недостаток в аминокислотах вынуждает организм использовать разрушение клеток тканей, в частности, мышечной для их получения и использования в выработке глюкозы.

Также в период медицинского голодания происходит окисление жирных кислот, находящихся в печени, что ведёт к

образованию класса органических соединений — кетонов, вызывающих повышенный уровень кислотности крови.

## **Преимущества ритуального голодания – поста**

1. Происходит уравнивание процесса «строения» и «разрушения» в период поста, обусловленное вечерним приёмом пищи и отказом от неё в дневное время суток. Поступающие в больших количествах вместе с пищей кислоты добавочно к аминокислотам приводит к быстрому обновлению клеток и их содержимого, а также к обеспечению требуемым для синтеза глюкозы их количеством на дневные часы и снабжению свободными аминокислотами в плазме крови.

2. Наличие запасённого в клетках печени протеина посредством её гипертрофии и гиперплазии после двухразового приёма пищи — предпостного завтрака и разговенья, даёт посильную возможность синтезировать живой протеин, как например протеины плазмы (альбумин, глобулин), веществ участвующих в процессе свертывания крови и протеинов, необходимых для транспортировки веществ и живых компонентов (например, железо и витамин В<sub>12</sub>) по всему организму. Наличие столь необходимых протеинов затруднено и осложнено длительным постоянным голоданием, вызывающим избыточную текучесть крови, припухлость в организме, снижение уровня и активности антител, а также появление симптомов отсутствия витамина В<sub>12</sub> и других жизненно важных элементов.

3. После приёма пищи в вечернее время (ужина) увеличивается синтез вещества, относящегося к аминам и содержащего в своём составе аминокислоты. В большинстве случаев днём не происходит нарушение баланса нитрагинов,

благодаря запасам протеинов в печени после двухразового приёма пищи — предпостного завтрака и разговенья.

4. Организм, во время соблюдения мусульманского поста, освобождается от жиров естественным и, следовательно, безопасным путём, не приводящим к расстройству в работе печени из-за их избыточного скопления в нём, как это происходит при голодании.

5. Стимуляция жизненно важных процессов печени в период соблюдения ритуального мусульманского поста: синтез протеинов и фосфорсодержащих веществ для производства липопротеида, крайне важного для жизнедеятельности организма — VLDL, который участвует в транспортировании жиров из печени, в отличие голодания, который, наоборот, препятствует протеканию этого процесса.

6. Жирные кислоты окисляются медленно, что положительно сказывается на отсутствии скопления кетонов в крови, приводящие к опасному уровню кислотности крови, как это имеет место в случае простого голодания.

## **Примеры лечения заболеваний на основе вышеизложенного материала**

Дорогие читатели, братья и сёстры по вере, Всевышний Господь одарил нас возможностью противостоять болезням и эффективно излечиваться от них путём кровопускания, употреблением коровьих молочных продуктов и её жиров и многими другими способами, и, наконец, но не в последнюю очередь, лечением кассией. Здесь сам по себе встаёт вопрос: как лечить наши заболевания при помощи Священной Книги — Корана и сунны нашего благословенного пророка (да благословит его Всевышний и приветствует!), а также как и

насколько с ними согласуются и подтверждают их современные исследования и новейшие открытия?

Мною однажды уже были предприняты работы по исследованию возможности полезного извлечения из пророческой медицины, зачитанных на некоторых научных форумах. Мои друзья и коллеги настоятельно просили меня оформить их в виде книги, небольшие примеры которой я и представляю вашему вниманию.

Но прежде, хочу заметить, что в боговдохновенных откровениях, в которых предполагается лечение болезней чем-либо одним или перечисляется несколько путей их лечения (например: «лучшее лечение — в ложке мёда и кровопускании»), то это вовсе не означает, что можно или следует ограничиваться чем-то одним из упоминаемых вещей.

Понимание этого восходит к двум причинам.

Первое. Человек представляется как совокупность его психической и физической сторон. И крайне заблуждается тот, кто концентрирует своё внимание только на одной из этих сторон, совершенно игнорируя другую. Как в своё время поступил Запад, благо, что в недавнем времени, в развитых странах пытаются исправить свою ошибку и пересмотреть свой взгляд в методологии лечения и диагностики заболеваний. Но, несмотря на существенные сдвиги в этом вопросе, количество душевно терзаемых людей неумолимо растёт, увеличивается процент самоубийств, а врачи и психологи разводят руками, пытаясь отыскать причину. Спрашивается, физическое состояние в норме, душу не терзает мысль о возможном денежном кризисе или недостатке своего бюджета, уважение человеческих прав и достоинства (пусть в некоторых случаях и в формальном порядке) соблюдается, обеспечено свобода мысли и выражения, однако количество самоубийств не падает, а растёт.

Ответ кроется в том, что забота вся направлена только на своё тело, точнее на его физический аспект (пытаясь удовлетворить его желания и следовать его побуждениям, стремлениям), в то время как нисколько не уделяется внимание развитию и возвышению его психологической части — души. В создавшемся вакууме человек пытается обрести успокоение, но не находит его, гармония души и тела, равновесие приходит всё в большее расстройство, и единственный выход человек вскоре видит только по ту сторону жизни — в смерти.

И второе. Причин заболеваний может быть несколько. Оно может быть вызвано недостатком некоторых элементов в потребляемой пище или, наоборот, потреблением пищи, вызывающей интоксикацию организма. Или же нарушением кровотока и т. д. и т. п., а может и несколькими причинами одновременно. Естественно, всё это не может лечиться одним лекарством.

## Запор

Это распространённый вид заболеваний, и как стало ясно, оно является основной причиной, приводящей к большинству других заболеваний. «Ободочная кишка,— пишет доктор Елена,— в течение всего времени запора, непрерывно впитывает — из-за текущего процесса брожения каловых масс — токсические вещества за счёт осмоса. Далее от ободочной кишки токсины распространяются по всему организму (например, сердце, мозг, почки, печень) и как следствие, преждевременное старение и одряхление этих органов из-за токсинов, которые убивают нас медленно. Частые случаи запора приводят к тому, что человек достигает старческого состояния в кратчайшие сроки».

Лечение запора. 1) Чаще обращаться с мольбой к Всевышнему. Мягкий массаж потиранием живота против

часовой стрелки. 2) Пить отвар узколистной кассии. Способ приготовления: 5 ложек кассии добавить в 2 стакана воды и отваривать до тех пор, пока количество воды не уменьшится вдвое. Пить на голодный желудок за два часа до еды (можно попить натуральный сок) на протяжении 3-х дней по одному приёму в сутки. После, в качестве профилактической меры, один раз в месяц. 3) Отказаться от употребления говяжьего мяса и пшеничного хлеба. 4) Увеличить потребление жидкости 5) Пост.

## **Рак**

Это весьма серьёзное и распространённое заболевание. Что же оно представляет собой и чем вызвано? Великие современные учёные-медики говорят, раковая опухоль развивается в случае, когда отдельный участок какой-либо ткани организма, точнее сказать, клетки ткани подвержены глубокой интоксикации, или происходит нарушение в них процесса метаболизма, клеточного дыхания, отсутствует возможность выведения конечных продуктов обмена веществ и усвоения поступающих. Таким образом, клетка задыхается в собственных продуктах, которые она не может вывести, далее постепенно начинается образование и рост раковой опухоли. К опасным факторам, ведущим к развитию рака, относятся:

- хронические психические расстройства. Например: ощущение своего бессилия и подавленности. Психические расстройства приводят к отравлению кровотока различными токсинами, как ответ на повышенное содержание адреналина наряду с чувством своего бессилия изменить создавшееся положение и невозможности от него убежать.
- плохое питание.

Лечение же предлагается следующее:

- хирургическое вмешательство, при котором удаляется пораженный участок;
- рентгенотерапия;
- химиотерапия.

Относительно рентгенотерапии и химиотерапии доктор Елена пишет, что в этом случае наличие токсических отравляющих веществ становится неизмеримо много. В действительности же, состояние больных со временем ещё более ухудшается, и это всем известно, несмотря на применяемые в их отношении методы лечения.

Предлагаемое нами лечение заключается в следующем.

Первое. Укрепление и упрочение непоколебимости веры во Всевышнего Господа, Творца небес и земли, Который говорит тому, что пожелает «Будь!», и оно бывает!

Второе. Употребление сенны, которая, как упоминалось в материале нашей книги, прекрасно очищает пищеварительный тракт, кровеносную систему и т. п.

Третье. Кровопускание (*араб.* хиджама, кровопускание посредством банок) в местах раковой опухоли. Имеется ряд успешных результатов. Кровопускание способствует:

- выведению из организма, в частности, из крови токсинов;
- стимуляции организма в борьбе за своё лечение;
- смягчению болевых ощущений у больных раком;
- увеличению иммунного статуса, особенно лимфатической системы.

Является активной попыткой доставить питательные вещества, кислород и энергию к тем клеткам. Рекомендуется постоянное употребление напитка из чистого горного мёда, если возможно, размешанного с прополисом два раза в день. А также: отказ от курения, употребления спиртных напитков, говяжьего мяса и жирных продуктов, по возможности избегать стрессовых ситуаций.

Советуем также прибегать к частому потреблению свежо выжатого морковного, яблочного, виноградного соков.

## **Гипертония**

Много раз приходилось слышать от врачей, кто считает гипертонию скорее синдромом, чем заболеванием. Но, как бы там ни было, его всё равно нужно лечить, так как гипертония повинна в развитии многих других заболеваний, например, головных болей (вследствие повышенного внутрисосудистого давления головного мозга). Повышенное выше критического уровня кровяное давление может в итоге привести к одностороннему параличу. Также она становится причиной заболевания сахарным диабетом, способствует развитию атеросклероза и др.

Существуют расхожие мнения специалистов о причинах развития гипертонии, и, как считают некоторые учёные, это заболевание обусловлено таким факторами, как вспыльчивый характер, различные психологические факторы, возбуждение различных нервных центров в результате отсутствия полноценного питания и скопление токсических веществ в организме.

Лечить это заболевание можно, если следовать пророческим императивам, которые в действительности также следят и поддерживают наше здоровье. Взгляните на следующий пример, в котором пророк (да благословит его Всевышний и приветствует!) настоятельно советует и несколько раз повторяет человеку, спросившего у него совета, чтобы тот не злился. Затем указывает, что может снять сильное напряжение: испрошение защиты от проклятого и побиваемого камнями шайтана, упоминание Всевышнего Аллаха и многое другое, что, несомненно, успокаивающе воздействует на человека. После, если человек стоял, пророк (да благословит его Всевышний и

приветствует!) говорит, чтобы тот присел или прилёг, если сидел. Также следует, указывает пророк, совершить омовение...

Всемогущий и Милостивый Творец говорит:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ

**«Обратитесь за помощью к терпению и молитве»**<sup>26</sup>. Порой терпение даётся только с некоторой долей усилия и работой над собой. Поэтому нужно воспитывать в себе это благородное качество. Что касается молитвы (намаза), то о ней написано на сегодняшний день много медицинских работ, в которых, в частном порядке, исследуется лечение гипертонии. Так, например, д. Зухайр собрал несколько работ научно-медицинского характера в области психиатрии. В конце своего труда, он резюмировал изложенный материал следующими словами: «Вот таким образом воздействует молитва на автономную часть нервной системы, будь-то симпатический или парасимпатический отделы. Также как влияет на работу желез, например, надпочечной, выделяющей кортизол в сбалансированном количестве». В качестве иллюстрации того, как нарушенная психологическим дискомфортом работа надпочечной железы влияет на иммунный статус, д. Зухайр пишет: «При беспокойстве уровень кортизола повышается в три раза. Подобно этому, столь повышенный уровень наблюдается при подавленном состоянии и других психических заболеваниях».

В случае, когда, возможно, гипертония обусловлена возбуждением различных нервных центров, как результат неполноценного питания, в котором отсутствует полностью или в требуемом количестве необходимые пищевые компоненты или повышенным содержанием токсинов, то обратим ваше внимание на следующий момент. Может случиться так, что

---

<sup>26</sup> Священный Коран, сура 2, аят 45 (перевод смысла акад. И. Ю. Крачковского)

организм недополучает необходимые элементы (при полноценном рационе) по той причине, что наблюдается недостаточный приток крови к упоминаемым нервным центрам или головному мозгу, что в свою очередь может быть спровоцировано токсическими веществами и т. п.

В этом случае рекомендовано употребление кассии, фиников (для людей, не страдающих сахарным диабетом), обезжиренного молока в виду его питательной ценности, отказ в общем порядке от жирного молока, так как согласно исследованиям американских врачей, жирное молоко разрушает клетки головного мозга.

## **Бесплодие**

Бесплодие, как поясняет западная медицина, обусловлена неспособностью мужского семени или яйцеклеток к оплодотворению. Причины бесплодия разнообразны. Выделим следующие:

- Неполноценное питание;
- закрытие просвета, вызванное застоем крови, препятствующий процессу оплодотворения, который постепенно может привести к ослаблению и полной атрофии работы половых желез, а также половых органов;
- наличие токсических шлаков возле половых желез и органов, которые осложняют наступление беременности, в конце концов, приводящие к дефекту семени и яйцеклеток;
- расстройство ободочной кишки, выраженное дополнительным давлением на простату у мужчин и фаллопиеву трубу у женщин.

Лечение, в первую очередь, следует начать с искренней мольбы к Всевышнему, с кротостью, смиренным упованием и глубокой верой, в третьей части ночи, о том, чтобы даровал Он

праведных детей. Ибо, во-первых, следует знать, что дети — это милость и дар Всевышнего Аллаха, о чём говорится в Коране так:

لِلَّهِ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ  
إِنثًا وَيَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ الذَّكَورَ

**«Аллах властен над небесами и землёй. Он творит, что пожелает, Он дарует, кому пожелает, потомство женского пола, а кому захочет — мужского пола»<sup>27</sup>.**

Во-вторых, обращаем ваше внимание на рекомендации современной медицины начать с общего очищения как организма в целом, так и крови. Способствует этому, как было сказано, ежемесячное потребление (в лечебных и профилактических мерах) кассии, при условии отсутствия воспалительных процессах и гнойных образованиях.

Пополнить своё питание необходимыми элементами можно следующим образом:

- пост (ритуальный) в каждый понедельник и четверг;
- употребление яичного желтка вместе с кресс-салатом;
- пить коровье молоко с имбирем ежедневно в течение месяца;
- употребление фиников с коровьим жиром вместе с бананами и кунжутом;
- употребление небольшого количества «кислого мёда» с добавлением маточного молочка и семян (пропорция: на 1 кг мёда 50 гр. семян; ежедневное употребление не более 10 гр.);
- употребление морепродуктов, в частности, рыбной икры, устриц, раковин;

---

<sup>27</sup> Священный Коран, сура 42, аят 49 (перевод смысла профессора М. Османова)

- употребление тыквы, которая содержит необходимые для простаты элементы;
- если есть возможность, то употреблять гриб трюфель, очень полезный и нужный продукт.

И в заключение, избегайте переедания и бесконтрольного потребления пищи, которое увеличивает уровень холестерина в крови. Рекомендуем отказаться от говяжьего мяса, не говоря уже о курении, спиртных напитках и т. п., так как они не только вредны, но и запрещены Всевышним.

По окончании, воздадим хвалу Аллаху, Господу миров.

## **Хильба (пажитник сенной)**

***«Если бы люди только знали, что содержится в Хильбе, то они продавали бы ее по цене золота...»***

***«Сто болезней и Хильба им исцеление...»***

Из древнеарабских изречений, II-III век н. э.

Пажитник сенной (*trigonella foenum-graecum* L., хильба, хельба, шамбала, верблюжья колючка, фенугрек, фенум-грек, фенигрекова трава, греческое сено, греческий козий трилистник, греческая сочевица, треуголка, верблюжья трава) — произрастает в юго-восточной Европе, Индии, Аргентине, Египте, Франции и Марокко, имеет приятный пряный, слегка горьковатый вкус и специфический, не имеющий аналога запах. Целебные свойства пажитника высоко ценил Гиппократ. В Древнем Египте пажитник применяли для облегчения родов и усиления лактации. Из медицинских трактатов на папирусах, найденных в Египетских гробницах известно, что шамбала использовалась не только в кулинарии, но также как эффективное жаропонижающее средство. В средние века пажитник использовался при лечении преждевременного

облысения. На Востоке красавицы из гаремов богатых эмиров ели поджаренные семена шамбалы, чтобы придать округлость бедрам и груди и привлекательную полноту телу.

В настоящее время хильба применяется в косметологии на о. Ява в бальзаме для роста волос. Индийские женщины едят семена шамбалы с неочищенным пальмовым сахаром после родов, чтобы укрепить спину, восстановить силы и стимулировать приток грудного молока. В Китае это растение используют для успокоения болей в животе и лечат им от импотенции. Применяется в народной медицине, в том числе болгарской, европейской. В Европе его используют при болезненных менструациях. Как показали недавние исследования, пажитник может снижать уровень сахара в крови.

В Египте и Эфиопии шамбала является популярным компонентом хлеба, который арабы называют «хулба», а жители Эфиопии «абиш». Туристы заваривают чай из пажитника как средство против желудочных спазмов, вызванных непривычной пищей. Шамбалу добавляют в овощные блюда для лучшего их усвоения. Хильба широко распространена в Армении под названием «чаман». Входят также в состав смеси приправ хмели-сунели и карри. Содержат большое количество галактоманнана, известного под названием «камедь пажитника», который используется как пищевая добавка E417.

Компоненты:

- небольшие количества алкалоида тригонеллина (0,3%),
- никотиновая кислота (витамина PP) — 3,5-18 мг%,
- рутин,
- стероидные сапонины и фитостерины,
- флавоноиды,
- слизистые (до 30%) и горькие вещества,
- эфирное масло (0,3%),

- жирное масло (5-8%),
- белки (до 25%),
- танины,
- витамины А, С и В1, В2, В9 (фолиевая кислота) и ферменты,
- фосфор,
- железо,
- азотистые вещества,
- калий,
- магний,
- цинк,
- натрий,
- крахмал,
- незаменимые аминокислоты.

Содержание питательных веществ (примерное) в 100 гр семян:

Жиры (гр. ) — 6,4;

Белки (гр. ) — 23;

Углеводы (гр. ) — 58,4, клетчатка — 10;

Энергетическая ценность 1 чайной ложки семян — 12 ккал

Основное действие семян хильбы:

- возбуждающее аппетит
- анаболическое
- седативное
- противовоспалительное
- антисклеротическое
- противоглистное
- ветрогонное
- нормализуют пищеварение и кислотность желудочного сока
- отхаркивающее
- стимулируют лактацию и сокращения матки
- снижают уровень сахара в крови
- усиливают половое влечение
- стимулируют работу сердца

- обладают инсектицидными свойствами
  - прекращает процесс похудения
  - восстанавливает силы
  - укрепляет функцию поджелудочной железы
  - питает ткани: плазма, кровь, костный мозг, нервные клетки
- Назначаются семена пажитника при:
- значительной потере массы тела
  - после тяжелых операций, особенно на органах желудочно —  
кишечного тракта
  - туберкулезе
  - заболеваниях легких
  - при простуде
  - кашле (в т. ч. хроническом), бронхите
  - желудочных заболеваниях (как обволакивающее)
  - воспалении слизистой оболочки желудка,  
двенадцатиперстной и тонкой кишок, язвенной болезни
  - недостатке витамина РР
  - заболеваниях селезенки и печени
  - кожных заболеваниях (экзема, гнойные раны, нарывы,  
фурункулы)
  - глистах
  - запорах и коликах
  - общей слабости организма
  - болезненных менструациях
  - диабете
  - дизентерии
  - аллергических заболеваниях
  - гриппе
  - зубной боли
  - неврастении
  - артритах
  - анемии

— болезнях мочевого пузыря

— мышечных болях

Противопоказания: беременность (может спровоцировать выкидыш, кровотечение), высокая Питта.

### **Рекомендации по применению:**

При применении в кулинарии семена в начале необходимо слегка поджарить, иначе в процессе приготовления они приобретут горький вкус, не берите больше семян, чем указано в рецепте. При поджарке семена должны оставаться светло-коричневыми. Если же они приобрели красно-коричневый оттенок, то блюдо делается горьким.

Лекарственным сырьем являются хорошо высушенные семена, имеющие характерный, приятный запах. Минус Хельбы — она дает специфический полынный запах поту (из-за большого скопления токсинов в организме). Но при соблюдении ежедневной гигиены тела и употреблении достаточного количества жидкости запаха можно избежать. Если пить чай из шамбалы, со временем смущающий запах сменится на приятный аромат шамбалы.

Рецепты:

При лечении кожных заболеваний (экземы, гнойные раны, нарывы, фурункулы), при целлюлите и кожных раздражениях. Используют наружно в виде припарок и согревающих компрессов измельченные семена. Для этого необходимо прокипятить 4 столовые ложки порошка в одном стакане воды, после чего процедить и несколько раз в день протирать полученным составом кожу.

При выпадении волос. Использовать вышеуказанный раствор. Или отвар: 1 столовая ложка порошка из семян на стакан воды; варить 10 минут до образования кашицы. Или добавить измельченные семена пажитника в масло черного тмина. Оставить на 15 минут, после чего промыть волосы шампунем.

Для нормализации обмена веществ в организме следует каждый день принимать по две чайные ложки истолченных семян пажитника вместе с медом.

Для общего укрепления организма, при половых расстройствах, болезнях желудочно-кишечного тракта и других недугах:

1) Истолченный в порошок пажитник принимать по чайной ложке перед едой, вместе с джемом; столовую ложку толченых семян залить стаканом кипятка и настоять 2 часа, пить по 30-50 мл 4 раза в день перед едой.

2) Варить семена в течение 7 минут. Пить теплой, добавляя сахар по вкусу. Семена можно жевать, они улучшают работу желудка. Можно хельбу разбавлять молоком. Можно вместо сахара добавить ложку меда, имбирь (свежий), лимон. Согревающее питье поможет при болезненных менструациях, расстройстве желудка и для усиления лактации. Горький вкус заглушают небольшой добавкой фенхеля.

3) 1 чайная ложка измельченных семян на стакан кипятка в сутки.

4) Отвар: 1 столовую ложку толченых семян заливают горячей водой, кипятят на водяной бане 10-15 мин, остужают, процеживают, доводят объем кипяченой водой до исходного и процеживают через три-четыре слоя марли. Принимают по 1/3 стакана перед едой в охлажденном виде.

При диабете — в комплексе с другими травами, снижающими уровень сахара в крови.

боли в горле, ранах в ротовой полости и на губах. Полоскание горла отваром.

При дизентерии следует пить настой слегка поджаренных семян.

Против моли, вшей. Порошок из семян размещается в марлевых мешочках в шкафах.

## Оглавление

От автора .....	3
Введение .....	4
Причины, провоцирующие отложение шлаков в ободочной кишке .....	7
Причины газообразования.....	13
Несовместимая пища .....	14
Связь токсинов с распространёнными заболеваниями.....	15
Зашлакованность ободочной кишки и раковые заболевания.....	16
Причины запора.....	18
Шлаковые загрязнения и бесплодие.....	18
Ещё раз о запоре.....	20
Программа для очищения кишечника .....	22
Кассия .....	23
Кассия и современная медицина .....	23
Кассия и древняя медицина .....	26
<i>Лекарственные формы, способ применения и дозы .....</i>	<i>29</i>
Случаи лечения кассией узколистной .....	31
Пророческие изречения .....	32
Голодание .....	32
Пищевой состав .....	33
Сродные и отличительные стороны между голоданием ритуальным и медицинским.....	37
Опасность медицинского голодания.....	39
Преимущества ритуального голодания – поста .....	40
Примеры лечения заболеваний на основе вышеизложенного материала	41
<i>Запор .....</i>	<i>43</i>
<i>Рак .....</i>	<i>44</i>
<i>Гипертония .....</i>	<i>46</i>
<i>Бесплодие .....</i>	<i>48</i>
Хильба (пажитник сенной) .....	50