

тропинка к здоровью



Александр Кородецкий

КАЛГАН и ЯРУТКА – МУЖСКАЯ СИЛА



 ПИТЕР®

тропинка к здоровью



здоровья.

Александр Кородецкий

КАЛГАН и ЯРУТКА – МУЖСКАЯ СИЛА

С 73 – аскорбиновая кислота (витамины С) и ярутка при лечении многих болезней.

С 77 – замена ярутке.

С 78 – ароматическая эссенция при разных болезнях; С 86 – замена

С 82 – леукоциты; С 85 – родно-розовое или золотой корень,

С 88 – левзея (марамий корень).

С 92 – лечение дисфункции яичек.

ПИТЕР® каб.

Москва · Санкт-Петербург · Нижний Новгород · Воронеж
Ростов-на-Дону · Екатеринбург · Самара · Новосибирск
Киев · Харьков · Минск

2006

С 93 – Борьба для стимулирования
вспомогательных функций.

А. Кородецкий

Калган и ярутка — мужская сила

Серия «Тропинка к здоровью»

Главный редактор
Заведующая редакцией
Руководитель проекта
Литературный редактор
Художник
Корректоры
Верстка

Е. Строганова
С. Шевякова
В. Малышкина
И. Проворов
С. Маликова
И. Проворов, М. Степина
И. Проворов

*Данная книга не является учебником по медицине.
Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.*

ББК 53.525 УДК 615.3

Кородецкий А.

К68 Калган и ярутка — мужская сила. — СПб.: Питер, 2006. — 96 с.: ил. —
(Серия «Тропинка к здоровью»)
ISBN 5-469-01165-8

Александр Кородецкий, известный целитель и фитонергетик, специалист по лечению травами, давно сотрудничает с издательством «Питер». Он является автором более десяти книг.

Все его книги поистине уникальны. Они написаны в лучших традициях русской научно-популярной литературы и читаются на одном дыхании. Их по праву можно назвать занимательными книгами о здоровье.

В новой книге фитонергетика речь пойдет об очень деликатной проблеме — половых расстройствах. Александр настаивает: нет повода для отчаяния! Знайте: природа создала уникальные растения-целители — калган и ярутку, называемые в народе любовными травами.

Вас ждет множество уникальных рецептов и методик, а также письма читателей, сумевших справиться с проблемой — на радость себе и близким.

Эта книга дарит надежду, а значит — выздоровление.

© ЗАО Издательский дом «Питер», 2006

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-469-01165-8

Лицензия ИД № 05784 от 07.09.2001.

Подписано к печати 24.08.2005. Формат 84×108/32. Усл. п. л. 5,04. Тираж 8000 экз.

Заказ № 1829.

ООО «Питер Принт», 194044, Санкт-Петербург, пр. Б. Сампсониевский, д. 29а.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ФГУП ИПК «Лениздат» Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям Министерства культуры и массовых коммуникаций РФ.

191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

Оглавление

От редакции	5
Введение. Весенний авитаминоз — импульс для новых идей	8
Глава 1. Калган, он же узик, он же дубровка, он же связник	15
Значит, нам туда дорога....	16
Так вот ты какой, калган!	18
В калгане спрятана мужская сила?	20
Калган на приусадебном участке	22
Вершки или корешки?	24
Глава 2. Мужские секреты	27
Рецепты деда Степана для увеличения мужской силы	28
Болгарские рецепты «для двоих»	31
Глава 3. Чудо-средство от простатита	34
Врага надо знать в лицо	35
Исцеление «второго сердца» мужчин	38
Еще несколько рецептов от простатита	41
Лечебные сборы	42
Настойки против простатита	42
Глава 4. Калган — защитник от недугов	43
Калган против гастритов и язвенной болезни желудка	46
Калган против колита	48

Калган против нефрита	48
Калган против поноса	48
Калган против холецистита	49
Калган против бронхита	50
Калган против ангины	50
До свидания, Мурманск!	51
Глава 5. «Голубые таблетки». За и против	53
Глава 6. Ярутка полевая	57
Кто ты такая, ярутка полевая?	58
Ярутка — еще одна «русская виagra»	59
Катины рецепты	61
С яруткой не шутят шутки!	66
Почему ярутка так тонизирует	73
Глава 7. Картотека «русской виagры» расширяется	76
Лекарственные растения семейства аралиевых	78
Родиола розовая или «золотой корень»	85
Левзея (маралий корень)	88
Глава 8. «Русская виagra» для лечения женских болезней	91
Дисфункция яичников	92
Воспаление придатков	93
Воспаление матки	94
Заключение	96

ОТ РЕДАКЦИИ

Александр Владимирович Кородецкий — известный петербургский фитоэнергетик — родился в 1961 году в Ленинграде. После окончания с красным дипломом одного из технических вузов работал в физической лаборатории, исследующей физику полей. Все складывалось в его жизни вполне благополучно. Но неожиданно очень тяжело заболел близкий ему человек. Диагноз неутешительный — артрит коленных суставов. Болезнь прогрессировала. И Александр, оставив защиту кандидатской диссертации, принялся за изучение народной медицины.

Так была предопределена его судьба. Около года под руководством деревенского травника он изучал секреты фитоцелительства.

Впоследствии Александр стал изучать методы нетрадиционной медицины самостоятельно, встречался с Валентиной Михайловной Травинкой и ее учениками — Ларисой и Глебом Погожевymi. Является последователем и приверженцем учения Болотова. Его знания не пропали даром, он смог помочь не только своему близкому человеку, но и многим другим людям. А его специальность «физика полей» помогла ему научиться определять места положительных энергетических выбросов.

Сейчас он является практикующим травником, каждую весну и каждую осень проводит на болотах, заготавливая корни сабельника и другие травы. Летом Александр объезжает глухие места нашей области в поисках новых мест, пригодных с экологической и фитоэнергетической точки зрения для сбора лекарственных растений. Именно там, руководствуясь лунным календарем, заготавливает Александр свои целительные травы и рассылает их затем людям.

В настоящее время Александр занимается проблемами сохранения энергетики растений при заготовке сырья и приготовлении лекарственных препаратов. «Найти места силы и собрать травы — это полдела, главное — сохранить бесценную фитоэнергетику и приготовить лекарственный препарат таким образом, чтобы эффективность его была максимальной», — говорил он в одном из своих интервью.

Более того, Александр составляет свой травник, тщательно изучая и исследуя не только дикорастущие, но и домашние растения, составляя собственные уникальные рецепты.

Его неумная энергия и удивительная работоспособность позволяют ему не только отвечать на письма людей, высылать им лекарственное сырье, изучать целебные растения, готовить уникальные лекарственные препараты, но и делиться своим опытом с читателями.

Несколько лет назад фитоэнергетик А. Кородецкий написал очень нужную тысячам людей книгу «Как справиться с артритом и артрозом». Кто страдает этими недугами, хорошо знает, что боли в суставах могут отравить человеку жизнь, могут заставить его отказаться от любимого дела, сделать его жизнь совершенно невыносимой. Но можно победить это заболевание, если воспользоваться описанной в этой книжке программой «Живые суставы». Физические упражнения, средства народной медицины, обращение к Радужному сознанию — все это поможет вернуться к полноценной жизни. Сейчас эту книгу разыскать очень трудно. Однако уже вышло ее дополненное и переработанное издание, куда вошли не только новые народные рецепты от артритов-артрозов, но и очень действенные методики лечения этих заболеваний, в частности с помощью уксуса Болотова и других средств. Кроме того, из-под пера А. Кородецкого вышли другие замечательные, остро-

умные и очень живо написанные книги «Лук-целитель», «Чеснок-целитель», «Хрен-целитель» и настоящие народные бестселлеры «Золотой ус против ста болезней», «Новые тайны золотого уса», «Сабельник — болотный целитель», «Стевия — шаг к бессмертию», «Мухомор-целитель и другие ядовитые лекари», «Индийский лук — оружие против боли», «Зеленая аптека Кородецкого», «Лопух-целитель и его друзья».

И автор, и редакция прикладывают усилия к тому, чтобы вы, дорогой читатель, почувствовали: мы любим вас, мы заботимся о вас, мы хотим вам помочь! Пишите нам, задавайте вопросы, высказывайте свое мнение.

Ждем ваших писем по адресу: 194044, Санкт-Петербург, Б. Сампсониевский пр., д. 29а, издательство «Питер», редакция популярной литературы.



Введение

ВЕСЕННИЙ АВИТАМИНОЗ — ИМПУЛЬС ДЛЯ НОВЫХ ИДЕЙ

Эх, красота-то какая! Май. Солнышко. Птички поют. Деревья зеленеют. Небо голубое.

Люблю я это волшебное время. Весна уже не робкая девчонка, неловко заглянувшая в наш северо-западный округ, а румяная, уверенная в своей чарующей силе, пышущая здоровьем русская красавица. Каждый день обходит она свои уголья: леса, поля, болота, городские парки и скверы — много у нее работы сейчас. То задержавшиеся у нас заморозки прогнать надо, то солнышку погрозить (мол, что же это ты, родное, ленишься, плохо греешь), то с птицами разучить песенку повеселее, то се-

верный ветер на порог не пустить (хватит уж, брат, и так все от тебя устали), то дождь вызвать (люди задыхаются, пора, голубок, и тебе поработать, пыль смыть). И так она, красавица, вся в трудах праведных, как пчелка крутится, отдыха не зная. Все для нас, детей природы, старается. Поэтому и любим мы ее всем сердцем. Вон шмель на солнышке деловито жужжит. Пичуги распевают весенние романсы во все свое птичье горло. Коты ночами своим подругам такие «серенады» закатывают! В общем, жизнь очнулась от зимней спячки и забурлила, и бьет ключом она и днем и ночью.

Но... Как бы я весной не восторгался, меня этот май месяц «бил ключом» именно по голове. Ничего не сообщала моя бедная голова! Что это, думаю, творческий кризис, что ли? Саша, говорил я себе, у тебя всегда было идей хоть отбавляй, а сейчас что случилось? А в школе как тебя дразнили еще не забыл? «Вечный двигатель»? Точно. А за что так тебя, Саша, однокашники и учителя называли? Да за то, что ты вечно что-нибудь затевал да придумывал: то поход в лес, то капустник, то «Огонек», а то и на школьный КВН замахнешься.

— Ну и что, это когда было, — отвечал я своему внутреннему голосу.

Но внутренний голос никак не мог уговорить.

— А сейчас что изменилось? Что? Старый стал, ленивый? — приставал ко мне голос. — Ну-ка, вспомни-ка, дружок, сколько лет тете Ане, с которой ты познакомил читателей в своей книге «Сабельник — болотный целитель»? Молчишь? Ну так я напому — в этом году будет 90. А на сколько выглядит? На 60? Правильно! А ты ее когда-нибудь с такой вот шаркающей походкой и ссутулившейся спиной, как у тебя сейчас, видел? Да ни в жизнь! Все бегают, все успевают — и с внучатами, и с подружками, и на рынок, и по магазинам. Вон, посмотри в окно, опять куда-то побежала. А ты, здоровый му-

жик, сидишь в воскресенье у окна, голову рукой подперев, и в ус не дуешь. А еще «народным целителем» тебя люди называют, да «знаменитым фитоэнергетиком»! Посмотрели бы они сейчас на такого «целителя»: глаза сонные, сам бледный, волосы всклокоченные, в голове ни одной мысли! Тьфу!

— Но-но-но! — сказал я себе. — Ты не очень-то тут тоску нагоняй, с весенней хандрой я справлюсь в два счета! И пошел бороться сам с собой.

Для начала — контрастный душ, потом — на балконе холодным влажным полотенцем растерся, затем несколько упражнений — проверил, мышцы еще не атрофировались. Э-эх, хорошо-то как! Нет, хватит мне как трутню на диване валяться да в окошко глядеть. «И правильно, Саша, тебя ждут великие дела. Вон, посмотри, на столе стопка писем от твоих читателей не разобранная лежит. Надо бы делом заняться», — подсказывал мне внутренний голос. Сейчас-сейчас, погоди, голос, минут пятнадцать, надо бы и витаминами подзарядиться. И я пошел на кухню делать свой фирменный «Весенний салат». Хочу поделиться с вами его ингредиентами.

❖ 2 ложки засоленных листьев сабельника, 2 свежесорванных листика золотого уса, пучок свежих листьев одуванчика, пучочек зеленого лука. Солите по вкусу, можно заправить сметаной.

Как хорошо иметь хороших друзей! Вчера съездил на дачу к своему другу Николаю, а у них там фермерская сметана продается — объединение, ложка в ней даже стоит. А жена его Наталья такая умница! У нее в теплице с середины мая и лук зеленый, и петрушка, и укроп. Вот мне и перепало несколько пучков зелени. Салат получил на славу, пальчики оближешь. А это все мои «домашние заготовки», да Натальины золотые руки, да фермерская сметанка. Много ли фитоэнергетику еще

для счастья надо? Пожалуй, только кусочек черного хлеба.

Ну вот и поел, сразу жизнь веселее пошла. Витаминами-то в крови так и забурлили! Сейчас чайку травяного заварю и за письма возьмусь. Чаек-то весной я пью не простой, а витаминный.

❖ Взять 1 часть высушенных измельченных листьев сабельника, 1 часть высушенных и измельченных корней сабельника, 2 части смолотых в кофемолке плодов шиповника, 1 часть сушеных листьев смородины черной, 1 часть мяты или мелиссы.

Пить этот чаек нужно обязательно без сахара. Если вы положите в чашку хоть ложечку сахара, то тем самым разрушите у себя в чашке несметное количество витаминов. В таком случае сахар может выступить в качестве «сладкой смерти» для витаминов. Если же вы без сладкого не можете, пейте этот витаминный чаек с сахаром «вприкуску», только надо соблюдать условие: сахарок и чаек не должны встречаться у вас во рту, то есть сначала одно, потом другое. Или же вообще замените сахар на мед. Сладко, а пользы больше.

Ну а теперь возьмусь за письма. Как я люблю эти моменты — открытие нового письма как открытие новой души. Вы ведь, дорогие читатели, меня не первый год знаете. И я с вами стремлюсь познакомиться и подружиться. Кто-то в письмах учит меня жизни, кто-то делится своими рецептами, кто-то проявляет познавательный интерес. Все письма объединяет одно — слова благодарности в адрес тех поистине чудесных растений-целителей, о которых я имел удовольствие поведать вам. Вы благодарите сабельник за спасение от артритов и артрозов, стевию за избавление от заболеваний сердца и сосудов, золотой ус — за то, что он убрал опухли, индийский лук — за то, что снял боли.

И вот в моих руках письмо из Пскова.

Здравия желаю, Александр.

Пишет ваш тезка Александр Ершов. Здравуюсь я так, потому что, во-первых, желаю Вам жить, здравствовать и помогать людям еще долгие и долгие годы, а во-вторых, потому что я бывший военный.

Хочу выразить вам огромную благодарность за то, что вы поставили на ноги мою мать, Ершову Екатерину Федоровну, в прямом смысле этого слова. Но обо всем по порядку.

У матери моей последние 10 лет был страшнейший артроз коленных суставов. Последний год она даже по дому с трудом передвигалась, хотя и считала, что в 62 года рано еще «на печи лежать». На улицу она с трудом выходила 1–2 раза в неделю, да и то с моей помощью или с помощью Галины, моей жены. Еле-еле выводили ее из подъезда и усаживали на скамейку — вот и вся «прогулка». Конечно, мать очень переживала, что она, еще не старая женщина, беспомощнее нашего двухлетнего ребенка. Да и с внуком ей очень хотелось поиграть. Что мы только не делали! Перепробовали различные мази, массажи, растирания. Я водил ее по военным докторам — все напрасно. И вот полгода назад наша соседка зашла к нам на чаек и говорит: «Федоровна, я в книжном одну книжку видела — прямо для тебя! Завтра куплю». И действительно купила и принесла. Так наша семья, благодаря Вам, познакомилась с сабельником. Мать изучила книжку — и ко мне, достань да достань сабельник. Я говорю: «Мама, ну где я тебе его возьму». Заготавливать-то я его не умею, да и, честно говоря, не охотник я по нашим псковским лесам-болотам ходить, мне бы лучше с машиной повозиться. Еще честно признаюсь Вам: не поверил я тому, что Вы в книжке своей написали. Сейчас, думаю, времена не те, чтобы люди так вот запросто свои секреты выбалтывали. А она, неугомонная душа, мне говорит: «Так-так. Ну, раз родной сын не хочет своей матери помочь, придется помощи у чужих людей искать. Напишу-ка я этому Александру Кородецкому письмо, авось отклик-

нется и вышлет мне корни своего хваленного сабельника». Сказано — сделано. Мы с Галиной ходили, посмеивались, а через месяц к нам посылочка от Вас пришла. Мама тут же сделала две настойки Кородецкого. Одну принимала внутрь, а другой натирала больные суставы. Методично занималась лечением в течение месяца. Каково же было мое удивление, когда как-то прихожу с работы и вижу такую картину: Галина валяется с сынишкой на диване, книжку ему вслух читает, а мама стоит у плиты и ужин готовит. Я даже опешил. А мама усмехнулась: «Вот, Сашенька, а ты Кородецкому не верил». Так она прошла, как вы и советовали, 4 курса с перерывами в 2 недели. Теперь ходит в магазин, внука из ясель забирает, гуляет с ним, да все шутит: я, говорит, еще не старая, если так дела и дальше пойдут, можно и альпинизмом заняться. Спасибо Вам, Александр, избавили Вы нашу семью от болезни.

Зажили припеваючи. И все бы хорошо, да случился у меня аврал на работе, нервничал очень сильно, постоянно недо-сыпал. А в постель бухнусь — жена ко мне, а я от нее: мысли все работой были заняты. Но вот аврал закончился, тут бы, как говорится, супругу уважить, да сила мужская прямо испарилась. Вот уже 2 недели прошло, а прогресса в личной жизни никакого. А раньше-то и проблем с потенцией не знал никаких. Поверите ли, страшно произносить и писать это слово «раньше» здоровому 36-летнему мужчине. Стал я потихоньку у мужиков выведывать, что в таких случаях делают, признаться-то ведь стыдно. Пробовал выпивать, не помогает. Ходил к бабке-шептунье — не помогла. Хотел купить «Виагру», да услышал, что вредная она. Так вот и маюсь, и жена мается. Настроение у нас, сами понимаете, ни к черту. Решил написать Вам. Подумал, матери же Вы суставы вылечили, может, и мне поможете. Конечно, в том месте, лечение которого меня так интересует, суставов нет, но Вы же знаменитый фитотерапевт, авось и для этого места травка какая-нибудь найдется. Галинин

дед обмодвился, что была якобы такая «чудо-трава», которая «мужское достоинство» в порядок привести могла.

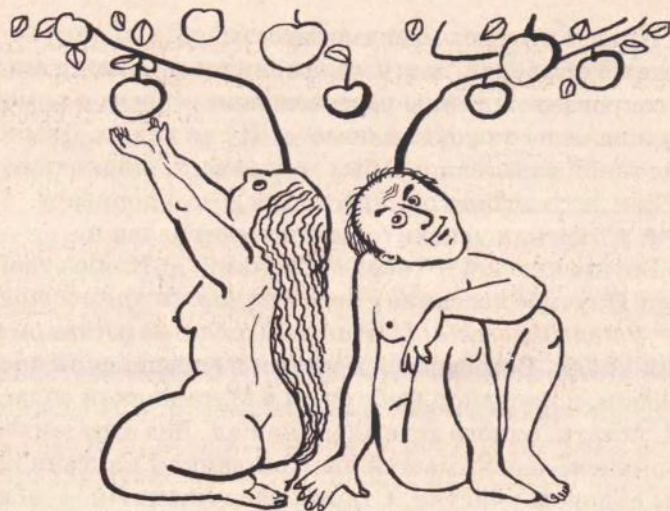
Александр Ершов

«Ну и письмецо!» — подумал я. Признаюсь вам, что о такой «чудо-траве» я не слышал. Что же мне, в урологи податься?

Из раздумий меня вывел звонок в дверь. На пороге стояла моя давняя знакомая Валентина Ивановна, которая обладает удивительной способностью появляться в нужное время и в нужном месте. Заходит она ко мне и говорит: «Ой, Сашенька, бледный-то какой, с лица совсем спал. На улице красота какая, а ты как тень по квартире бродишь. Угости-ка ты меня своим витаминным чайком весенним да расскажи, что тут у тебя творится».

Пошли мы с Валентиной Ивановной чай пить. Рассказал я ей все как есть, письмо Александра показал. А она: «Ну это разве беда, это же хорошо, что в тебя так люди верят да идеи тебе подкидывают. Между прочим, у мужа моей подруги такой же казус случился, как мужчина в письме описал. Так им одна бабка травку калган посоветовала — все как рукой сняло. А вот сын моей сестры, представляешь, за виагру взялся. Так что у молодого парня с давлением начало твориться! Он аж испугался, потом клялся-божился, что лучше все натуральное, только не эта химия. Так что тебе, Саша, и карты в руки — сама судьба подсказывает тебе идею новой книги. Наверняка есть какие-нибудь наши натуральные заменители заморской виагры, только мужики-то об этом не знают и травят себя химией или в депрессию впадают».

«Права Валентина Ивановна, — подумал я. — Придется взяться за эту проблему всерьез, хотя бы из чувства мужской солидарности. Но что же это за калган такой?»



Глава 1

КАЛГАН, ОН ЖЕ УЗИК, ОН ЖЕ ДУБРОВКА, ОН ЖЕ СВЯЗНИК

Стоило Валентине Ивановне уйти, кинулся я к «Энциклопедии лекарственных растений» и... ничего не нашел про калган. Тогда решил я позвонить в Тулу своему другу Диме Свечкину. Он не только фитотерапевт, но и биолог со стажем и с большим запасом знаний, может, слышал что-нибудь про эту загадочную травку. Но Дима ничем меня не обнадежил, сказав, что слышать-то про калган что-то слышал, но что конкретно — не помнит. Но все же друг есть друг, пообещал мне Дима что-нибудь придумать.

На следующий день — звонок из Тулы.

— Привет питерской знаменитости!

Я даже обиделся за эту «знаменитость»: люди мне свои сокровенные тайны рассказывают, просят о помощи, а я даже не знаю, как помочь. Ну да ладно, Димка всегда такой язвительный был, вечно всех «подкалывает». Да и не со зла это он, просто так, раззадоривает.

— А у тебя как успехи? — поинтересовался я.

— Все прекрасно! — говорит Свечкин. — Нашел твой калган! Научное название у него *Ланчатка прямостоячая* — *Potentilla erecta* (L.) Hampe. Только не растет он в наших краях. Встречается местами в европейской части России, в Западной Сибири да в Мурманской области. Я, кстати, одного деда адрес нашел. Дед этот живет в Мурманске и занимается выращиванием калгана на своем садовом участке. Старик заслуженный — всю войну прошел, а теперь считается местным Мичуриным. Зовут его Валентином Григорьевичем. Пиши, Саша, адрес его.

— Ты что, Дима, белены объелся! — возмутился я. — мне что же, за этим калганом прикажешь теперь в Мурманск отправляться? Хорошо хоть не на Северный полюс!

— А ты думал, фитоэнергетиком быть легко? — парировал Дима. — Пиши себе книжечки да по болотам лазай? Нет, друг ты мой ситный, ты ведь еще и исследователь. А русские исследователи ради науки в какие только экспедиции не отправлялись. Так что, взялся за гуж — не говори, что не дюж! Люди от тебя помощи ждут, а ты ленишься. К тому же от Питера до Мурманска не так уж и далеко, на поезде прокатиться, заодно на их полярный день полюбуешься. Пиши адрес...

Значит, нам туда дорога...

Созвонившись с Валентином Григорьевичем и услышав от него обнадеживающие слова («приезжай, милоч, все

тебе покажу и расскажу»), я отправился в путь. Ну вот, Саша, теперь ты настоящий исследователь, думал я, подремывая под мерный стук колес поезда.

Мурманск встретил меня пасмурным полярным днем и северным ветром с Баренцева моря.

Вот и квартира Валентина Григорьевича. Вот и сам хозяин: крепкий мужчина, глаза с прищуром, борода лопатой. Сколько же ему лет? Дима говорил, что он войну прошел, а выглядит очень молодо. А Валентин Григорьевич, словно угадав мои мысли, сказал: «Здорово, столичный гость. Ну что, хорошо дедушка сохранился? А мне уже семьдесят девять натикало. Ничего, я еще вам, молодым, фору дам. Ну, проходи к столу присаживайся, в ногах правды нет, сейчас перекусим. Я тебе все про калган расскажу, что знаю. А завтра на мою “фазенду” поедem».

У Валентина Григорьевича оказались свои средства против весеннего авитаминоза. Отведал я у него салат из молодых листьев березы.

✿ 150 г молодых листьев березы хорошо промыть водой, обдать кипятком. Затем мелко нарезать и добавить 40 г томатного сока. Соль по вкусу.

Еще мне посчастливилось пить чудодейственный витаминный напиток из хвои сосны.

✿ 50 г молодой хвои сосны растереть, положить в эмалированную емкость и залить 2 стаканами горячей кипяченой воды. Настаивать 2 часа в темном прохладном месте. Раствор процедить, можно добавить 1 ч. ложку яблочного уксуса. Этот напиток надо пить непосредственно после того, как он отстоится.

Скажу вам, дорогие читатели, по совести: без рюмочки не обошлось. Хлопнули мы с Валентином Григорьевичем по рюмашке какой-то ароматной настойки за встречу.

Я узнал от собеседника удивительные вещи. Оказывается, еще его дед знахарством занимался и все свои секреты внуку передал. А Валентин Григорьевич решил поделиться со мной сведениями о калгане, поскольку ни дети, ни внуки его интерес к травам пока не проявляли.

Так вот ты какой, калган!

О чудодейственных свойствах этой травы было известно давно. А в справочниках я калган не нашел, потому что он только-только начинает завоевывать признание официальной медицины. Встречается эта трава и в Мурманской области, и в Киевских полесьях, и в районе Иркутска, и на Кавказе. Растет калган и в Европе, и в Малой Азии. Поэтому называют его по-разному: узик, дубровка, связник, могущник, завязный корень, вязиль.

Лапчатка прямостоячая (калган) — травянистое растение из семейства розоцветных, высотой 20–30 см. В Мурманской области ее можно встретить всюду: на полянах и лесных опушках, на сырых лугах и болотах, по берегам рек, ручьев и озер.

Стебель у калгана тонкий, приподнимающийся, ветвистый. У других видов лапчатки стебель ползучий. Листья тройчатые, очередные, сидячие, прикорневые, 3–5-пальчатые, с черешком. Листовая пластинка рассечена на три зубчатые дольки, а у основания листа есть еще два маленьких прилистника, в результате создается впечатление, что листовых долек не три, а пять. На концах тонких ответвлений стебля располагаются одиночные ветки с четырьмя золотисто-желтыми лепестками и многочисленными тычинками. Количество лепестков в цветке — отличительный признак этого вида растения, так как у других видов лапчатки лепестков обычно пять. Заготавливают калган осенью, чаще всего

в конце сентября — начале ноября, когда пожелтеют листья, или ранней весной. Корни отмывают, мелко крошат ножом и сушат при комнатной температуре или в сушилке при 50–60 °С. Запах свежих корневищ напоминает запах розы. После сушки этот запах теряется. Хранит корни калгана Валентин Григорьевич в плотно закупоренной стеклянной банке, в темноте они могут храниться 4 года. Ни цветки, ни листья, ни стебель этого растения не представляют интереса для лечебных целей.

Ну вот мы и выехали за город, бредем с Валентином Григорьевичем через лесок к его «фазенде». Дождичек моросит. Да, май месяц на Кольском полуострове еще менее приветливый, чем у нас выдался, — +10 °С, ветер. Но воздух! Эта смесь ароматов прошлогодней листвы, сосновой хвои и смолы, да еще дуновение ветра с Баренцева моря! Дышится полной грудью, не то что в городе. Вышли мы на лесную опушку — и у меня зарябило в глазах: такое впечатление, что в траве перед глазами млечным путем расположились желтенькие звездочки. «Здравствуй, калган. Вот ты какой, оказывается», — вслух произнес я, не стесняясь своего спутника. Человечек, который по роду своей деятельности связан с различными растениями, всегда с ними разговаривает. Для нас, фитоэнергетиков, они такие же живые существа, как и люди. Поговоришь с ними, поздороваешься, в пояс им поклонись — и помогать эти травки будут лучше.

Да, не заметить калган невозможно! Особенно сейчас, в мае. Даже в густой осоке и мхах светятся его цветки путеводными звездочками. «Звездочки» эти приподнимают над землей на 30–50 см прямостоячие стебли. Теперь я начинал понимать, почему научное название калгана — лапчатка, а в народе прозывают калган «гусиными лапками». Это все из-за формы листоч-

ков — они по форме напоминают гусиные лапки. Эти стеблевые листья — сидячие, тройчатые, с двумя крупными трилистниками, от чего весь лист кажется пятипальчатым. Цветки одиночные, на длинных тонких цветоножках-вилочках. Венчик — четырехлепестковый, золотисто-желтый, с красным пятнышком у основания. Валентин Григорьевич поведал, что плоды калгана — многосемянки, состоящие из 5–12 семян. Семянки — яйцевидные, гладкие, реже — слегка морщинистые, длиной 1,6–2 мм. Калган распространяется именно при помощи этих семян.

Интересное растение, ничего не скажешь! С одной стороны, неброское, а с другой стороны — на него глаз радуется. На опушке без него было бы скучновато. А так желтые звездочки как огоньки вспыхивают, сердце путнику веселят. Пусть небо серое, пусть дождик моросит, но уже цветет калган, а значит — и на Кольский полуостров весна пришла.

В калгане спрятана мужская сила?

Пока мы по лесу шли, мой спутник удивительные вещи про калган рассказал. Это растение еще дед Валентина Григорьевича заготавливал. Оказывается, у деда моего спутника 12 детей было. Последнего сына он «родил» в 62 года. А мужики со всей деревни ходили за «корешком» к деду Степану, себя лечили и бабам своим давали, чтобы те не кисли. Деревня та росла как на дрожжах! И народ по большей части крепкий был. Я охотно этому поверил, глядя на бодрого старика, шагающего рядом со мной. Да ему и семьдесят-то не дашь, лет шестьдесят от силы. Передаю, как запомнил, слова Валентина Григорьевича.

«Знаешь, Саша, человек, я думаю, не старится до тех пор, пока в нем живет задор молодецкий. А когда есть этот задор? Когда есть с кем молодиться да миловаться.

Любовь, она, понимаешь, такая штука: все омолодить способна! Вот жена моя младше меня на 18 лет, а я ее сейчас без боязни на юг отправил. Конкуренты-то мне не страшны. Какие они, современные мужики? Только бы с работы домой приползти, на диван шлепнуться да в телевизор уставиться. А потом поужинать и спать. Поэтому-то у нас на Руси бабоньки по большей части не обласканные. Все из-за этой мужской лени. А женщины что только ни делают, как перед своими мужьями хвостами ни крутят: и прически, и чулочки тебе, и ужин с вином — ничего не помогает. Многие так своих мужей споили даже. Дойдет у них дело до «этого», а он быстро, раз-раз, две минуты, и все закончил, отряхнулся и пошел. И остается женщина неудовлетворенной, а от этого характер у нее становится стервознее некуда! Ну, она муженьку своему рюмку-другую и поднесет — так вроде подольше тот «трудится». Так вот, рюмка за рюмкой, и спивались мужики. Нет чтобы народными средствами заинтересоваться! Я калган весной принимаю — и не только для потенции, он весь организм укрепляет, силы придает. Настоящим мужиком себя чувствую! Поэтому и жену не страшно на юг отпускать».

«Здесь, как и везде, — продолжал Валентин Григорьевич, — главное — не переборщить, соблюдать дозировку. Племянш мой, Васька, из-за своей неумеренности натворил делов в прошлом году. Приходит как-то раз ко мне и плачется: «Дядька, выручай. Врачи говорят — простатит». Дал я ему корешков, рассказал, какую настойку можно сделать. А он месячную дозу за две недели выпил! Жена его замаялась с непривычки — такой прыти она от него даже в медовый месяц не видела. А ему, шельмецу, все мало! На сторону подался. Чуть они не развелись, да дети их удержали. Пришлось для равновесия и Наталке корешков давать. Так что теперь ждут прибавления в семействе и живут душа в душу.

Видишь, Саша, в калгане-то спрятана не только мужская сила, но и женская».

Калган на приусадебном участке

Вот и пришли мы на «фазенду» Валентина Григорьевича: небольшой, но добротный домик, тут рябинка растет, там — сосенка, несколько кустиков смородины, а вокруг грядки с разными травами. Мой новый знакомый говорит мне: «Не удивляйся, Саша, меня мои соседи-садоводы дедом-травником прозвали».

Вижу: у забора, рядом с молодой сосной, цветет калган. Я к Валентину Григорьевичу сразу же с вопросом: зачем выращивать калган на участке, если его в лесу великое множество? Усмехнулся старик в бороду: «Ну, милоч, если постоянно в лесу выкапывать, что же от леса-то останется?! Если можно растение какое у себя посадить, так надо его культивировать. Опять же наблюдать за ним так удобнее, когда оно тут вот рядом, под боком. Я же здесь, на даче, пять месяцев в году провожу, в городе только зимую. Сначала я стал выращивать калган из спортивного интереса. А потом заметил, что у лесного-то корешки помельче моего будут. Экология, говорят, неблагоприятно сказывается. А я свой, домашний, калган и удобрением подкормлю, и семена вовремя соберу, и поговорю с ним — растения, сам знаешь, это любят. А иногда так поясницу прихватит — никакие травы не помогают! Бывает, и до леса не дойти, а мужики просят помочь, совсем что-то у нас мужик обессилел. Ну вот я им с участка-то корешки калгановы и копаю».

От таких признаний я даже опешил. А вы, спрашиваю, сабельником не пробовали поясницу лечить? Оказалось, что Валентин Григорьевич все перепробовал, а до сабельника пока не дошел. Я, конечно же, подарил ему свою книжку «Сабельник — болотный целитель» и по-

обещал, что как только вернусь домой, сразу вышлю ему корни этой замечательной целебной травы.

Как я уже упоминал, размножается калган семенами. Семена у него начинают вызревать по хорошей солнечной погоде начиная с июля месяца. Их Валентин Григорьевич собирает, дает им просохнуть на воздухе, в тени (лучше делать это в солнечный день). Затем травник раскладывает семена по небольшим матерчатым мешочкам, им ведь тоже воздухом дышать надо, они живые, в них спрятана жизнь «завязного корня». А корень этот способен оживить нас, российских мужчин, от авитаминозной спячки.

Теперь перед травником открываются две возможности.

Способ первый. Проращиваем семена

Для этого возьмем кусочек ватки и положим на блюдечко или в «розетку». На ватку насыпаем небольшое количество семян (10–20), сверху накроем другой ваткой и зальем теплой отстоявшейся водой. Дней за 5–6 семена набухнут. Вам надо время от времени проверять их состояние — приподнимать верхнюю ватку и приглядывать за ними. Если вода пересохнет, подлейте новую. Набухшие семена посадите на глубину 1 см в горшок. Когда растение прорастет и у него появятся 5 листочков, его можно рассадить по отдельным торфяным горшочкам. Состав почвы при этом большого значения не имеет. Лучше обойтись без песка. Следите за тем, чтобы растениям хватало влаги. Затем растения-подростки высотой 20–25 см высаживаем в открытый грунт.

Способ второй. Не проращиваем семена

Семена можно не проращивать, если они у вас присутствуют в избытке. В теплых краях — на Кавказе, в Малой Азии — семена высевают в открытую почву в фев-

рале-марте. В более прохладных зонах лучше сеять под зиму. Глубина заделки семян — 1 см.

Для высадки калгана почву надо готовить по типу полупара. Под раскопанную часть земли необходимо внести навоз (4–5 кг на 1 м²) и рассчитанную на ваш метраж дозу минеральных удобрений. Если вы сажаете в 2–3 ряда, то ширина междурядий должна быть 45–70 см, чтобы корневища могли развиваться, не мешая друг другу.

Уход за растениями включает 3–4 культивации междурядий, 2–3 прополки в рядах. Появившиеся всходы прореживают на 20–30 см.

Помните, что калган предпочитает открытые сыроватые места. Поэтому не сажайте растение в тени деревьев и следите, чтобы почва, в которую он посажен, не пересыхала.

Корневище убирают во время отмирания надземной части растения. Это происходит на второй или третий год жизни в сентябре-октябре или в апреле-мае.

Вершки или корешки?

Удивительное дело, как по-разному с разными растениями распорядилась природа. У одного все части для лечения годятся. Примером этому служит мой любимый сабельник болотный — у него для изготовления различных снадобий, чаев и настоек годятся и листья, и корни.

С калганом — другой коленкор. Как в сказке про медведя и мужика, помните? Посадил мужик репу. Пришел к нему медведь и говорит: «Давай, мужик, делиться!». А мужику палец в рот не клади! Он мишке и отвечает: «Я и не против, поделюсь с тобой. Возьми, Михайло Иванович, хоть вершки. А я, так и быть, заберу корешки». И, как вы догадываетесь, мужик всю зиму репку сладкую ел, а медведь — лапу сосал. Так

что, дорогие мои читатели, оставьте вершки калгана медведю, а себе забирайте ценные, полные «силушки молодецкой» корешки.

Правда, Валентин Григорьевич припомнил, что его дед Степан заготавливал во время цветения и веточки калгана с цветущими цветками. Сбирал их в пучки, сушил, подвешивая под потолок избы, и добавлял в чай. Позже я узнал, что листья и цветки лапчатки содержат витамин С. Но корень все же обладает гораздо более активным действием, нежели вершки калгана.

Заготавливаем корешки

Как же правильно заготовить эти «волшебные» корешки? Ведь от правильности заготовки зависит и конечный результат вашего лечения. Конец сентября и октябрь — лучшее время для копки корня лапчатки прямостоячей. Выкопанные корни калгана необходимо промыть холодной водой и очистить от придаточных корешков. Всю почерневшую часть надо срезать до тех пор, пока не покажется коричневая или темно-красная часть. Выкопанные корни калгана необходимо, принеся домой, тщательно промыть холодной проточной водой и очистить от земли, а также от тонких придаточных корешков. Бывает, что корень калгана немного подгнивает в земле, поэтому его надо срезать до тех пор, пока на срезе не будет вместо черного цвета темно-коричневый или красный. Подготовленные таким образом корни городскому жителю можно подвялить в нежаркой духовке или посушить над отопительной батареей в течение 2–3 дней. После этого корень нарезается острым ножом на мелкие кружочки и досушивается. Технология позволяет сохранить почти 90 % полезных веществ, содержащихся в калгане. Храниться корешки могут около 4 лет.

Если же вы стоите ближе к природе, то можно поступить следующим способом: промытые в холодной воде корешки можно «проявить» на открытом воздухе, на солнышке. Затем, в течение 3–4 дней корневища можно просушить на чердаке под железной крышей или под навесом с хорошей вентиляцией (а лучше — в сушилках при температуре 50–60 °С), раскладывая тонким слоем (2–3 см) на бумаге, ткани или решете. Срок хранения этого сырья — до 6 лет.

Для хранения корней Валентин Григорьевич посоветовал использовать стеклянные банки. Он наполняет их корешками и ставит в темный прохладный чулан.

В естественных условиях корневища калгана развиваются медленно, ежегодно вес корня одного растения увеличивается всего на 0,16–3,2 г. На участке можно добиться гораздо лучших результатов, если вы будете своевременно подкармливать ваши посадки.

Я поинтересовался у Валентина Григорьевича, не используется ли корень лапчатки в парфюмерии. Уж больно он завлекательно розой пахнет. К моему удивлению в парфюмерии этому корню применение не нашли, зато его используют... в рыбной промышленности. Корень здесь выступает в роли пряности и консерванта: он вызывает уплотнение мяса рыбы и придает ему слегка розоватый оттенок, а также специфический тонкий, приятный аромат и вкус. Применяют калган и в кулинарии. Корни лапчатки отваривают и подают с маслом. Я сам пока не пробовал, но Валентин Григорьевич уверяет, что лучшего блюда для романтической встречи и быть не может, поскольку после такого блюда последует достойное (и бурное) продолжение.

На севере листья калгана издавна использовали в качестве приправы к мясным, рыбным и крупяным блюдам. Говорят, что вкус — специфический (в хорошем смысле этого слова).



Глава 2

МУЖСКИЕ СЕКРЕТЫ

В этой главе я хочу познакомить вас, дорогие читатели, с теми рецептами, о которых поведал мне мой новый знакомый Валентин Григорьевич, травник из Мурманска. Какие-то секреты стали известны ему от деда Степана, какие-то — от местных бабок, а некоторые сам собирал по крупицам да по слухам.

Самое простое «бабкино» средство, которое должно помочь не ударить в грязь лицом в моменты интимной близости с дамами, — это обыкновенная ладанка с корешком калгана. Чем больше корешок, тем больше будет ваша сила.

Рецепты деда Степана для увеличения мужской силы

Эти рецепты перешли по наследству к моему новому знакомому от деда Степана. Опробованы они пятью поколениями. Валентин Григорьевич говорит, что средства эти очень эффективны. Он этими снадобьями лечил и бывших однополчан, и соседей, и родственников, и знакомых.

Такой уж у нас менталитет. Во-первых, пока гром не грянет, о профилактике разных болезней мы и думать не будем. А во-вторых, к врачу идти — это для нас самое последнее дело, тем более к урологу или проктологу. Вот и пользуемся народными рецептами. Впрочем, Валентин Григорьевич считает, что народные средства если не помогут, так хоть не навредят, а современные лекарства не столько лечат, сколько калечат.

— Вот, — говорит Валентин Григорьевич в подтверждение своего мнения, — прочти-ка, Саша, это письмо, мне его друг моего двоюродного брата прислал, которому мне помочь удалось. Он в Москве живет, так я ему с братом сушеные корешки передавал. У него как раз период такой был — седина в голову, бес в ребро: с женой прожил 25 лет и развелся. Развелся из-за любви: влюбился в двадцатилетнюю вертихвостку и женился на ней. Решили они с молодой женой и детишек настраивать — а тут проблема. Московские врачи только руками разводят. Он к знакомым с расспросами. Они ему на советовали «виагру» пить. Моды там у них в Москве такие: чуть что, так всякую заморскую дрянь в рот пихать! Он ее попил, какое-то время молодуху свою поублажал, а потом опять то же самое, да и зрение что-то у него падать стало. Вот брательник мой про меня-то и вспомнил. Приехал в гости, сам корешками запаса и другу своему захватил. Тот «молодожен» через два месяца и прислал мне это письмецо.

Здравствуйте, Валентин. Очень Вам благодарен за то, что Вы спасли мою личную жизнь. Сами понимаете, второй брак с молоденькой девушкой — это определенный риск. Риск, что молодая жена разлюбит, риск, что старшие дети засмеют. Это, наверно, моя последняя страстная любовь. Все готов для своей Марии сделать! Но ни дача, ни квартира, ни машина не заменит женщине любовника. Да и что за семья без детей! Маша в свои двадцать хотела иметь ребенка, да вот незадача... И загвоздка-то вся эта была во мне! Не долечил я в молодости простатит — махнул на него рукой, когда болевые ощущения пропали. Эх, молодость да беспечность! Зато теперь, в мои пятьдесят, мне эта беспечность боком вышла. И Маша моя загрустила — молодая женщина вышла замуж, а несколько месяцев нормального секса не видит! Опять же, с подружками общается, у них все хорошо (женщины ведь любят языками про свою личную жизнь чесать), а она мало того что за «старика» замуж вышла, так еще в постели радости никакой. Попробовал «виагру» — у нас тут все мужики, чуть какая проблема с «этим», так сразу за эти «голубые таблечки» хватаются. Сначала вроде ничего, все пришло в норму, Машка повеселела. А потом, то ли я этой виагры переел, сначала давление подскочило, потом зрение падать стало, а потом и все остальное упало. Кинулся я тогда к Вашему брату, Леониду, он как-то про Вас чудеса рассказывал. А Леня и сказал, что собирается к Вам на Кольский полуостров отдохнуть приехать, заодно корешков каких-то для себя набрать. Тут я ему взмолился: помоги, мол, последняя надежда. А «виагру» я есть перестал, еще не хватало в 50 лет ослепнуть!

Вот и привез мне Леня от Вас подарочек и рецепты. Корней дикой спаржи я не нашел, так что ограничился средством «Геркулес» и настойкой «Калганочкой». Сначала я принимал настойку 25 дней, и дело пошло на поправку. Потом, когда в приеме настойки был двухнедельный перерыв, я принимал «Геркулес», причем не только непосредственно перед «этим», но и с утра, потому что боял-

ся, не поможет. А на работе у меня такое началось! Стоит в офисе какой-нибудь мало-мальски фигуристой «юбке» появиться — у меня такая эрекция, какой и в 20 лет не было. Перестал я тогда злоупотреблять, стал «Геркулес» принимать только перед тем, как спать ложимся. А там уж нам и не до сна... Ни я, ни она теперь выспаться не можем, зато такой секс, что прямо на крыльях оба летаем. Мы даже решили с ребенком пока подождать, годик пожить для себя. Я, правда, ей в шутку говорю: «Вот ты через годик молодого найдешь и бросишь меня». А Машка мне отвечает: «Да ты что, Гриша, разве молодые так, как ты, смогут!»

Зрение у меня потихоньку нормализовалось, а после повторения курса «Калганочки» у меня и проблемы с желудком прошли, а врачи уже говорили о язве. Так что травка эта ваша, Валентин, похоже, не только от полового бессилия людей избавляет. После второго курса от проблем с потенцией у меня и следа не осталось! Больше пока не принимаю калган. Ну а если эти проблемы, не дай Бог, возникнут (тьфу-тьфу-тьфу через левое плечо), буду обращаться к Вам за советом и за корешками. У нас ведь это растение не водится, да и в аптеках его в продаже почему-то нет.

До свиданья. Знайте, что теперь в Москве у Вас есть надежные друзья — мы с Машкой.

Осталось только привести рецепты этих чудодейственных средств для восстановления мужской силы.

Средство «Геркулес»

Взять 10 г измельченного корня калгана, 4 г семян лука, 10 г семян конопли, 10 г семян дикой моркови, 12 г семян крапивы, 12 г семян белого мака, 15 г семечек кунжута, 20 г сахара. Засыпать в ступку и тщательно измельчить и растолочь при помощи пестика. Затем взять 5 г смеси, немного разбавить десертным вином и принимать непосредственно перед близостью.

Средство «Три богатыря»

100 г сушеных корней калгана, 0,5 кг корней дикой спаржи, 50 г семян моркови и 50 г семян репы смешать и измельчить. В крупную емкость налить молоко и довести его до кипения. Добавить к молоку смесь из корней и семян и 1 кг сливочного масла. Кипятить на медленном огне нужно до тех пор, пока молоко не выпарится. Полученную густую массу принимать 1 раз в день в пределах от 80 до 150 г. Принимать утром.

Средство «Надежда»

40 г сушеного измельченного корня калгана, 20 г листьев подорожника, 20 г листьев барвинка смешать. 2 ст. ложки смеси залить 200 мл кипятка. Настаивать 40 минут. Пить по 1/4 стакана до и после еды. Принимать 3 недели, потом сделать перерыв на 1 месяц.

Настойка «Калганочка»

100 г корня калгана и 50 г корня айры перемешать и растолочь. Поместить в стеклянную банку, залить 1 л водки. Настаивать в течение 2 недель. После этого настойку можно процедить, тщательно отжав при помощи марли пропитавшиеся водкой корни. Принимать по 30 г в день, желательно вечером. Пройдя этот курс, сделать перерыв на 2 недели. Затем курс можно повторить.

Болгарские рецепты «для двоих»

Вы, наверное, удивились: откуда в этой книге взялись болгарские рецепты? Да от того же Валентина Григорьевича. Во время войны полк, в котором он сражался, проходил через столицу Болгарии — Софию. Близ этого города Валентин Григорьевич был ранен, и его отвезли в одну из софийских больниц. В этой больнице он познакомился с молодым болгарским доктором Витомиром, у которого, как оказалось, в роду тоже были знахари. Витомир применял в качестве лекарств не только медикаменты, но и народные фитотерапевтические

средства. В частности, настойку калгана он применял как кровоостанавливающее средство. Кстати, отвары и настойки лапчатки прямостоячей в Болгарии употребляют с давних времен при диарее, дизентерии, гастрите, ахилии, язве желудка, заболеваниях печени.

Так вот и завязалась крепкая дружба русского солдата-травника и болгарского врача-травника. Продолжается она до сих пор. Витомир живет в Софии, и прекрасно себя чувствует в свои 82 года. А все благодаря корешкам и травкам, в том числе — калгану. Валентин Григорьевич переписывается со своим болгарским другом, они обмениваются фитотерапевтическим опытом и различными рецептами. Раньше в гости друг к другу ездили, да и сейчас не оставляют надежды снова увидеться.

С разрешения Валентина Григорьевича я поделюсь этими чудодейственными болгарскими рецептами. Уникальность их в том, что они идеально подходят для романтического ужина. При этом многие из них не только увеличивают мужскую силу, но и усиливают женское либидо.

✿ «Жаркое» из калгана и свеклы (порция на двоих)

120 г свежих корней калгана вымыть, очистить, мелко нарезать. 2 крупные луковицы измельчить. На разогретую сковородку влить растительное масло и добавить лук и коренья. Когда лук стал золотистого цвета, сделайте минимальным огонь вашей плиты, накройте сковородку крышкой и тушите 5–10 минут. Возьмите 2 крупные свеклы, вымойте, очистите от кожуры, натрите на крупной терке и добавьте к вашему «жаркому». Посолите. Тушите 15–20 минут, временами помешивая. Тушиться «жаркое» должно в достаточном количестве масла, по необходимости масло можно добавлять. Употреблять в теплом виде.

Секрет «жаркого» в том, что целебные силы корня калгана можно усилить свеклой. Этот замечательный овощ

содержит в себе такие полезные вещества, как марганец, медь и цинк, которые положительно влияют на функции половых желез.

✿ Морковный салат

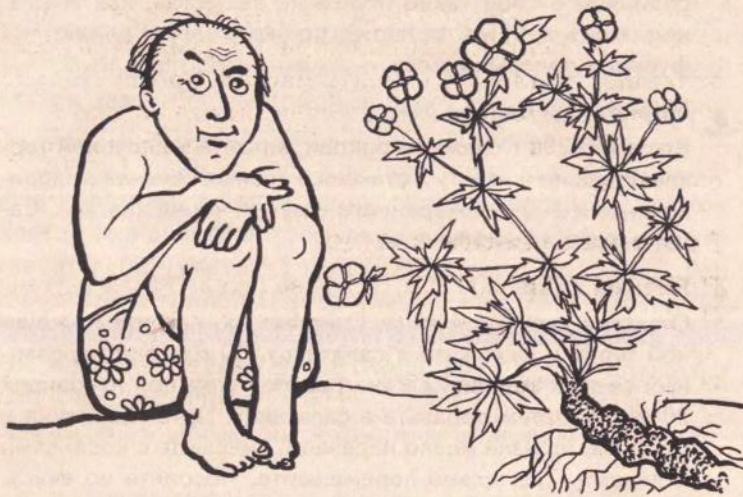
Возьмите 200 г свежей моркови, натрите на крупной терке. Добавьте к ней 1/2 стакана жареных семечек подсолнечника и 100 г обжаренного с луком корня калгана. Салат заправьте майонезом.

✿ Яичный салат

Отварите вкрутую 4 яйца. Очистите их, натрите на крупной терке и выложите в салатницу. 50 г мелко нарезанных свежих корней калгана тушите с крупной луковицей 20 минут, затем добавьте в салатницу. Пучок базилика и пучок пастернака мелко нарежьте, смешайте с кореньями и яйцами. Тщательно перемешайте. Посолите по вкусу. Этот салат можно заправить оливковым маслом или сметаной.

✿ Гарнир «Болгарская смесь»

100 г свежих корней калгана очистите, мелко нарежьте, обжарьте с 2 крупными луковицами. 2 сладких болгарских перца (зеленый и красный) мелко нарежьте и выложите на сковородку. Тушите перец и коренья 10–15 минут. Добавьте к «жаркому» банку консервированной кукурузы, тщательно перемешайте, обжаривайте 2 минуты. Снимите сковородку с огня и добавьте к овощам и кореньям 8 ст. ложек с горкой вареного и промытого риса. Тщательно перемешайте. Этот гарнир прекрасно гармонирует с блюдами из птицы.



Глава 3

ЧУДО-СРЕДСТВО ОТ ПРОСТАТИТА

Прежде чем познакомить вас, дорогие мои читатели, с рецептами Валентина Григорьевича, мне хотелось бы немного рассказать о простатите — серьезнейшей проблеме нашего времени. Серьезность ее заключается не только в том, что простатит — прямой путь к импотенции, но и в том, что проблема эта недостаточно освещается СМИ, врачами, да и нами, травниками.

Размах у этого недуга поистине чудовищный! Подумать только, у 58 % российских мужчин возникали когда-нибудь проблемы с предстательной железой. И у 28 % эта болезнь остается недолеченной. Причиной такого наплевательского отношения к лечению является

наша с вами мужская бесшабашность. Мужик, сильный пол, а должен ходить на прием к урологу, а уролог этот еще предлагает сделать массаж предстательной железы... Ну уж нет! Авошь ничего не отвалится!

Отвалиться — не отвалится, а вот проблем потом не оберетесь.

Врага надо знать в лицо

Простатит называют болезнью водителей и донжуанов. Именно простатит все чаще лишает современных мужчин радостей секса. По различным оценкам, от 20 до 80 % представителей сильного пола старше 20 лет страдают от простатита.

Какие особенности поведения и образа жизни повышают шансы мужчины заболеть? Прежде всего, это беспорядочные половые связи, результатом которых становятся различные урогенитальные инфекции. Существуют также факторы риска, которыми считаются сидячая работа и гиподинамия, бесконтрольное применение антибиотиков, алкоголя, привычка носить (внимание, мужчины!) тесное белье. Свой отрицательный вклад вносят переохлаждение организма и хронический стресс. К сожалению, сильный пол чрезвычайно уязвим в стрессовых ситуациях, и переносим мы эти ситуации гораздо болезненнее, чем вы, милые женщины. Среди мужчин, особенно это касается старшего поколения, распространен миф, что простатит — неизлечимое заболевание. К нему относятся как к неизбежному явлению, стоически выдерживают все его проявления и не спешат обращаться к специалистам. В результате врачам приходится иметь дело с довольно запущенными случаями. Помните: если прийти к урологу вовремя, можно не сомневаться в успехе лечения. А с болезнью, которая прочно обосновалась в организме, приходится долго бороться.

Оказывается, под названием «простатит» медицина объединяет два схожих вида заболевания, суть которых одна — воспаление предстательной железы.

Первый вид заболевания — инфекционный простатит. Он возникает из-за различных бактерий, вирусов или грибков, которые передаются половым путем. Обычно этот вид простатита встречается у мужчин, часто меняющих сексуальных партнеров и не заботящихся о гигиене интимной жизни.

Второй вид — застойный простатит, причина которого — застой секрета предстательной железы и крови в венах этого органа. Его развитие напрямую связано с нерегулярной половой жизнью, а также с длительной сидячей работой, например, у водителей или тех, кто весь день проводит у компьютера. Этот вид простатита урологи иногда называют «болезнью дальнотойщиков». Недуг обычно побеждает, когда иммунитет ослаблен на фоне гормональных или нервно-вегетативных нарушений. Примите к сведению, что если в организме есть очаги инфекции, например, «безобидный» (на первый взгляд) тонзиллит или кариес, то микробы оттуда могут проникнуть в предстательную железу и способствовать развитию воспаления.

Простатиту в его борьбе с вашим здоровьем помогают вредные привычки — алкоголь, курение, наркотики. Эти вещества медленно отравляют центральную нервную систему, кроме того, происходит жировое перерождение печени и тканей яичек, снижается их активность и ухудшается работа. В результате заметно уменьшается количество мужских половых гормонов и появляется воспаление предстательной железы.

Между прочим, простатит «отдает предпочтение» определенному климату. Мужчины, живущие в районах с повышенной влажностью и преобладанием низкой температуры, болеют чаще (это, кстати, касается

всех моих земляков-петербуржцев). Оказывается, охлаждение создает благоприятные условия для проникновения микроорганизмов в предстательную железу, способствует снижению иммунитета.

Кстати, злоупотребление спиртными напитками часто возникает из-за переохлаждения. Привыкли русские люди себя согревать водкой. Да еще не рюмкой, а стаканом — «чтобы не заболеть». Но есть же рецепты прекрасных согревающих чаев, в которые можно добавить несколько капель спиртовой или водочной настойки, а можно и не добавлять — и так согреют.

Здесь я думаю, самое время поделиться с вами согревающими рецептами Валентина Григорьевича.

Согревающие чаи, способствующие повышению потенции

Липовый чай

2 ст. ложки соцветий липы, 1 ч. ложку сухого, тщательно измельченного корня калгана заварить кипятком (300 мл воды), настоять в термосе 15–20 минут. Затем в термос добавить 2 ст. ложки меда. Когда мед растворится, чай готов.

Можжевельный чай

Возьмите 0,5 кг ягод можжевельника, удалите из них семена и, залив 1 л воды, нагрейте до комнатной температуры, а затем залейте в термос.

2 ст. ложки корней калгана и 1 ст. ложку мяты или Melissa залейте 300 мл крутого кипятка и настаивайте на паровой бане 30 минут. Затем настой залейте в термос с можжевельником и настаивайте 2 часа.

При употреблении избегайте добавлять сахар.

Сосново-калгановый мед

Наберите молодых сосновых шишечек столько, сколько их может вместиться в ту емкость, в которой вы будете

готовить мед. Лучше всего для приготовления этого целебного напитка подойдет эмалированная кастрюля. Поместите в кастрюлю с холодной водой шишечки так, чтобы вода поднялась на 2–4 см выше шишек. К шишкам добавьте 3 ст. ложки сухих измельченных корней калгана. Варите 20–30 минут при плотно закрытой крышке. Следите за тем, чтобы вода не испарилась и не пригорела. Затем снимите это варево с огня и дайте ему отстояться сутки. Жидкость слейте, процедите в другую кастрюлю. Добавьте сахарный песок из расчета 1 кг на 1 л, хорошенько размешайте и варите этот сироп на среднем огне 2–2,5 часа до тех пор, пока настойка не покраснеет. В горячем виде разлейте этот мед в стерилизованные бутылки и закупорьте крышками или пробками. Принимайте по мере необходимости с травяным чаем.



Настойка «Согревающая»

Возьмите сухие измельченные корни калгана и хорошую водку из расчета 25 г корней на 0,5 л водки. Смешайте эти ингредиенты в такой стеклянной емкости, которую можно плотно закупорить. Настаивайте 3 недели, взбалтывая через день. Настойку можно употреблять по 30 г перед сном, или добавлять в травяные чаи — 1 ст. ложку настойки на 1 стакан горячего чая.

Исцеление «второго сердца» мужчин

Валентин Григорьевич поделился со мной опытом и рецептами, которые оказались действенными средствами против заболеваний «второго сердца» мужчин, которым является предстательная железа. Хочу вас предупредить, дорогие читатели, что средство это является эффективным для тех, у кого болезнь не запущена. Если же человек лечился-лечился от воспаления простаты и не долечился, то Валентин Григорьевич никаких гарантий не дает, хотя считает, что попробовать все-таки стоит. Главное только — не переборщить, не



торопиться и соблюдать дозировку. А случаи в фитотерапевтической практике этого травника всякие бывали. Показал он мне любопытное письмецо из города Петрозаводска. Один житель этого города был в Мурманске в командировке. Проблемы с предстательной железой его давно волновали, да все к врачам не обратиться было — некогда: то работа, то командировки, то дача и т. д. и т. п. А в Мурманске узнал он от местных жителей, что живет здесь дед, который эти проблемы решить помогает с помощью какого-то корешка. Вот и обратился этот мужчина к Валентину Григорьевичу за помощью. Дед-травник, конечно же, помог ему и корешками, и советом. А через полгода получил письмо из Петрозаводска следующего содержания:



Здравствуйте, Валентин Григорьевич! Я тот самый «командировочный» из Петрозаводска, Алексей Одинцов, который полгода тому назад с «щепетильной» проблемой к Вам пришел.

Рассказал я Вам немного о себе, а Вам уж все и ясно стало, что причина моего простатита крылась в сексуальной неводержанности и неразборчивости. Одно слово — «командировочный» — у нас, таких как я, по всей России «невесты» есть. Вы меня снабдили корешками калгана и рецептом, но посоветовали для начала по приезду домой провериться на всякие скрытые инфекции. Да я и сам думал, что надо бы этим заняться, да все тянул — вот 33 года стукнет, тогда и буду здоровьем своим заниматься и «честь блюсти». Но уж очень сильно Вы меня тогда напугали, и правильно сделали.

Пошел я по врачам. Они, конечно же, обнаружили у меня весь «букет» скрытых инфекций. И началось лечение: антибиотики — анализы — антибиотики — анализы. Это продолжалось полтора месяца. То ли иммунитет у меня за это время от антибиотиков ослабел, то ли простата обострялась начала, только помимо болей в яичках стал

ощущать еще и боли в области поясницы. Врачи сказали, что такое бывает, мне же от этого легче не стало. Надо же, думаю, у 28-летнего человека может поясница болеть!

Короче, вылечился я от инфекций. А пока лечился, настоечка у меня Ваша дошла до нужной кондиции. И стал я ее принимать, как Вы мне и советовали: по 30 капель 3 раза в день до еды. Я даже настой из листьев мелиссы сделал по вашей рекомендации, благо она у матушки на даче растет.

Пил я так эту настойку 1,5 месяца. Временами, казалось, что боли обостряются. Тогда я чертыхался: вот дед подсунил гадость, еще и хуже себе сделаю. А потом боли стихали. В последние 2 недели приема боли тихо-незаметно сошли на нет. Я сделал перерыв на 2 недели и еще месяц принимал настойку — боли не возобновлялись. Так что спасибо Вам огромное за то, что вернули радость жизни без боли. И на «путь истинный» вам, кажется, удалось меня наставить — 4 месяца постоянно встречаюсь с одной девушкой. О серьезности наших отношений пока говорить рано, но со своими «командировочными невестами» я распрощался. Хватит, нагулялся.

С уважением, Алексей Одинцов, Петрозаводск

А помог Алексею (и не только ему) справиться с адекватной предстательной железой следующий рецепт.



Рецепт Валентина Григорьевича

Возьмите в равных весовых частях измельченное корневище калгана, корни солодки и крапивы двудомной, смешайте. Залейте 100 г сухой измельченной смеси 0,5 л водки. Эту водку на корнях надо настаивать в стеклянной посуде в темном месте 1 месяц, периодически встряхивая содержимое. Затем процедите настойку, тщательно отжав корни через марлю. Принимать по 25–30 капель 3 раза в день до еды, запивая настоем листьев мелиссы лекарственной.

Для настоя мелиссы возьмите 50 г листьев, залейте 2 стаканами крутого кипятка, настаивайте 30–40 минут. Выпивайте за 1 раз 1 стакан настоя.

Принимать водочную настойку можно 1–1,5 месяца, затем необходимо сделать перерыв в 2–3 недели. Повторять прием настойки по мере необходимости.

Еще несколько рецептов от простатита



Рецепт «Два корешка»

Для лечения воспалительного процесса в предстательной железе используется сочетание корней петрушки и калгана. Приготовить это снадобье довольно просто: корень петрушки вымыть, измельчить на терке, 1 ст. ложку измельченного корня петрушки и 1 ст. ложку сухого измельченного корня калгана залить стаканом крутого кипятка. Настаивайте отвар всю ночь, а утром процедите. Пейте по 2 ст. ложки 3–4 раза в день за полчаса до еды.



Рецепт «Тополиный»

Применяют в качестве лечебного средства при заболеваниях мочеполовой системы, особенно связанных с предстательной железой. 2 ст. ложки измельченных листьев и почек тополя и 1 ст. ложку измельченных сухих корней калгана залить 300 мл кипятка, настоять 20–30 минут. Выпить в течение дня за 5 приемов.



Рецепт «Конопельный»

Возьмите 10 г семян конопли и 1 ст. ложку сухого измельченного корневища калгана, положите в эмалированную посуду, залейте 1 л воды и кипятите 10 минут. Снимите отвар с огня, накройте его «бабой на чайник» и настаивайте 2 часа. Процедите, пейте 3 раза в день перед едой по 1/2 стакана. Храните отвар в холодильнике.



Рецепт «Волшебные луковки»

4 крупные луковицы порежьте, смешайте с 4 ст. ложками сухого измельченного корня калгана. Залейте смесь 5 л

кипятка. Настаивайте 2—3 часа, укутав емкость с отваром в ватное одеяло. Принимайте по 50 г каждый час.

Это средство хорошо помогает при остром простатите. Во время приема этого настоя рекомендуется полностью исключить из рациона соль.

Лечебные сборы

Сбор № 1

Взять поровну сухих измельченных корневищ калгана, листьев грушанки, травы зверобоя, плодов можжевельника, листьев толокнянки, травы чистотела. 10 г измельченного порошка сбора залейте 300 г кипятка, кипятите 5 минут. Настаивайте в тепле 2 часа, процедите. Принимать по 1/2 стакана в теплом виде 3—4 раза в день после еды.

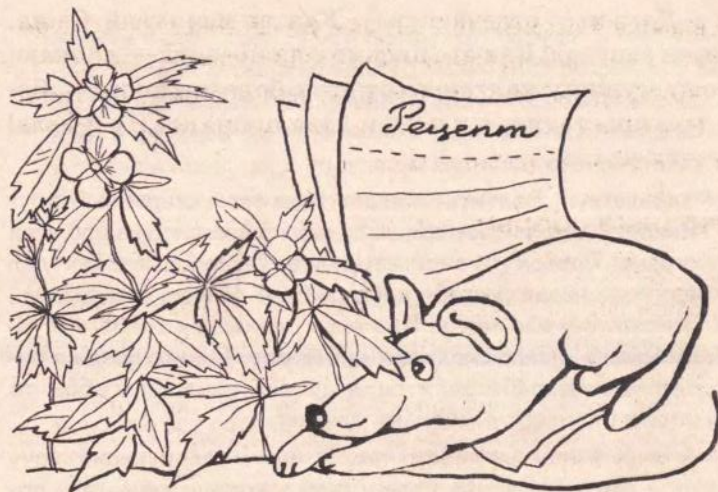
Сбор № 2

Взять поровну сухих измельченных корней калгана, листьев березы, брусники, крапивы, шалфея, травы хвоща полевого. 10 г сбора залить 300 г кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать 2 часа, обернув емкость с отваром сначала плотным слоем газеты, а затем одеялом, процедить. Принимать в теплом виде за час до еды 3 раза в день по 1/2 стакана.

Настойки против простатита

Настойка «Тарзан»

1 ст. ложку сухих измельченных корней калгана, 1 ч. ложку чистотела и 1 ч. ложку болиголова залейте 100 г спирта. Настаивать 10 дней в темном месте, процедить. Настойку принимать 1 раз в день за 15 минут до завтрака, капая в рюмку с водой по следующей схеме: с первого по тридцатый день добавлять по 1 капле на прием, а с тридцать первого по шестидесятый — уменьшать по 1 капле. Сделав перерыв на 2 недели, прием настойки можно повторить.



Глава 4

КАЛГАН — ЗАЩИТНИК ОТ НЕДУГОВ

На третий день пребывания на «фазенде» Валентина Григорьевича, вечером, после баньки (а банька, надо признаться, у старика знатная, давненько я в такой настоящей деревенской бане не парился, да еще и с веничком можжевельным), сидим мы с дедом-травником за чайком травяным да письма его «пациентов» разбираем. Я посоветовал ему сортировать их в зависимости от того, какую болезнь помогли вылечить травы. И вижу, что дед уже минут сорок одно письмо изучает. Я, конечно, поинтересовался:

— Что это вы, Валентин Григорьевич, долго так над этим письмом сидите?

— Да, вот, — отвечает он. — Калган меня твой, Саша, совсем запутал! Как это письмо сортировать — не знаю. Этому мужику калган-то от двух болезней помог. Лечил он простатит, а у него и язва пропала. Ну и дела! Прочти-ка сам.

Здравствуй, Валентин, пишет тебе твой старинный друг Николай. Да, так вот волею судьбы раскидало нас по всей стране! Поэтому и видимся редко. Спасибо, что Бог дал два года назад до тебя добраться. А сейчас, сам знаешь, пенсии-то у нас какие. Из моего Балхаша до твоего Мурманска — ого-го сколько километров. Так что пока на билеты я не заработал, и ты, я думаю, тоже. Спасибо, что хоть на конверт с марками хватает.

А пишу я тебе не просто так. Я, Фома неверующий, хочу тебе признаться, что травки твои и корешки все-таки помогают. Помнишь, наверно, как мы с тобой до хрипоты спорили о медицине. Я-то медицину никакую не признавал, а ты пытался меня убедить в том, что лечение травами — это не то, что официальная, бездушная медицина, а собранная за многие века народная мудрость. Я, старый дурак, тогда и верить в это не хотел, несмотря на то, что здоровье давно уже по всем швам трещало — и воспаление предстательной железы, и язва, и десны слабые. Думал я тогда, что и жить мне недолго осталось. Шутка ли — уже под 80, стоит ли «заживаться» на белом свете? На лекарства и лечения все равно денег не хватит, хорошо, что хоть на дорогу два года назад скопить удалось. И дорога эта, между прочим, оправдала себя по всем статьям: я и фронтового друга повидал, и здоровье свое «подремонтировал».

Объясню тебе все по порядку. Помнишь, когда я уезжал, ты мне в дорогу холщовые мешочки с травами и кореньями совал, а я отказывался? Ну, конечно, ты любого уговорить сможешь! Взял я тогда эти мешочки. А сам про себя думал, вот приеду и бабке своей отдам, а мне с «шарлатанством» этим разбираться охоты нет. Если суждено по-

мереть в этом году, так и помру. Но помирать мне что-то не хотелось: у сына младшего мальчонка родился, у внука старшего жена беременная ходит — охота мне стало еще с внуками да правнуками поняньчиться. А простата моя так и ноет, так и ноет, я аж спать почти перестал. Старуха моя изучила все твои мешочки — ты, как выяснилось, в них еще и рецепты снадобий разных понапихал — и давай зудеть: попробуй да попробуй, Коля. А мне все хуже и хуже, ну я от безысходности сделал водочную настойку на калгане от простатита, как ты советовал. Клавдия, жена моя, ты знаешь, такая дотошная, стала морить меня еще и диетами. Ох, я и ругался! Ты же меня знаешь, я люблю все солененькое, да перченое, да с поджаристой корочкой. А тут — то нельзя, это нельзя, кормит меня одними какими-то паровыми котлетами, овощами и ягодами. Еще и папиросы прятать стала. Я и криком кричал, и признаюсь тебе, грешным делом, Клавдию по матушке ругал, а она — ни в какую, уперлась и лечит меня. Так прошел я 4 курса твоей настойки с двухнедельными перерывами и 4 курса отвара по рецепту твоего деда Степана. И что ты думаешь, предстательная железа перестала меня беспокоить. Но этого мало! Пошел я к врачам узнавать, что же мне с моей язвой делать, боли вроде бы утихли, может, и не надо меня, старика, резать. Прихожу к врачам, а они анализам моим не верят — нету, говорят, у вас язвы. Я даже повторные обследования проходил, а язву мою так и не нашли. Жена говорит, что это мне твой калган помог. Десны у меня перестали кровоточить, и общее самочувствие улучшилось, словно меня омолодили. Так что, друг, присылай еще своих волшебных корешков калгана — буду дальше омолаживаться, может и моей старухе корешок этот пригодится. А то ведь у нас, в Балхаше, такая чудо-травка не растет. Ты покопайся в своих рецептах, может у тебя и эликсир вечной молодости найдется?

Николай

Валентин Григорьевич за голову схватился.

— Ой, Саша, мне это письмо пришло две недели назад, а я на него Коле-то так и не ответил. По огороду заматался и забыл. Спасибо, что хоть тебя Бог принес, а то так бы и лежало это письмо в стопке, и Колю бы я обидел. Завтра сяду, напишу ему.

— Валентин Григорьевич, а калган-то ваш, оказывается, не только от простатита и полового бессилия помогает? — спрашиваю я.

— Знаешь, Саша, я калган в основном от этих самых «мужских» болезней использовал. А три года назад у дальних родственников моих обнаружилась тетрадка, с незапамятных времен завалившаяся за печку. Оказалось, что тетрадка эта с записями моего деда Степана. Нашел я в ней кое-какие рецепты с калганом. Все собирался их упорядочить и переписать, да руки опять не дошли: то по лесу лазаю, то на огороде надо упрямиться, то сыновья внуков подкинут. А писаниной заниматься с молодости не люблю. Вот если бы ты за это дело взялся, у тебя ведь еще два денька до поезда. Вот и возьми тетрадку, покопайся в ней, перепиши, что тебе надо и меня, старика, уважь. Сделай мне конспектик, а то тетрадка древняя, трепать ее по пустякам нет никакой возможности — того и гляди развалится.

И я взялся за дело. В этой главе я хочу рассказать вам, дорогие мои читатели, о тех рецептах деда Степана, которые мне еле-еле удалось прочитать с пожелтевших страниц старой тетрадки.

Калган против гастритов и язвенной болезни желудка

Отвар от деда Степана

Залить 1 ст. ложку измельченных корневищ калгана (лапчатки прямостоячей) 1 стаканом кипяченой воды, довести

до кипения, кипятить на малом огне 10 минут. Настаивать надо 2 часа, затем процедить.

Принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день за 30 минут до еды.

Отвар «Ольховый»

Взять поровну молодых шишек ольхи, корня калгана, корня крапивы двудомной. 2 ст. ложки сбора нужно залить 2 стаканами холодной воды. Настаивать 2 часа, после чего нагреть на водяной бане и прокипятить 5 минут. Отвар процедить горячим. Принимать теплым по 1 стакану утром натощак и через 1 час после еды. Снимает боль.

Бальзам «Лесная нимфа»

Этот бальзам может пригодиться как для профилактики, так и для лечения язвенной болезни желудка.

Надо взять 450 г очень хорошей водки, перелить ее в стеклянную бутылку с широким горлом, насыпать 2 ст. ложки измельченных корней калгана, 1 ст. ложку чабреца, 4 бутона гвоздики, 1 ч. ложку лесной мяты (не путайте с садовыми растениями — перечной мятой или Melissa), 1 горшину крупного душистого перца, 1 ст. ложку жидкого меда. Бутылку плотно закрыть, взболтать. Настаивать от 10 до 15 дней, каждый день взбалтывая. Держать в прохладном месте. На 16-й день взболтать, процедить, перелить в графинчик. Принимать бальзам по 1 ст. ложке перед обедом.

Особенностью этого бальзама является то, что он не только нормализует работу желудочно-кишечного тракта, но и повышает аппетит. К тому же пить его — одно удовольствие, в чем вы можете убедиться воочию. В нем и аромат трав, и воспоминания о прошедшем лете, и привкус дымка от лесного костра, и легкая горечь терпких лесных запахов. Бальзам можно использовать также в качестве общеукрепляющего и тонизирующего средства.

Калган против колита

Отвар «Черничный»

25 г корневищ калгана, по 20 г листьев и плодов черники, 50 г соцветий ромашки. Настаивать 1 ч. ложку смеси в стакане холодной воды в течение 6 часов. Варить 5–7 минут и процедить. Весь настой выпить небольшими глотками в течение дня.

Отвар «Лапчатка»

Взять в равных количествах корневища калгана и крапивы двудомной, сережки ольхи серой. Настоять 50 смеси в 1 л холодной воды в течение 10–12 часов, после чего довести до кипения и варить 10–12 минут; процедить. Принимать натошак 1 стакан горячего настоя, остальной отвар — в течение дня за 4 приема. Применять отвар при хроническом колите.

Калган против нефрита

Взять в равных частях корневище калгана, лист подорожника большого и лист толокнянки обыкновенной (медвежьих ушки). Залить 1 ст. ложку сбора 1 стаканом кипятка. Настаивать в тепле 3 часа. Принимать по 1/4 стакана в теплом виде на ночь при отеках.

Калган против поноса

О том, как калган лихо справляется с этой неприятностью, которую врачи именуют «диареей», мне поведал Валентин Григорьевич.

— Знаешь, Саша, к нам как-то на гастроли приезжала одна известная ваша питерская группа. Так вот, внук мой, Сережка, большой поклонник этого «тяжелого рока», пошел на их концерт. Ребята ваши питерские оказались простыми, нормальными парнями — не «звездили», в общем. Вот Серега с ними и познакомился. Притащил их к нам сюда, на «фазенду». Ну, все как

водится — стол для дорогих гостей, настойка на калгане. Но я смотрю, все парни за столом сидят спокойно, ляды точат, подкрепляются не спеша, а один из них — Николай Голубев — все на двор бегают. Я смекнул, в чем дело. Парень-то он уж больно душевный, посидеть-поболтать с ним «за жизнь» — одно удовольствие, ну вот я и решил помочь хорошему человеку. Спросил его потихоньку, что с ним. И действительно, оказалось, понос парня замучил. Шутка ли, у них все гастроли, переезды, концерты, вот и едят нерегулярно и что попало. Нахвтался Коля, пока в поезде они ехали, на полустанках бабкиных пирожков, вот его и прихватило. Хорошо, что еще концерт удалось отыграть. Я ему сделал калгановую настойку, так у него на следующее утро поноса как не бывало. А Коля внуку моему свой компакт-диск подарил. Серега теперь гордый ходит: еще бы, дед известного питерского гитариста от диареи спас. А вот рецепт калгановой настойки, с помощью которой Валентин Григорьевич помог Николаю Голубеву.

Залить 1 ст. ложку измельченного корневища калгана стаканом кипятка. Нагревать на водяной бане 30 минут, процедить. Оставшееся сырье отжать, долить кипяченой водой до полного стакана. Принимать отвар 3 раза в день по 1 ст. ложке.

Калган против холецистита

Настойка на корнях калгана

Взять 5 частей хорошей водки или 70-градусного спирта, залить в темную бутылку, предварительно положив на дно часть мелко измельченных корней калгана. Бутылку укупорить и настаивать 14 дней. Обязательно в процессе настаивания периодически (несколько раз в день) встряхивать и переворачивать бутылку. Это условие нужно выполнять обязательно, чтобы было взаимодействие между спиртом (водкой) и питательными лекарственными сред-

ствами из корня калгана. Процедить, отжать при помощи марли. Принимать настойку по 30 капель на рюмку воды 3 раза в день перед едой.

Калган против бронхита

Еще великий Авиценна лечил калганом легочные заболевания. Излечиться от бронхита вам поможет спиртовая настойка на корнях калгана.

- ✿ Взять 0,5 л 70-градусного спирта, залить им 4 ст. ложки измельченных корней калгана. Настаивать 2 недели, ежедневно встряхивая и переворачивая бутылку. Процедить, хорошенько отжав корешки. Принимать по 2 ст. ложки настойки на 1 рюмку воды 4 раза в день после еды.

Калган против ангины

✿ Отвар для полоскания горла

Взять 1 ст. ложку измельченных корневищ калгана, залить стаканом кипятка, нагреть до кипения, кипятить на медленном огне 15 минут. Настаивать 2 часа в тепле, процедить. Полоскать горло раствором (1/3 стакана отвара на 2/3 стакана теплой кипяченой воды) 4 раза в день после еды.

✿ Калган против ушибов и мокнущей экземы

Залить 3 ст. ложки измельченных корневищ калгана 0,5 л воды, довести до кипения, кипятить 10 минут, затем настоять 4 часа, после чего процедить. Делать примочки.

✿ Калган против пародонтоза

Залить 3 ст. ложки измельченных корневищ калгана 0,5 л воды; довести до кипения, кипятить на малом огне 15 минут. Настаивать 4 часа и процедить. Настой обладает вяжущим, противовоспалительным, обезболивающим и кровоостанавливающим действием. Применять для полоскания полости рта и примочек на пораженные участки десен.

✿ Калган против стоматита

Залить 1 ч. ложку измельченного корневища калгана стаканом воды. Настаивать 5 часов, прокипятить. Полоскать полость рта в течение дня.

✿ Калган против старческой болезни десен

При старческой слабости десен можно положить под язык кусочек сушеного корня калгана и сосать его, орошая образующейся слюной полость рта, по 10–15 минут днем и вечером перед сном, чтобы сохранить на всю ночь эту целебную микрофлору.

До свидания, Мурманск!

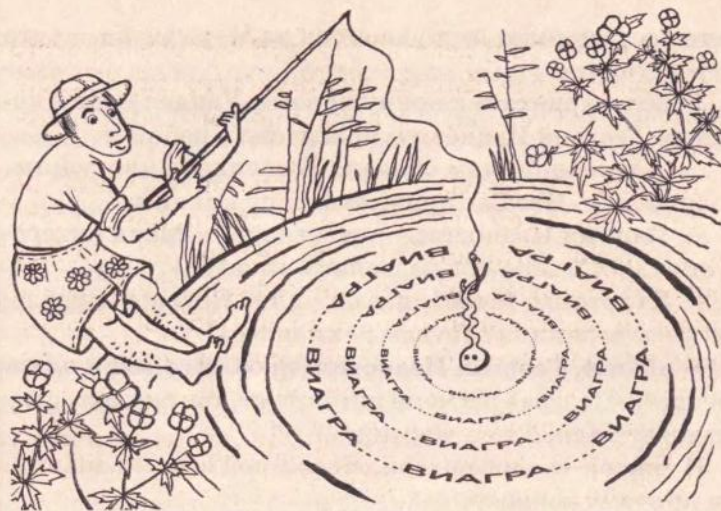
Так и провел я в обществе Валентина Григорьевича целых пять дней. Моего весеннего авитаминоза как не бывало! Еще бы, тут и воздух прекрасный, и лес рядом, и банька, и режим здоровый, и кухня у деда-травника целебная. В общем, такое ощущение, как будто в отпуск на месяц съездил. Подкрепился, подлечился, сил набрался. А время, знаете ли вы, как медленно здесь течет время! Нет, не знаете! С одной стороны, постоянно мы чем-то занимались: то на огороде копались, то письма разбирали, то рецепты старинные выискивали, то болтали за чайком о жите-бытье всяком, то с соседями в лес ходили. С другой стороны, столько всего за день успевали, что в Питере мне такие темпы работы и не снились. Валентин Григорьевич сказал, что это так происходит потому, что мы никуда не торопились. Да и куда нам торопиться, за ветром все равно не угонишься, а от суеты дела мало, а головной боли много.

Вот так на Кольском полуострове нашел я потерянное мной в нашем суетном Питере душевное равновесие. Произошло это не без помощи замечательного растения — калгана или лапчатки прямостоячей. Силы стало — хоть отбавляй! Я и дрова у Валентина Григорьевича колос, и огород копал, и по лесу ходил, а все такое

ощущение, что силу девать некуда. В довершение всего я деду-травнику переписал заветную тетрадку с рецептами его деда Степана, авось еще многим людям пригодится.

Провожать меня Валентин Григорьевич на вокзал не поехал. Дело в том, что к нему его сын привел своего друга с проблемами потенции, так дед-травник стал его лечить уму-разуму при помощи калгана. Меня же радужный и заботливый хозяин в дорогу снабдил пластиковым контейнером с болгарским морковным салатом, шкаликом с калгановой настойкой, а самое главное — холщовыми мешочками с чудо-корнем.

Когда я садился в поезд, то мысленно благодарил моего друга Диму Свечкина, с чьей легкой руки я и оказался в Мурманске. Да, дела! Был я просто фитоэнергетиком и писателем, а становлюсь еще исследователем и путешественником. Соседи по купе мне попались веселые — трое тридцатилетних парней, которые ехали на свадьбу к своему другу в Питер. Сидели с ними, болтали всю дорогу. Они шутили о своем друге-женихе: «Надо нашему Юрику на свадьбу “виагру” подарить! Пусть первую брачную ночь проведет так, чтобы жена потом ни с кем и никогда не захотела». Я им на это сказал: «Парни, вы же еще такие молодые, у вас и у вашего молодого все и без “виагры” должно получиться! Ну, а на тот случай, если жених перед свадьбой перенервничает и бояться будет не ударить в грязь лицом перед невестой, у меня есть настойка нашей “русской виагры”. Могу поделиться». И я отлил половину настойки Валентина Григорьевича для будущего счастливого молодого Юрика. А сам залез на верхнюю полку и сквозь дрему подумал, что если я выяснил кое-что про «русскую виагру» — лапчатку прямостоячую, то надо бы теперь разобраться и в ихней западной «виагре».



Глава 5

«ГОЛУБЫЕ ТАБЛЕТКИ». ЗА И ПРОТИВ

Вот и наш солнечный Питер. Я не иронизирую, потому что Питер действительно встретил меня ярким солнцем. Пришел домой: душ, зарядка и травяной чай. Отдыхать с дороги не хотелось. Решил я позвонить своему знакомому, доктору-урологу Георгию Ивановичу, который практикует в одной из клиник города Пушкина. Должен вам признаться, дорогие читатели, что у каждого мужчины есть знакомые доктора, работающие в области урологии. Все это потому, что в таком деликатном вопросе, как урология, мы привыкли доверять только знакомым или знакомым наших знакомых.

Позвонил я в клинику, узнал, что Георгий Иванович на месте, и решил прокатиться в Пушкин. Для меня,

путешественника, вернувшегося из Мурманска, — это не расстояние!

Успел я приехать к концу приема. Увидел меня в коридоре Георгий Иванович, пригласил в кабинет.

— Александр, чем обязан? Выглядите цветущим, полным сил. Что Вас привело в нашу клинику?

— Георгий Иванович, — ответил я. — Меня интересует чудо XX века под названием «виагра».

— Что это вы, батенька, задумали? Неужели проблемы у вас возникли? По вам не скажешь!

— Да нет, Георгий Иванович, проблем у меня никаких нет. «Виагра» же меня интересует, так сказать, с исследовательской точки зрения.

И доктор-уролог поделился со мной своими знаниями по этому вопросу.

Считалось, что «голубые» таблетки (они действительно голубого цвета) с одиозной репутацией помогают при 75 % случаев нарушения эрекции. Почему «считалось»? Да потому, что серьезные научные исследования «виагры» не проводились уже более 10 лет. Ведь средство покорило все мировые рынки, а зачем исследовать лишний раз то, что приносит очень хороший доход? Сегодня «виагра» стоит у нас в среднем 15–18 \$, а это вдвое дороже, чем во всем мире. Русский мужчина за ценой не постоит.

Впрочем, некоторые пытаются сэкономить. Я узнал, что за последнее время участились случаи употребления поддельной «виагры». Наши выезжают в Турцию, в Египет, на Кипр, где местные жители предлагают приобрести «волшебные» таблетки с рук за полцены. Народ у нас падок на дешевизну и даже не задумывается при этом о своем здоровье. Хорошо, если эта «виагра» окажется просто безвредной.

Мой знакомый доктор, Георгий Иванович, признался, что крайне редко назначает «виагру». Большинство

пациентов, нуждающихся в таком лечении, — очень пожилые люди, им требуется принимать по две таблетки. А покупают это «голубое зелье» у нас в основном здоровые мужчины и иностранцы. Вы спросите, зачем она иностранцам? Нет, общение с горячими русскими девушками здесь не при чем. Они ее просто-напросто вывозят к себе на родину. Причина вывоза заморского средства из России проста — ни в Германии, ни в Англии, ни во Франции, ни в какой-нибудь другой европейской стране вы в аптеке не купите «виагру» без рецепта. На Западе же, для того чтобы купить «виагру», мало быть импотентом, нужно еще сначала оплатить консультацию врача, который выпишет рецепт, а потом уже подлинность рецепта будет проверена со всей строгостью в аптеке. Георгий Иванович считает, что продавать такой препарат без рецепта — это преступление, поскольку у лекарства есть множество противопоказаний. Например, «виагру» категорически нельзя принимать с сосудорасширяющими препаратами, содержащими нитроглицерин.

У мужчин, принимающих «виагру» существует масса психологических проблем.

Во-первых, некоторые, начав принимать «виагру», боятся заниматься сексом без допинга. Это превращается в так называемый синдром «А вдруг не получится?», который постепенно может привести к разрыву всяческих отношений с противоположным полом из-за боязни ударить в грязь лицом.

Во-вторых, как отметил мой знакомый доктор, многие пациенты жалуются, что сексуальная удаль, подстегнутая действием препарата, породила в их партнершах надежды, которые нереально удовлетворить.

В-третьих, некоторые, почувствовав небывалый половой прилив, вдруг поняли, что их жены им уже неинтересны и хочется чего-нибудь новенького.

— Да, — воскликнул я, после того, как своеобразная лекция Георгия Ивановича на тему «голубые таблетки: за и против» подошла к концу. — И ведь не боятся ее принимать, удивительно!

— Не боятся принимать «виагру», Александр, в основном только те, у кого головы на плечах нет — молодежь. А старшее поколение, конечно, опасается.

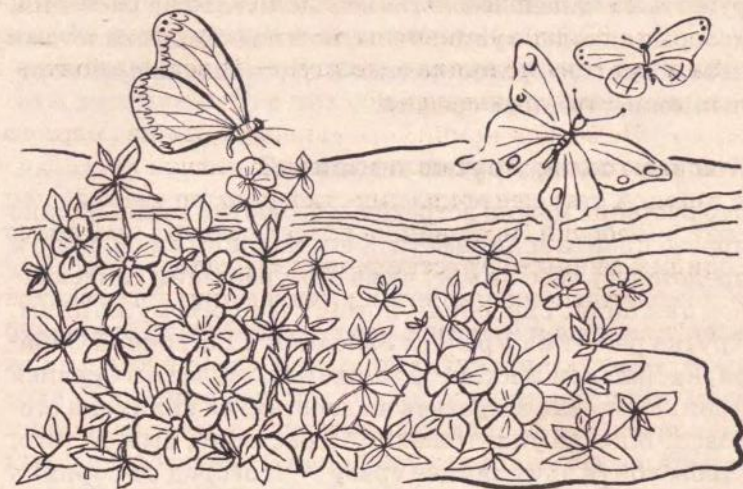
— Георгий Иванович, — сказал я. — А я ведь в экспедицию за нашей «русской виагрой» ездил!

— Это что же, Александр, уж не ярутку ли вы искали? — спросил доктор.

— Какую ярутку? — изумился я. — Я говорю о корне калгана.

— Эх, Александр, в вашем возрасте и при ваших занятиях фитоэнергетикой пора бы знать о таких растениях, которые могут заменить голубые таблетки. А их немало, это и ярутка полевая, и левзея сафлоровидная (маралий корень), и аралия манчжурская, и родиола розовая, и элеутерококк, — пожурил меня доктор. — Поедемте-ка, голубчик, ко мне в гости и устроим натуральный обмен: я вам расскажу об этих растениях, а вы мне про свой калган, с ним я еще не встречался, хотя сведения о растениях, поднимающих потенцию, уже лет десять собираю.

Вот так поиски информации о «виагре» привели меня к новым открытиям в области фитоэнергетики. Да, язык не то что до Киева, а до новой книги доведет! И мы с Георгием Ивановичем в течение недели по вечерам обменивались информацией.



Глава 6

ЯРУТКА ПОЛЕВАЯ

Новая информация, новые открытия, новые рецепты... Как я люблю, дорогие мои читатели, этот процесс познания чего-то нового, еще неизведанного, неизученного. Я очень благодарен вам за то, что именно вы активизируете этот процесс. Что бы я без вас делал? Ну, написал бы несколько книг о замечательных растениях, таких как сабельник, золотой ус, стевия, индийский лук, чеснок, хрен, — и успокоился бы, почивал, так сказать, на лаврах. А что дальше? Ну, еще лечил бы я вас, конечно, собранным мной на болотах сабельником.

Но ведь этого мало! Можно помочь еще многим и многим людям. Тем более что если поискать, то можно обна-

ружить на нашей земле такие удивительные растения, которые не только уникальны, но и являются аналогами новомодных, дорогостоящих и небезопасных импортных лекарственных средств.

Кто ты такая, ярутка полевая?

Это растение можно встретить абсолютно везде. Можно просто пройти и не заметить его под ногами. Я даже и представить себе не мог, что в этом растении таится огромная сила, способная помочь многим мужчинам. Ярутка растет на Урале, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, а также на Кавказе и в Средней Азии. Ее можно встретить на дорогах, на полях, на огородах. Многие уничтожают это растение, вместо того, чтобы убить двух зайцев сразу — и огород от сорняка избавить, и лекарство из этого сорняка заготовить.

Ярутка полевая относится к семейству крестоцветных *Cruciferae* и имеет латинское название *Thlaspi arvense* L. Само научное название рода *Thlaspi* растение получило от греческих слов *thlao* — «сдавливать», «сплющивать» и *aspis* — «щит», по форме щитообразно-сплюснутых плодов. *Arvense* в переводе с латинского означает «полевая».

Это невысокое однолетнее травянистое растение. Стебель у ярутки прямостоячий, высотой 15–45 см. Рост растения зависит от условий произрастания: на сухих местах ярутка достигает 15 см в высоту, а на плодородных увлажненных почвах — 45 см.

Нижние листья черешковые, продолговато-овальные, а стеблевые — сидячие, продолговатые, стреловидно-зубчатые. Цветки мелкие, белые, собраны в виде кисти, состоят из 4 чашелистиков и 4 лепестков, 6 тычинок и пестика. Плоды у ярутки крупные, почти круглые, стручки сплюснутые, похожие на монетки. Семена в стручке мелкие, бороздчатые. Одно растение дает

до 70 тыс. семян. Цветет с мая по август. В течение лета ярутка может дать 2–3 поколения.

Молодые зеленые листья во время плодоношения богаты витамином С, в них обнаружены флавоноиды, сапонины, алкалоиды.

Листья ярутки имеют острый запах редьки и горчицы. Из них готовят салаты. Особенно они хороши с пресными травами — подорожником, огуречной травой, листом липы. Зелень ярутки используют для приготовления супов и пюре, щей и икры, запеканок и бульонов. Заготавливают листья весной и в начале лета, на зиму их сушат. Масло, получаемое из семян, пригодно для пищевых целей. Культивируется как масличная культура. Растение обладает антибактериальными свойствами. В народной медицине используется как противоглистное, диуретическое, гемостатическое и вяжущее средство. Усиливает потенцию, ускоряет и усиливает менструации.



Ярутку полевую в народе прозывают по-разному: позвонок, вередник, волоски, веничек, гречичка, гремуха, жабная трава, денежник, клопник, клопик, занозка.

Ярутка — еще одна «русская виагра»

О чудесных свойствах ярутки Георгий Иванович узнал семь лет назад от своей тридцатилетней соседки по лестничной клетке, Екатерины. Соседка эта, имея медицинское образование, увлекалась оздоровительной литературой. Как-то раз прочитала она, что японских медиков очень настораживает высокий уровень смертности среди мужчин, принимающих «виагру». Проведенные исследования показали, что большинство мужчин умирали от внезапной остановки сердца. Японцы, исследовавшие причину смерти, были поражены тем, что сама по себе «виагра» не оказывала влияние на работу сердца, но в сочетании с сердечными препаратами

из группы нитратов, например, с нитроглицерином, вызывала резкое снижение артериального давления, что приводило к остановке сердца. Екатерина была поражена: почему же врачи не предупредили пациентов? Как медик, она знала, что смешивать различные лекарства с нитроглицерином, изосорбидом или кардикетом-ретардином очень опасно.

К более активной исследовательской деятельности Екатерину подвигло ее замужество. Все было в порядке, но ее молодой супруг, подверженный влиянию друзей, вкусил как-то раз запретный плод «виагры». Это чуть не довело его до сердечного приступа. Катя задумалась, как же выходить из положения. Порывшись в различных книгах с народными рецептами, она обнаружила сведения о чудодейственном растении под названием «ярутка полевая». Народные знахари обещали, что с помощью ярутки можно обойтись без вредных химикатов. Не зря в народе называют ярутку «любовной травой». И Екатерина, приведя мужа в чувство после приема «голубых таблеток», решила на нем испытать действие ярутки. Кроме того, она решила испытать его действие на себе, поскольку ярутка является средством, возбуждающим половое желание у женщин. И, хотя ни наша героиня, ни ее муж пониженным сексуальным влечением не страдали, они решили поэкспериментировать.

По словам Екатерины, им повезло, что они провели этот смелый эксперимент накануне выходных. Ни на какую дачу на выходных они не поехали и благодарили Бога за то, что свекр и свекровь Екатерины на эту дачу уехали без них, поскольку молодые люди не могли оторваться друг от друга в течении полутора суток. Даже диван поломали. Родственники приехали, а у молодых от дивана один матрас остался. Впредь Екатерина с мужем решили быть осторожнее. Раз у них с потенцией и либидо все в порядке, решили ярутку не принимать

пока. Оставили все рецепты на потом, если вдруг что-то не заладится, уж больно сильным средством оказалась эта трава.

Найденными чудодейственными рецептами Катя поделилась с Георгием Ивановичем, узнав, что он собирает сведения о таких растениях. А Георгий Иванович, в свою очередь, и от меня ничего не утаил. Так вот с миру по нитке и собирается материал на нужную многим мужчинам и женщинам книгу.

Катины рецепты

Отвар «Тонизирующий»

2 ст. ложки сухой травы с цветками и семенами залить стаканом кипятка. Настаивать нужно 3 часа в закрытой, укутанной одеялом посуде, затем процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 10 минут до еды.

Эта чудодейственная настойка показана как мужчинам, так и женщинам. Мужчин этот отвар избавит от импотенции, а женщин — от бесплодия.

Порошок «Волшебный»

Взять сухие листья ярутки полевой, тщательно истолочь их в мелкий порошок. Принимать по 0,3 г 3 раза в день после еды. Курс лечения может длиться 2—3 недели. Затем сделайте перерыв на 1 неделю, после чего курс можно повторить.

Этот порошок является поистине волшебным средством от полового бессилия.

Настойка на спирту

Взять 1 часть сушеной ярутки (листья, семена и цветы), залить 10 частями чистого медицинского спирта. Настаивать в стеклянной посуде в темном и прохладном месте 6 месяцев, периодически встряхивая. Затем процедить. Принимать по 1 ч. ложке за 30 минут до завтрака. Курс лечения должен длиться без перерыва 4 месяца. После

этого необходимо сделать перерыв на 2 месяца, затем лечение можно повторить.

Прием настойки способствует увеличению потенции, а также способствует увеличению подвижности сперматозоидов, что может пригодиться мужчинам, которые мечтают стать папами. Возможно также, что во время приема настойки у вас будет повысится работоспособность, лучше заработает сердце.

✿ Настойка «То ли еще будет!»

Взять 1,5 ст. ложки травы с цветками, стручками и семенами, залить 1 стаканом кипятка, настаивать 4 часа в закрытой посуде, процедить. Принимать по 1–2 ч. ложке через 3 часа 6 раз в день.

Это средство рекомендуется людям, обеспокоенным проблемами импотенции и бесплодия.

Примером удивительного исцеления целой семьи может послужить следующая история, описанная в письме жены одного из пациентов Георгия Ивановича.

✿ Здравствуйте, дорогой Георгий Иванович! Пишет Вам Людмила Зобова.

Я два года назад силой привела к Вам моего мужа — Игоря Зобова. А проблемы у нас с ним начались через три года после свадьбы. Может быть, они начались и раньше, да уж очень поздно мы спохватились. Мы поженились с Игорем, когда нам было по 27 лет. Он — недавний выпускник военного училища, я — учительница. В общем, получилась обыкновенная молодая семья.

Прожили мы в браке три года, а словно бы три дня пролетело, все куда-то торопились: то работа, то матери на даче помочь, то еще что-нибудь. Как-то не только друг на друга особого внимания не обращали, но и к себе, к своему организму времени не было прислушиваться. Я работала в школе, вечерами подрабатывала частными уроками. Игорь тоже работал и подрабатывал. Так что встречались мы

дома поздно вечером — ужин, телевизор, и спать. Какой там секс! После медового месяца мы с мужем так замотались, что и забыли почти о том, какие интимные радости должны быть у нормальных, любящих друг друга людей. Так вот и получалось, что три года прожили мы вместе как родственники, как добрые соседи, и только. А когда сексом не занимаешься, то все чувства притупляются, и как-то все механически происходит.

Вот я и подумала: что-то нам надо изменить в нашей жизни с Игорем. Может, стоило бы о ребенке задуматься? У всех наших друзей дети уже в детские сады ходят, а мы с Игорем все пыхимся чего-то, пытаюсь деньги заработать, а в итоге — ни денег, ни радости. Вот я своему Игорю план этот и изложила. И он его одобрил и поддержал. Решили мы заниматься сексом без презерватива. Вначале как-то даже отношения наладились, радость в жизни появилась. Но вот прошло несколько месяцев, потом полгода, а мне никак не забеременеть. И Игорь от меня как-то отдаляться начал. Я стала к нему присматриваться, и мне показалось: что-то его беспокоит, какой-то недуг. Стала я к нему «ластиться» и попыталась аккуратно расспросить о том, что с ним происходит. А он нервно мне и выпалил: «Что происходит? Да не стоит у меня! И так тошно, а тут еще пристаешь со своими ласками!»

Я, конечно же, отстала, но стала думать, как ему можно помочь. Ситуация у Игоря усугублялась еще и тем, что он вырос в семье потомственных военных. Это, разумеется, не плохо. Только с детства ему постоянно внушали отец и дед, что и он должен стать настоящим мужчиной. А настоящие мужчины «сопли не распускают». Вот Игорь мой и не решался признаться в том, что его беспокоило. Пришлось его аккуратно вызвать на откровенный разговор (помогло мне в этом очень то, что в нашем педагогическом институте очень хороший преподаватель по психологии был). Выяснила у Игоря, что его уже лет пять беспокоила предстательная железа. Последние два года он

испытывал боли при мочеиспускании. А в последний год стал замечать, что у него возникают проблемы с потенцией. Я уговорила Игоря пойти к урологу, и мы пошли на прием вместе.

Вот так и познакомились мы с Вами, Георгий Иванович. Вы еще удивились, что мы к Вам в кабинет вдвоем зашли. Игорь прошел у Вас курс лечебного массажа, благодаря Вашему умению убеждать пациентов да моим мольбам. Еще Вы с нами поделились своими сведениями о лечебных травах, которые помогают нормализовать потенцию и помогают избавляться от простатита. Игорь с недоверием отнесся к сведениям о лекарственных травах. А меня все это очень заинтересовало, потому что лучше уж лечиться травками, чем принимать антибиотики.

Решила я заготовить ярутку полевую. Найти ее оказалось очень просто — достаточно прогуляться на окраину нашего замечательного города Пушкина, там ярутки сколько угодно. Стала я собирать ее и сушить. Готовила отвар из нее по рецепту, который Вы мне дали. Еле-еле уговорила Игоря начать пить отвар. Он упирался, сердился, говоря мне: «Люда, ты же взрослый образованный человек, а веришь во всякую чушь! Если так дело пойдет, то ты меня скоро к бабкам-знахаркам отправишь!» Но я мягко его уговаривала, и Игорь, наконец, сдался. Принимал он этот отвар 4 месяца. За это время были то улучшения, то ухудшения. Много мы за этот период испытали и радости, и разочарований. Но благодаря моим уговорам пить отвар Игорь не прекращал. Спустя 4 месяца начал он замечать, что боли его больше не беспокоят, да и с потенцией все в порядке. Я ему советовала прийти к Вам на консультацию, рассказать о результатах, да все времени не хватало. Мы возобновили попытки зачать ребенка. С сексом теперь был полный порядок, но с зачатием как-то ничего не получалось.

Настала моя очередь идти к врачу. Узнала неутешительную новость: возможно, у меня бесплодие. Я места себе не

находила, не знала, как признаться в этом мужу. Игорь заметил, что со мной творится что-то неладное: я очень сильно похудела, как говорят, «с лица спала». Пришлось все ему рассказать. Он принял волевое решение: во что бы то ни стало найти средство поправить беду. Врачи ничего обнадеживающего нам не говорили. Тогда пришлось испробовать последнее средство — отправиться к бабке-знахарке. К моему удивлению бабка посоветовала мне... ту же самую ярутку! Стала я себе такой же отвар ярутки полевой заваривать. Пила его регулярно и надеялась на лучшее.

Каково же было удивление, когда через две недели я посмотрела на мужа совершенно другими глазами! Я не испытывала такого возбуждения никогда! К тому же я поняла, что Игорь мой — он ведь не только муж, но и любимый мужчина, с которым хочется быть постоянно рядом, которого хочется «ублажать» не только вкусными обедами, но и любовью. Прямо не отвар из ярутки, а какое-то приворотное зелье оказалось!

И в интимной жизни у нас с Игорем наступила полная гармония. Я пила отвар регулярно в течение года, а через год почувствовала, что беременна. Теперь у нас растет прекрасный сын, которому сейчас год и 3 месяца. Я перестала принимать ярутку, как только узнала, что беременна. Позже я вычитала, что поступила правильно, поскольку ярутка, оказывается, противопоказана в период беременности. Пока кормила ребенка, я тоже не принимала отвар. Дело в том, что я узнала: если коровы едят ярутку, то молоко у них получается с горчинкой.

Когда сынишке исполнился годик, я перестала его кормить и стала опять принимать отвар, это помогло наладить наши с Игорем интимные отношения. Сейчас я могу сказать: «Да, жизнь удалась. Я счастлива». Поэтому и решила написать вам это письмо. Может быть, сведения о чудесном исцелении нашей семьи помогут кому-нибудь.

Не удивляйтесь, Георгий Иванович, что письмо это пришло не из моего родного города Пушкина, а с далекого Кавказа. Мы сейчас всей семьей отдыхаем у родственников Игоря на Кавказе. Удивительно, но в первый же день, гуляя с ребенком, я увидела у обочины дороги — что бы Вы думали? Да-да, нашу спасительницу ярутку. Оказалось, что эта замечательная травка растет и на далеком Кавказе. Теперь я посвящаю родственников Игоря в чудесные свойства этого растения.

С уважением, Людмила Зобова

С яруткой не шутят шутки!

Ну что ж, ярутка оказалась растением не менее удивительным, чем калган. Самое удивительное в этих растениях то, что они обладают широким спектром лечебных свойств. Ярутка, как оказалось, не только от импотенции, полового бессилия, простатита и бесплодия помогает вылечиться. Она избавляет от атеросклероза, бронхита, цинги, стоматита... Об этом нужно рассказать подробнее.

Ярутка против атеросклероза

Для борьбы с этим недугом вам понадобятся семена ярутки.

Настойка «Плодовая»

1/2 стакана семян ярутки и 1 стакан свежих плодов боярышника истолочь (желательно в ступке), поместить в стеклянную емкость, залить стаканом чистого медицинского спирта.

Настаивать 3 недели, после чего процедить. Перед употреблением разводить 1 ч. ложку настойки в рюмке воды. Принимать 1 раз в день до еды перед сном.

Настойка «Цветочная»

2 ст. ложки семян ярутки, размятые при помощи пестика или ложки, 1 ст. ложку цветков ярутки и 3 ст. ложки сухих

цветков боярышника залить 1 стаканом чистого медицинского спирта. Настаивать в темном прохладном месте 10 дней, периодически встряхивая емкость с настойкой. Принимать по 1 ч. ложке, разбавив с водой, 4 раза в день перед едой.

Ярутка против гипертонической болезни

Настой

Взять поровну семян ярутки, плодов и цветков боярышника, траву пустырника, траву сушеницы, плоды шиповника. 5 ст. ложки смеси залить 1 л кипятка, настаивать 7–8 часов, процедить. Принимать по 1/2 стакана (дневная доза) 4 раза в день после еды.

Ярутка против воспаления яичников

Настой «Целебный»

4 ложки семян, цветков и листьев ярутки залить 2 стаканами крутого кипятка. Заваривать в эмалированной кастрюле на паровой бане в течение 30–40 минут. Настаивать, укутав в тепло, 2 часа, процедить, тщательно отжав сырье. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день после еды.

Ярутка против бронхита

Это растение обладает сильным отхаркивающим свойством, поэтому его можно активно использовать совместно с различными грудными сборами.

Сбор № 1

Взять 3 части сухих листьев ярутки, 2 части травы багульника, 2 части листьев крапивы двудомной, 1 часть березовых почек. Все измельчить и перемешать. 3 ст. ложки смеси залить 500 мл крутого кипятка, кипятить на слабом огне 20 минут.

Настаивать в тепле 1 час, процедить, отжав хорошенько сырье. Принимать по 1/3 стакана 3–4 раза в день после еды.

Сбор № 2

1 ст. ложку измельченных листьев ярутки и 1 ст. ложку измельченной травы горца птичьего (спорыша) залить стаканом кипятка.

Настаивать 15 минут на водяной бане, а затем 2 часа в тепле, затем процедить. Принимать сбор по 1 ст. ложке 4 раза в день перед едой.

Ярутка против головных болей**Отвар**

2 ст. ложки измельченных листьев ярутки поместить в эмалированную кастрюлю, залить 1 стаканом воды, кипятить на медленном огне 5 минут. Настаивать в тепле 2 часа. Принимать по 2 ст. ложки 4–5 раз в день если вас беспокоят головные боли.

Ярутка против стенокардии

Взять 1 ч. ложку семян ярутки полевой, тщательно растереть их при помощи ложки или пестика, залить 1 стаканом воды и кипятить на медленном огне 10 минут. Настаивать нужно 2 часа, после этого процедить. Принимать настой по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды.

Ярутка против стоматита

1 ст. ложку измельченных листьев ярутки и 1 ч. ложку измельченной коры дуба залить 2 стаканами кипятка. Настаивать 30 минут на водяной бане, а затем 1,5–2 часа в тепле, после чего процедить, отжав сырье. Полученный отвар долить кипяченой водой до объема 500 мл. Полоскать рот после каждого приема пищи, используя за 1 прием 1 стакан отвара.

Ярутка — ранозаживляющее средство

Ярутку можно использовать в качестве ранозаживляющего средства подобно подорожнику, с той только разницей, что ярутка — более эффективное средство.

Я давно заметил, что наша жизнь полна удивительных совпадений. Дело в том, что мне пришлось самому использовать ярутку. Шел я вечером не спеша от Георгия Ивановича, с которым беседовал о калгане и ярутке, к вокзалу. Прохожу мимо детской площадки, смотрю, там молодая женщина мечется с ребенком на руках, а ребенок заливается плачем. Оказалось, девочка поранила ногу, да так сильно, что кровь невозможно было остановить. Мама была на грани истерики.

Я усадил мать и дочку на скамеечку, быстро обмыл рану минеральной водой, которую прихлебывал из бутылки во время моей прогулки (хорошо, что два литра купил, как знал, что пригодится!). Сорвал несколько листочков ярутки (опять везение, что она здесь попала), сполоснул их все той же минеральной водой, поцарапал слегка перочинным ножиком (ножик у меня всегда с собой, как у настоящего следопыта) и приложил к ране. Держал я эти листики минут пять, потом заменил другими. Мать с дочкой за это время заметно успокоились.

Поменял я в третий раз листочки ярутки, приложил опять к ране. Смотрю: кровь уже сворачиваться начала. Вот, оказывается, каким вяжущим средством обладает ярутка полевая! Кстати, помимо всего прочего в ярутке содержатся вещества, способные уничтожать вредные бактерии. Значит, ранка у девочки не загноится.

Так просидел я в компании двух очаровательных барышень минут тридцать. Обе они успокоились, ранка у маленькой Танюшки затянулась. Но все-таки нельзя было ей идти самостоятельно — вдруг ранка откроется. Я предложил молодой маме Вике донести ее Танюшку до дома. Вика сначала скромничала, пыталась вызвать на подмогу мужа, но, узнав, что он еще на работе, приняла мои услуги.

Так я познакомился с очень симпатичными жителями Царского Села. Викторию очень интересовал вопрос, врач я или нет. Я ответил честно, что я не врач, а фитоэнергетик. Тогда она восторженно протянула: «О-о-о!». Меня заинтересовала такая положительная реакция молодой женщины. Дело в том, что нам, фитоэнергетикам, обычно более доверяет старшее поколение, а молодые люди считают, что фитоэнергетика и шарлатанство — это слова-синонимы. Оказывается, Викина мама собирала мои книжки! И Вика, приглядевшись ко мне, воскликнула:

— Ой, вы же тот самый Кородецкий!

— Что значит «тот самый»? — поинтересовался я.

— Вы же моей маме сабельник присылали, так она прямо влюбилась и в вас, и в ваш сабельник. Вы же ее на ноги поставили! У нее такой артроз был коленных суставов — ходила еле-еле. А ведь работа ее вся на ногах проходит, она уже тридцать лет парикмахером работает. Александр, умоляю вас зайти к нам на чаек. Вы мне и маму, и дочку спасли! Мама просто не поймет меня, если я не приглашу на чай известного целителя!

Пришлось зайти на чай. Викина мама, Лилия Ивановна, как увидела меня, так руками всплеснула. Рассказала мне, пока я еще раз обрабатывал Танюшкину рану и накладывал повязку с листиками ярутки, как ей помог сабельник болотный и моя «фирменная» настойка — «настойка Кородецкого».

Настойка из корневищ сабельника

Для приготовления настойки стебли и корни сабельника измельчают до 1 см, наполняют ими литровую банку на треть ее объема, заливают 0,5 л водки и плотно закрывают полиэтиленовой крышкой. Настаивают 21 день в темном месте, периодически помешивая. Потом процеживают и пьют по 1 ст. ложке, разводя ее в 50 мл воды, 3 раза в день до еды. Курс приема для профилактики заболева-

ний — 20 дней, затем 3 дня перерыв и снова 20 дней приема. При лечении любого заболевания курс приема — 4 раза по 20 дней. Во время обострения заболеваний принимать по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.

Заказать сырье для изготовления настойки из сабельника болотного вы можете по адресу: *Санкт-Петербург, 194021, а/я 11, Александру Кородецкому.*

За чаем началась настоящая пресс-конференция.

— Над какой книгой вы сейчас работаете? — поинтересовалась Лилия Ивановна.

— Сейчас собираю материал о растениях, которые смогут заменить нам «виагру». Книжка так и будет называться: «Русская виагра».

— Надо же, — удивилась Лилия Ивановна, — что только у нас не растет, какие только чудесные растения не встречаются. А чем вы, кстати, нашей непоседе кровь остановили?

— Да все той же яруткой, — признался я. — Ее можно использовать не только в качестве «виагры», но и как ранозаживляющее средство. И от бронхита оно помогает, и от стоматита. Уникальное растение!

— И что, вы эти заменители «виагры» тоже сможете людям высылать?

— Не задумывался над этим, — признался я.

— А как же тогда люди исцеляться будут, кто им поможет? — не унималась Лилия Ивановна.

— Знаете, я пока только два растения изучил — калган и ярутку. Калган в наших краях не растет, его я не смогу заготавливать. А ярутка растет в изобилии, так что ее может собирать любой желающий, и моя помощь не понадобится, — объяснил я. — Вот если сабельник нужно выслать, тут я готов помочь.

— Ну что ж, нет так нет, — вздохнула Лилия Ивановна. — А я, кстати, коллегам своим ваш почтовый адрес дала. Много нас, парикмахеров, с артритом-артро-

зом мучается. А девочки заметили, что я по салону после приема вашего сабельника бабочкой порхать стала, и тоже захотели избавиться от своих болячек. Так что ждите писем от царскосельских парикмахеров.

Так поговорили мы часа два. И книги я подписал на память, и сфотографировался со всеми тремя представительницами разных поколений этой замечательной, радушной семьи.

Танюшка на прощанье все пыталась подарить мне своего любимого пупсика. Пришлось уговаривать ее оставить все-таки пупсика дома, чтобы тренироваться на нем делать перевязки и накладывать компрессы.

Ярутка для гурманов

Не перестаю я все-таки удивляться, каким набором уникальных свойств обладают растения, которые можно не только помогает от различных болезней, с его помощью можно приготовить различные тонизирующие и возбуждающие кушанья. Применять в кулинарии можно и ярутку, хотя она не обладает таким сильным возбуждающим воздействием, как корни калгана. Блюда с яруткой обладают тонизирующим действием, улучшают работоспособность. Рекомендую ими воспользоваться. Привожу те рецепты, которые я использовал сам.

Салат «Летний»

100 г свежесмытых листиков ярутки мелко нарезать, добавить 2 яйца, сваренных вкрутую и натертых на крупной терке. Все тщательно перемешать, посолить по вкусу. Салат можно заправить растительным маслом или сметаной.

Салат «В греческом зале»

Возьмите 100 г листьев ярутки, 100 г брынзы, 2 помидора, среднюю луковицу, пучок базилика и порежьте все

это крупно. Посолите по вкусу. Заправьте подогретым до 60 °С оливковым маслом, тщательно перемешайте.

Почему ярутка так тонизирует

Секрет витамина С

Почему ярутка тонизирует? Ответ на этот вопрос достаточно прост. Да потому, что ярутка обладает высоким содержанием витамина С. А что мы с вами знаем об этом замечательном витамине?

Витамин С — важнейшее вещество, недостаток которого в нашем организме плачевно сказывается на здоровье. С этим витамином человечество знакомо уже почти целый век. Этот водорастворимый элемент впервые получил в 1923–1927 гг. профессор Зильва из лимонного сока.

Главнейшим качеством витамина С является его мощная антиоксидантная активность. Он играет важную роль в регуляции окислительно-восстановительных процессов, участвует в синтезе коллагена и проколлагена, обмене фолиевой кислоты и железа. Аскорбиновая кислота, помимо всего прочего, регулирует свертываемость крови. Помните, дорогие читатели, как мне быстро удалось остановить кровь у маленькой Танюшки? Это все из-за высокого содержания аскорбиновой кислоты в ярутке! Еще аскорбиновая кислота нормализует проницаемость капилляров, без нее не обходится процесс кроветворения, она оказывает противовоспалительное (поэтому лечит простатит) и противоаллергенное действие. Витамин С является одним из основных факторов защиты организма от различных стрессов. Он усиливает восстанавливающие процессы, происходящие в нашем организме, увеличивает устойчивость к инфекциям.

Сейчас ученые активно исследуют действие витамина С при раковых заболеваниях. Есть основания для

того, чтобы применять этот витамин с целью профилактики рака. У онкологических больных из-за истощения запасов витамина С в тканях нередко развиваются симптомы витаминной недостаточности, поэтому витамин С нужно вводить таким больным дополнительно.

Как насытить свой организм витамином С

К сожалению, немногие люди едят достаточно свежих фруктов и овощей, которые являются главными источниками этого витамина. Тепловая обработка, хранение в морозильной камере и биохимическая переработка приводят к разрушению большей части витамина С. Поэтому супы, вареные и жареные овощи, которые мы так любим, к великому нашему огорчению, не могут восполнить витаминные запасы. Очень много витаминов и полезных микроэлементов сгорает в нашем организме под влиянием стресса, курения, плохой экологии. «Медвежью услугу» оказывают нам медикаменты, которые принято употреблять «от всех болезней»: аспирин, анальгин, а также противозачаточные таблетки.

Поэтому причина полового бессилия может крыться в обыкновенном авитаминозе. Прибавьте еще к этому стрессовые ситуации на работе и дома, помножьте на количество выкуренных сигарет. Что вы получаете в итоге? Помимо полового бессилия, еще кучу различных заболеваний.

Увеличивают потребность в витамине С и климатические условия. Так в условиях холодного климата на Крайнем Севере потребность в витамине С повышается на 30–50 %. Необходимо учитывать также, что молодой организм лучше усваивает витамин С, поэтому у пожилых людей потребность в витамине С несколько повышается.

На то, что ваш организм нуждается в дополнительном количестве витамина С, указывают такие признаки:

- кровоточивость десен и выпадение зубов;
- плохое заживление ран;
- ухудшение сна;
- выпадение волос;
- сухость кожи;
- суставная боль;
- депрессия;
- упадок сил;
- уменьшение полового влечения.

уменьшение полового влечения.



Глава 7

КАРТOTEKA «РУССКОЙ ВИАГРЫ» РАСШИРЯЕТСЯ

Как-то теплым июньским деньком подумал я, что давно не общался со своим другом, ученым-ботаником Ильей Ильичем. Позвонил я ему домой, но трубку никто не брал. «Ага, — подумал я. — Значит, Илья Ильич на даче. Махну-ка я вечером к нему в Синявино! Мне есть что ему рассказать, может, и он что-нибудь интересное мне расскажет». Перед дорожкой решил я приготовить для Ильи Ильича съедобный и полезный сюрприз. Сделал я салат из ярутки под названием «В греческом зале», переложил его в пластиковый контейнер, положил контейнер в полиэтиленовый пакет и отправился в путь.

Приезжаю к Илье Ильичу, а он как раз за стол ужинать садится.

— А, Саша, давненько не виделись! Ты как раз вовремя! Садись, чем богаты, как говорится... Салатика с крапивой и стевией попробуй, — засуетился Илья Ильич.

— Хорошо, Илья Ильич, — говорю я. — У меня для вас тоже салатик приготовлен. Поверьте мне, обладает он удивительным тонизирующим действием.

— Ну, Саша, ты думаешь, я совсем старик? Думаешь, пора мне тонизироваться?

— Да, нет, что вы, — начал оправдываться я. — Я же из лучших побуждений! Авитаминоз же сейчас продолжается...

— Ладно, ладно, Саша, я не обиделся. Просто ты совсем забыл, что мне со стевией, которую я регулярно употребляю, никакие авитаминозы не страшны! Я всегда в тонусе, и душой, и телом... М-м-м, а салатик-то твой хорош. Непривычный, правда, вкус, но пикантный. Где это ты столько ярутки свежей набрал?

— Вы тоже знаете это растение? — опешил я. — На пустыре растет, у меня под окнами.

— Я, Саша, много чего знаю. А ты с чего яруткой заинтересовался?

— Да вот, собираю сейчас материал о различных растениях, которые могли бы заменить «виагру». Пока что узнал все про ярутку и про калган.

— Важным делом ты занялся, Александр, — одобрил Илья Ильич. — Действительно, хватит нашему народу травиться чем попало! А список твой пополнить можно. Заменить «виагру» могут аралия, заманиха (эхинопанакс высокий), левзея (маралий корень), родиола розовая и элеутерококк. Вот тебе, Саша, пища для новых исследований и размышлений. Дерзай!

Да... Еще пять «русских виагр» прибавилось. И что мне с ними делать? Придется искать новый материал.

заменила ярутку

Опять все заново! Вот в этом и заключается наша исследовательская работа. Кажется, что информации уже найдено достаточно, уже все собрано. И вдруг покажется одна какая-то ниточка, ты за нее случайно потянешь, а там — целый клубок сведений. Так и здесь получилось.

Лекарственные растения семейства аралиевых

Аралия маньчжурская

Это растение (научное название — *Aralia elata*) растет на Дальнем Востоке, а также в Хабаровском крае и на юго-востоке Амурской области. Встретить ее можно на опушках и полянах смешанных и хвойных лесов.

Аралия может расти и в одиночку, и группами. Часто ее можно заметить на обочинах лесных дорог. Если вы будете на Дальнем Востоке бродить по лесу и увидите небольшое деревце с маловетвистым стволом, усаженным крупными шипами, — знайте, это и есть аралия. Листья у нее крупные, могут достигать в длину до 1 м. Располагаются эти листочки-великаны на длинных черешках. Они сближены на конце побега, это делает дерево похожим на пальму. Листочки у аралии яйцевидные, заостренные, пильчатые, голые или щетинистые.

Цветет аралия в июле — августе на шестом — восьмом году жизни. Цветки у дерева мелкие, беловатого или красноватого цвета. Они собраны в аккуратные зонтики, которые, в свою очередь, образуют сложные кистевидные или метельчатые соцветия длиной до 50 см.

Плоды созревают на восьмом году в сентябре-октябре. Они представляют из себя шаровидные костянки сине-черного цвета, диаметром до 5 мм с пятью косточками. Размножается семенами и корневыми отпрысками, то есть вегетативно.

В лекарственных целях используются только корни аралии, поскольку именно эта часть растения содержит гликозиды: аралин, холин, а также эфирное масло и дубильные вещества. Корни ее богаты макроэлементами.

Для изготовления различных настоев используются корни толщиной 1–3 см. Их рекомендуется заготавливать осенью в сентябре или весной до распускания листьев, обычно этот период на Дальнем Востоке выпадает на такие месяцы, как апрель и май. Выкопанные корни необходимо очистить от земли, промыть холодной водой и измельчить. Измельченные корни сушат в сушилках при температуре 60 °С или на воздухе в тени в сухую погоду. Хорошо высушенное сырье может храниться 2 года.

Настойка аралиевая

20 г корней аралии залить 100 мл 70-процентного спирта. Настаивать 2 недели, процедить, отжать. Хранить в темной бутылке.

Эту настойку надо пить, предварительно разведя ее кипяченой водой.

- При депрессии — 25–30 капель 2–3 раза в день.
- При климаксе — 20 капель 4 раза в день.
- При упадке сил — 15 капель 5 раз в день за 30 минут до еды.
- При неврастении — 30 капель 2 раза в день.
- При гепатите — 15 капель 4 раза в день за 30 минут до еды.
- При половом бессилии — 40 капель 3 раза в день.
- При импотенции — 40 капель 4 раза в день после еды.

Противопоказания

- Гипертония.
- Бессонница.
- Повышенная нервная возбудимость.

Заманиха

Заманихой это растение прозвали в народе потому, что оно привлекает, заманивает людей ярко-красными, заметными издали гроздьями ягод.

Научное название растения более сложное — эхинопанакс высокий (*Echinopanax elatum Nakai*). Родовое название *oplopanax* произошло от греческого слова *haplon* — оружие и *panax* — название рода женьшеня; латинское *elatus* означает «высокий».

Заманиху можно встретить на юге Приморского края. Ее излюбленное место — это елово-пихтовые, реже — березовые леса. Заманиха любит богатую перегноем почву и влажный воздух.

Заманиха представляет собой колючий кустарник высотой около 1 м. Стволики у этого кустарника прямые, неветвящиеся или редко разветвленные. Покрывают они светло-серой корой, которая густо усажена игольчатыми ломкими шипами, длина которых может достигать 3–10 мм.

Листья у заманихи крупные, располагаются на длинных черешках длиной 16–18 см, усаженных шипами. Сверху эти листья блестящие, темно-зеленые, голые с рассеянными шипами. Снизу они светло-зеленые, матовые, шипы у них располагаются на «жилках». Пластина листа округлой формы с сердцевидным основанием. Диаметр листьев достигает 15–35 см.

Цветет заманиха в июне-июле. Ее цветки невзрачные, мелкие, зеленоватого цвета, в простых зонтиках, собранных в продолговатую сложную кисть. Одиночный цветок представляет собой чашечку с 4–5 едва заметными зубцами. Лепестки (их пять) ланцетно-треугольной формы. Внутри цветка можно насчитать 5 тычинок и увидеть пестик с нижней двухгнездной завязью.

Плодоносит эхинопанакс в августе-сентябре. Плоды-костянки достигают в длину 7–12 мм. Они шаровидные, сочные, ярко-красного или желто-красного цвета, с двумя сплюснутыми с боков косточками. Заманиха высокая размножается семенами и укоренением стеблей.

Корневища у этого растения толстые, длинные, горизонтальные. Располагаются они около поверхности почвы.

Это растение может расти не только в дикой природе, но и на приусадебном участке, если его должным образом культивировать. Заманиха предпочитает рыхлые почвы, богатые гумусом. О месте для посадки надо позаботиться заранее. Необходимо выкопать лунки, внести в них 2–3 кг перегноя, 2 кг песка и 30–40 г нитрофоски. Семена нужно стратифицировать, а затем высеивать их на глубину 2–3 см. Прорастают они очень медленно, через 1–2 года.

В первый год сеянцы достигают в высоту 1–2 см, но в дальнейшем рост растений несколько усиливается, но не превышает 50 см в год. Максимальное развитие культуры наблюдается в районах с повышенной влажностью и частыми туманами, с мощным снежным покровом зимой. Летом заманиху следует слегка прitenять, а на зиму — обязательно укрывать лапником или торфом. Участок необходимо содержать в чистом от сорняков, рыхлом и влажном состоянии.

В лекарственных целях обычно используют корневища и корни заманихи. Корневища содержат большое количество макроэлементов: К — 12,3 мг/г, Са — 34,6 мг/г, Mg — 2,7 мг/г, Fe — 0,46 мг/г. Заманиха также изобилует микроэлементами.

Корневища с корнями заготавливают во время созревания плодов и опадания листьев (в сентябре-октябре), очищают от земли и примесей, нарезают на куски дли-

ной до 30 см и связывают в пучки. Сушат в хорошо проветриваемом помещении или в тени, раскладывая тонким слоем и периодически переворачивая.

Настойка заманихи

Взять 100 г корней заманихи, залить 500 мл 70-процентного спирта. Настаивать 2 недели в темном месте, периодически встряхивая. Процедить, перелить в посуду из темного стекла. Хранить в прохладном месте.

Настойку аралии маньчжурской применяют, капая необходимое количество капель на стакан кипяченой воды.

- При астении — 25 капель 2 раза в день. Принимать в течение 3 недель.
- При гипотонии — 30 капель 2 раза в день.
- При депрессии — 20 капель 3 раза в день.
- При климаксе — 30 капель 3 раза в день.
- При неврастении — 25 капель 3 раза в день.
- При сахарном диабете — 40 капель 2 раза в день.
- При половом бессилии — 35 капель 3 раза в день.
- При импотенции — 40 капель 3–4 раза в день.

Элеутерококк

Элеутерококк колючий — *Eleutherococcus senticosus Maxim* — также относится к уже известному нам семейству аралиевых — *Araliaceae*. У элеутерококка есть несколько народных прозвищ: свободнаягодник, дикий перец, колючий перец, нетронник, чертов куст. Вы, вероятно, догадались, что все эти названия были даны элеутерококку за то, что он колючий.

Растение встречается в Приморском крае, реже — на Южном Сахалине, в Приамурье. Оно предпочитает открытые места кедрово-широколиственных лесов. Бывает, что на дорогах и около скал образуются заросли свободнаягодника. На участках, которые лишены дре-

весно-кустарниковой растительности, элеутерококк не попадется вам на глаза. Растение «поднимается в горы» на 800 м и выше.

Элеутерококк — кустарник с прямостоящими стеблями высотой 2–3 м, реже — 5–7 м. Ветви его покрыты светло-серой или серовато-коричневой корой. Молодые побеги густо усажены многочисленными тонкими шипами, косо направленными книзу. По этим побегам легко найти элеутерококк в густых зарослях различных кустарников. Вы можете даже не обратить внимание на это растение, а сразу поцарапаться об него. Ветви старых растений могут не иметь шипов. Из всех растений семейства аралиевых элеутерококк самый невзрачный и колючий.

Растение цветет в июле.

Плод — ягодообразная костянка черного цвета, блестящая, с пятью косточками. Плод элеутерококка — это его самая яркая часть. Плоды созревают в сентябре. Обильное плодоношение у растения бывает примерно раз в два года.

В лечебных целях можно использовать только корни свободнаягодника. Поверхность корней гладкая, со светлыми поперечными бугорками; излом длиннолокнистый, светло-желтого или кремового цвета. В корневище имеется рыхлая сердцевина. Запах сырья ароматный. Вкус сладкий, жгучий. В химический состав корней элеутерококка входят такие вещества, природа которых полностью еще не раскрыта. К ним относятся особые лигнанные гликозиды — элеутерозиды А, В, С, Д, Е.

Заготавливают свободнаягодник поздней осенью — в конце октября — ноябре. Именно в это время бросаются в глаза его черные глянцевые плоды посреди таежных лесов, которые уже распрощались со своей листвою. Корни надо аккуратно выкопать из земли. Для


этой цели подойдут такие инструменты, как кирка или лом, поскольку корневая система залегает неглубоко. Затем надо отряхнуть корни, удалить с них землю, промыть под проточной водой. Далее надо разрубить корни, мелко нарезать и сушить при 80 °С в течение часа в искусственных сушилках (духовке или печке), затем сырье досушивают под навесом. У корней при сушке происходит потеря в весе, которая составляет не более 14 %. Хранить высушенные корни надо в сухой, проветриваемой емкости в темноте. Если вы соблюдали все рекомендации по сушке и хранению, то сырье сможет храниться около 3 лет.

Настойка элеутерококковая

Возьмите 200 г высушенных корней растения, залейте их 1 л 40-процентного спирта. Настаивайте 2 недели в темном прохладном месте. Во время настаивания необходимо часто взбалтывать жидкость. Через 2 недели процедить, тщательно отжав сырье, перелить в темную бутылку, хранить в прохладном месте.

Настойку можно не только купить в аптеке, но и приготовить в домашних условиях.

Настойку можно применять, как разводя водой, так и в чистом виде.

-  • При утомляемости — 1 ч. ложка 3–4 раза в сутки перед едой.
- При повышенном содержании холестерина при атеросклерозе — 30 капель 2 раза в день. Принимать в течение 1 месяца.
- При половом бессилии — 1 ч. ложка 4 раза в сутки.
- При импотенции — 2 ч. ложки 3 раза в сутки за 30 минут до еды. Принимать в течение 1 месяца, затем сделать перерыв 2 недели, по необходимости курс повторять.
- При климаксе — по 20 капель 3–4 раза в день.

- При болезненных менструациях — по 1/2 ч. ложки 5–6 раз в день.
- При ухудшении зрения — по 15 капель 4 раза в день.
- При ухудшении слуха — по 15–20 капель 3 раза в день после еды.
- При облысении — 2 ч. ложки настойки смешать с шампунем или бальзамом и мыть этим составом голову.

Родиола розовая или «золотой корень»

Родиола розовая — *Rhodiola rosea* L. Принадлежит к семейству толстянковых. Она распространена на севере и северо-востоке России, в горных районах Сибири и Казахстана. Это растение культивируют в европейской части России и на Урале.

Родиола розовая обладает еще одним красивым названием — «золотой корень».

Родиола представляет собой многолетнее травянистое растение высотой до 65 см. Стеблей у родиолы бывает несколько, они прямостоячие, не ветвистые. Диаметр их достигает 6 мм. Стеблевые листья очередные, сидячие, эллиптические или ланцетовидные в верхней части. Цветы у «тувинского женишняка» однополые, желто-зеленого цвета, собранные в густые соцветия диаметром до 6 см. Цветет в мае-июне.

Плоды у родиолы созревают в июне — августе. Это прямостоячие листовки длиной до 8 мм, с коротким «носиком». Семена мелкие, ланцетные длиной до 2 мм.

Корневище у этого растения горизонтальное. Форма корневищ у родиолы различна — с большим количеством клубневидных разрастаний, придатков и полостей. Поверхность их гладкая, серовато-бежевого цвета с золотистым оттенком, на изломе — белого цвета. Вкус горьковато-вяжущий. Запах напоминает розовое масло. В зависимости от условий произрастания признаки

растения меняются. Так, на севере Пермской области был найден корень веретенообразной формы, уходящий вглубь на 25–30 см.

Размножается родиола семенами, а также отрезками корневищ. При семенном размножении, когда используют стратифицированные семена, применяется поверхностный строчный сев с междурядьями в 60 см. Урожай собирают через 5 лет. В природных условиях вес корневищ достигает 900 г.

В медицинских целях используют именно корневища с корнями. При заготовке дикорастущих корневищ выбирают растения, имеющие более двух стеблей. Помните, что после заготовок участок должен «отдыхать» 10–15 лет. Корневища родиолы нужно аккуратно выкопать, промыть в проточной воде, очистить от старой побуревшей пробки и гнилых частей, обрезать стебли и порезать на кусочки по 2–8 см. Сушить корни рекомендуют в огневых сушилках при температуре 50–60 °С. Сушить можно в духовке или в печке. Хранить сухое сырье нужно в сухом, хорошо проветриваемом помещении. Если вы правильно заготовили корни, то их срок годности будет 3 года.

«Тувинский женшень» богат витаминами и различными полезными веществами. В листьях и стеблях родиолы найдены флавоновые соединения, яблочная и винная кислоты. В корнях содержатся гликозид родиолозид, тиразол, флавоноиды, дубильные вещества, лактоны, эфирное масло, стерины, органические кислоты (щавелевая, яблочная, янтарная), более 20 микроэлементов, в том числе фосфор, серебро, медь, цинк, железо, молибден, марганец, хром, магний, сурьма, висмут, а также аскорбиновая и никотиновая кислоты.

Корень родиолы розовой применяется около 400 лет в народной медицине.

Настойка родиолы

Возьмите высушенный корень родиолы розовой — 50 г. Тщательно его измельчите. Залейте 500 мл 40-процентного спирта. Настаивайте 20 дней в стеклянной посуде в прохладном и темном месте. Процедите, отжав сырье. Настойку лучше всего хранить в темной бутылке.

Дозировка для борьбы с разными болезнями различна, а вот способ приема — одинаковый: вы капаете определенное количество капель в рюмку с кипяченой водой.

- Нет полового влечения — 5 капель 4 раза в день перед едой. Принимать 15–20 дней.
- Половое бессилие — 3–4 капли 3 раза в день. Принимать 10–20 дней.
- Импотенция — начните с 10 капель 3 раза в день. Каждый следующий день прибавляйте по 1 капле. Так продолжайте принимать, пока не дойдете до 40 капель 3 раза в день. Сделайте перерыв на 2–4 недели. По необходимости лечение повторите.
- Неврозы — 2–3 капли 4–5 раз в день за 30 минут до еды. Принимать 30–40 дней.
- Гипотония — 4 капли 3 раза в день после еды.
- Вегетососудистая дистония — 3 капли 4–5 раз в день после еды. Нужно чередовать 10-дневный курс лечения с 10-дневным перерывом.
- Утомляемость — 2 капли 4 раза в день за 30 минут до еды.
- В качестве общеукрепляющего и восстанавливающего средства — 1–2 капли 4–5 раз в день после еды.

Противопоказания

- Ярко выраженное возбуждение.
- Гипертонический кризис.
- Лихорадочное состояние.
- Нельзя принимать на ночь или поздно вечером.
- Истощение корковых клеток.

Левзея (маралий корень)

Научное название левзеи — *Rhaponticum carthamoides*. Относится это растение к семейству сложноцветных — *Compositae*. Маралий корень растет в Саянах и на Алтае. Среда его обитания на востоке доходит до Байкала, а на западе — до гор Восточного Казахстана. Встретить левзею можно на высоте 1700–2000 м над уровнем моря. Иногда она встречается на альпийских лугах. Поскольку в дикой природе левзея образует непроходимые заросли, заготовка ее затруднена. Поскольку левзея произрастает в очень ограниченном количестве, то это растение было введено в культуру во влажных лесных районах средней европейской части России и в ряде районов Сибири. Левзею культивируют в Новосибирской и Московской областях.

Левзея — многолетнее травянистое растение высотой 50–150 см. В народной медицине Сибири левзея известна под названием «маралий корень» и применяется как возбуждающее средство при упадке сил, после истощающих заболеваний, при упадке половой функции. Используют все растение полностью.

Основным местом промышленных заготовок корней левзеи служит Алтай. Выкопанные и очищенные от земли подземные части растений тщательно промывают в проточной воде. Сушат их, раскладывая тонким слоем на воздухе или в сушилках при температуре 50–60 °С. Хранят в плотных упаковках до 3 лет.

Растение относится к числу редких и исчезающих видов. При заготовке его необходимо помнить, что наиболее продуктивны заросли растения на субальпийских лугах, где вид восстанавливается в течение 20 лет, в то время как на лесных лугах для восстановления необходимо 40–50 лет. Поэтому при выкапывании корней левзеи нужно оставлять нетронутыми не менее 25–35 %

растений. Надземную массу можно собирать раз в 3–5 лет, подземную — с периодичностью в 15–20 лет.

Левзея успешно выращивается на промышленных плантациях, хорошо растет и развивается на садовых участках.

Главным условием успешного выращивания является отсутствие на участке застойных вод. Поэтому почва должна быть хорошо дренирована. Вспашку почвы необходимо производить на глубину 22–25 см. Развести левзею можно посевом семян в грунт ранней весной после их стратификации, которая способствует быстрому прорастанию семян и лучшему развитию растений. Садоводам-любителям необходимо знать, что в первый год жизни левзея образует только розетку прикорневых листьев диаметром 60–70 см. Цвести и плодоносить она начинает со второго года. Если вы посадили левзею в Ленинградской, Псковской, Новгородской или Московской областях, то время от периода отрастания до начала цветения составит 45–50 дней, а до начала созревания семян — 70–75 дней. Уборку растений рекомендуют осуществлять поздней осенью, за 2–3 недели до замерзания почвы, поскольку наиболее интенсивный рост корневой массы левзеи приходится на конец вегетативного периода.

Настойка на маральем корне

Возьмите 300 г сухих корневищ и корней левзеи, залейте 350 мл 70-процентного спирта. Настаивайте в стеклянной посуде в темном месте 2 недели. Затем хорошенько процедите, тщательно через марлю отожмите сырье, перелейте и храните настойку в темной стеклянной бутылке.

Принимать настойку надо, капая необходимое количество в столовую ложку и разводя кипяченой водой.

• При физическом переутомлении — по 20 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

- При психическом переутомлении — по 15–20 капель 2–3 раза в день перед едой.
- При вялости — по 25 капель 2 раза в день за 20 минут до еды.
- При импотенции — по 30–35 капель 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения продолжать 3 недели, затем сделать перерыв 2 недели, курс лечения можно повторять с перерывами до 5 раз.
- При алкоголизме — по 15 капель 2 раза в день за 30 минут до еды.
- При раздражительности — по 10 капель 4 раза в день перед едой.
- При бессоннице — 10–15 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

Противопоказания

- Повышенное кровяное давление.
- Нарушение сердечной деятельности.



Глава 8

«РУССКАЯ ВИАГРА» ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ЖЕНСКИХ БОЛЕЗНЕЙ

Не подумайте, дорогие дамы, что книга эта про «русскую виагру» написана только для мужчин. Нет, она написана и для вас. Кто же мужикам будет разные укрепляющие силу настойки, снадобья да кушанья готовить? Конечно же, вы. Без ваших любящих рук и настойки не возымеют нужного целебного действия. Но, как говорилось уже в этой книге, «русская виагра» обладает замечательным свойством — многофункциональностью. Поэтому она может помогать и мужчинам, и женщинам, причем не только от полового бессилия. Мне бы хотелось упомянуть еще и о способах исцеления

при помощи различных сборов (в состав которых входят растения, называемые нами «русской виагрой») от очень неприятной женской болезни — дисфункции яичников. В нашей стране этим заболеванием страдают 14 % женщин.

Дисфункция яичников

Сборы для приема внутрь

Сбор № 1

Смешайте в равных количествах: корень левзеи, корень родиолы розовой (золотой корень), корень аралии маньчжурской, корень элеутерококка, плоды рябины красной, плоды или лист смородины черной, лист малины.

Сбор № 2

Смешайте в равных количествах: корень левзеи, траву полыни, траву череды, траву тысячелистника, плоды рябины красноплодной, корень элеутерококка.

Сбор № 3

Корень аралии — 10 г, плоды боярышника — 5 г, корень дягиля — 10 г, цветки ромашки — 15 г, трава мяты — 5 г, трава крапивы — 10 г.

Сбор № 4

Трава полыни — 15 г, лист смородины — 10 г, корень родиолы розовой — 15 г, корень левзеи — 15 г, плоды шиповника — 10 г.

Как приготовить сборы

Растения, предварительно измельченные (в кофемолке или мясорубке), смешать. 2 ст. ложки сбора залить 1 л кипятка, слить вместе с травой в термос, настаивать ночь. Полученный литр настоя принять в течение дня по 150–200 мл, желательно до еды. Для улучшения вкуса можно добавить мед, сахар, варенье. Курс лече-

ния — 3–4 месяца. После этого сделать перерыв на 10–14 дней, изменить состав сбора и продолжить лечение. Несмотря на наступившее улучшение, фитотерапию необходимо продолжать в течение не менее 12 месяцев. В дальнейшем перейти на профилактический прием сборов весной и осенью (по 2 месяца).

Сборы трав могут применяться в сочетании с другими лекарствами. Улучшение при фитотерапии наступает через 2–3 недели регулярного приема трав. Однако стойкий эффект может быть достигнут лишь в случае длительного и регулярного применения трав (в течение 8–12 месяцев и более). Перед тем как принимать тот или иной сбор, желательно ознакомиться с противопоказаниями к приему трав, входящих в состав сбора.

Сборы для спринцевания

Сбор № 1

Трава донника — 10 г, корень аралии — 5 г, корень калгана — 10 г, трава золототысячника — 10 г. 1 ст. ложку смеси залить стаканом кипятка, настаивать час, процедить.

Сбор № 2

Корни калгана — 2 ст. ложки, листья черники — 1 ст. ложка. Эту смесь измельчить, залить стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить.

Воспаление придатков

Этим недугом страдают 80 % российских женщин. Надеюсь, что травяные сборы, в состав которых входит и калган, и ярутка, и аралия маньчжурская, и заманиха, и элеутерококк, и родиола розовая, и левзея, помогут вам победить воспаление придатков.

Сбор № 1

Корень калгана — 1 ст. ложка, лист крапивы — 1 ст. ложка, трава пастушьей сумки — 1 ч. ложка, цветки календу-

лы — 1 ч. ложка, цветки ромашки — 1 ч. ложка, трава тысячелистника — 1 ч. ложка, корень горца — 1 ст. ложка, листья и цветы ярutki — 1 ст. ложка.

Сбор № 2

Листья ярutki — 2 ст. ложки, лист березы — 1 ст. ложка, дубовая кора — 1 ст. ложка, календула — 2 ст. ложки, ромашка — 1 ст. ложка, шалфей — 2 ст. ложки, сушеница болотная — 1 ч. ложка, полынь — 1 ст. ложка.

Эти сборы можно приготовить следующим образом: каждый сбор перемешайте, измельчите. 4 ст. ложки сбора залейте 1 л кипятка, доведите до кипения и кипятите на медленном огне 5 минут. Затем упаривайте отвар 20 минут на паровой бане.

Настаивайте в течение ночи, завернув в плотный слой газет и в одеяло. Принимайте 1/2 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения должен длиться не менее 4 месяцев. Если почувствуете улучшение, не прекращайте прием!

Воспаление матки

Наиболее частыми причинами обострения воспалительных заболеваний матки являются неспецифические факторы, такие как переутомление, переохлаждение, стрессовые ситуации, отрицательные эмоции, различные генитальные инфекции.

Сбор № 1

Листья ярutki — 1 ст. ложка, молодые листья и почки березы — 3 ст. ложки, корзинки бессмертника — 2 ст. ложки, мелисса лекарственная — 1 ст. ложка.

Этот сбор измельчите, перемешайте, залейте 1 л кипятка, настаивайте на водяной бане 45 минут. После этого настаивайте в тепле 2 часа. Процедите, отожмите сырье. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день за 20–30 минут до еды.

Сбор № 2

Мать-и-мачеха — 2 ст. ложки, заманиха — 1 ст. ложка, трава мяты — 2 ст. ложки, тысячелистник — 3 ст. ложки. Сбор измельчите, перемешайте, залейте 500 мл воды, доведите до кипения и кипятите на слабом огне 20 минут. Настаивайте в тепле 4 часа, процедите.

Принимать по 4 ст. ложки настоя 6 раз в день перед едой.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вот и подошла, дорогие читатели, к концу наша очередная с вами встреча. Ничего не скажешь, эта встреча была для меня очень неожиданна. Никогда бы не подумал, что на страницах книги мне придется обсуждать такие интимные вопросы, как потенция, половое бессилие и т. д. Но, в конце концов, если не я, так кто же! Если вас беспокоят эти проблемы, то моя задача, как фитоэнергетика, найти наиболее доступные, простые и безвредные способы их решения.

Хочу поблагодарить вас, дорогие мои, за ваши дивные письма. Если бы не они, возможно, я и половины книжек не написал бы. Ваши письма — это источник новых идей, с их помощью мы обмениваемся опытом. Поэтому я считаю, что каждая моя книга написана в соавторстве с вами, дорогие читатели.

Хочу попросить вас оставаться такими же отзывчивыми, чуткими, внимательными и любознательными. И тогда, уж будьте уверены, нам с вами не страшны никакие болезни.

Здоровья вам побольше, солнца и удачи во всем.

Пишите по адресу:

Санкт-Петербург, 194021, а/я 11, Александру Кородецкому.

весной. (с 12) — реальный фронт
легенне артрита. (с 16 до 19) — на-
бавия кампана, витаминный
напиток и салат, мексика прощас
танция (18). (с 20) — о психологии
жизни и семье. (с 22) — культ
выращивание на огороде кампана,
для болезни излечения, о семе-
нах кампана, как его вырастить.
(с 25) — польза вершков кампана,
заготовка корней. (с 28-33) — ре-
альные случаи и рецепты для
выздоровления с кампаном.
(с 34) — простатит; (с 37) — там для
повышения потенции и согрева-
ния организма после холода.
(с 38) — лечение простаты. (с 44) — ле-
ние простаты, зубы жемчуга и пробо-
точности десен.
(с 46) — кампан и зубы и десны и др.
(48) — против кожных, хронических;
(с 50) — против бронхита и астмы.
(51) — фразы жизни.
(55) — "приманки" виагры. (56) — рас-
тения в урологии ~~врачи~~ наши
мо кампана.
(с 38) — уменьшение опухоли по табл.



Александр Кородецкий — известный целитель и фитоэнергетик, специалист по лечению травами, давно сотрудничает с издательством «Питер». Он является автором более десяти книг.

Все его издания поистине уникальны. Они написаны в лучших традициях русской научно-популярной литературы и читаются на одном дыхании. Их по праву можно назвать интересными книгами о здоровье.

В новой книге фитоэнергетика речь пойдет об очень деликатной проблеме — половых расстройствах. Александр настаивает: нет повода для отчаяния! Знайте: природа создала уникальные растения-целители — калган и ярутку, называемые в народе любовными травами.

Вас ждет множество уникальных рецептов и методик, а также письма читателей, сумевших справиться с проблемой — на радость себе и близким.

**Эта книга дарит надежду,
а значит — выздоровление.**



Заказ книг:

197198, Санкт-Петербург, а/я 619
тел.: (812) 703-73-74, postbook@piter.com

61093, Харьков-93, а/я 9130
тел.: (057) 712-27-05, piter@kharkov.piter.com

www.piter.com — вся информация о книгах и веб-магазин

