



Григорий Михайлов  
**Три великих целителя: имбирь, хвоя, мумие**  
Серия «Знахарь»

*Текст предоставлен правообладателем.  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6691399](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6691399)  
Михайлов Г. Три великих целителя: имбирь, хвоя, мумие: АСТ; Москва; 2014  
ISBN 978-5-17-083489-1*

**Аннотация**

Новая книга автора многократно переиздававшегося бестселлера «Целительные свойства имбиря» Григория Михайлова рассказывает о трех уникальных природных целителях, помочь победить многие болезни без традиционных лекарств или смягчить их побочное действие в тех случаях, когда без «химии», увы, не обойтись: имбире, хвойных растениях и мумие.

Эта книга может стать настоящей «аптечкой» для всей семьи, ведь в ней содержится набор препаратов на любой случай жизни!

*Данное издание не является учебником по медицине. Все лечебные процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом.*

## Содержание

|  |    |
|--|----|
| От автора  | 6  |
| Имбирь   | 8  |
| Хвойные растения   | 9  |
| Мумие  | 10 |
| Чудо-растение – имбирь   | 11 |
| История «корня жизни»  | 12 |
| Имбирь в древности   | 12 |
| Мировое турне имбиря   | 12 |
| Имбирь на Руси   | 13 |
| Как выглядит и где растет универсальное лекарство                        | 14 |
| Как выглядит имбирь  | 14 |
| Где растет имбирь  | 14 |
| Какой бывает имбирь  | 14 |
| Ценность имбиря  | 15 |
| Покупаем и храним имбирь   | 16 |
| Покупаем самый полезный и свежий имбирь                                  | 16 |
| Принесли имбирь домой. Что дальше?                                       | 16 |
| Как нарезать имбирь  | 17 |
| Храним имбирь  | 17 |
| Применение имбиря  | 18 |
| Взаимодействие с лекарственными препаратами                              | 18 |
| Противопоказания и побочные эффекты при применении имбиря                | 18 |
| Форма употребления   | 19 |
| Готовим лекарственные средства из имбиря                                 | 20 |
| Отвар имбиря   | 20 |
| Настой имбиря  | 20 |
| Эфирное масло имбиря   | 20 |
| Состав и ценные свойства масла   | 20 |
| Противопоказания и сочетаемость  | 21 |
| Заболевания и способы их лечения с помощью имбиря                        | 22 |
| Очищение организма   | 22 |
| Приготовление имбирного напитка  | 22 |
| Имбирь для очистки печени  | 22 |
| Имбирь для снятия похмельного синдрома и лечения алкогольной зависимости | 23 |
| Выведение продуктов распада при отравлениях                              | 23 |
| Повышение иммунитета   | 23 |
| Лечение простудных заболеваний, ОРВИ                                     | 23 |
| Согревающий чай с имбирем и лимоном                                      | 24 |
| Ванна при начинающейся простуде  | 24 |
| Настойка «иммунитет»   | 24 |
| Чай из имбиря и солодки при простуде                                     | 24 |
| Имбирный чай (от простуды и депрессии)                                   | 25 |
| Рецепт для профилактики гриппа   | 25 |
| Лечение гриппа   | 25 |

|  |    |
|--|----|
| Тибетский чай вместо завтрака и при простуде   | 25 |
| Согревающий имбирный «горчичник»   | 26 |
| Лечение поражений дыхательных путей  | 26 |
| При сухом кашле и бронхите   | 27 |
| При влажном кашле  | 27 |
| Для ингаляций  | 27 |
| Компрессы для горла  | 27 |
| Повышенная температура   | 28 |
| Ангина, обострение хронического тонзиллита, аденоидит,<br>другие инфекции ротовой полости и носоглотки | 28 |
| Насморк, гайморит  | 28 |
| Настой имбиря при ангине   | 29 |
| Полоскание при ангине  | 29 |
| Конец ознакомительного фрагмента.  | 30 |

# Григорий Михайлов

## Три великих целителя: имбирь, хвоя, мумие

Прочитав первую книгу Г. Михайлова о целительных свойствах имбиря, я смог отказаться от половины лекарств, которые принимал на тот момент – имбирь помог мне избавиться от стоматита, заметно облегчил боли в суставах (у меня артрит), я забыл про мигрени и расстройства пищеварения. С новой книгой этого автора я надеюсь, что скоро совсем забуду об аптечных препаратах. У меня же теперь есть доступ в самую настоящую природную аптеку!

*Игорь Всеволодович, Саратов*

Книги Михайлова всегда радуют – много интересной информации о лекарствах, которые дарит нам Природа, понятное описание рецептов и доступные ингредиенты. И главное – очень и очень действенные средства, которые можно легко и быстро изготовить в домашних условиях!

*Л. В., Самара*

Замечательная книга для тех, кого беспокоят суставы! Артрит, ревматизм, последствия травм – все это поддается лечению при помощи описываемых в книге средств! И никаких побочных эффектов, как это бывает при приеме лекарств.

*Светлана Ф., Вологда*

Я жду ребенка, и мой врач настоятельно советует мне избегать химических лекарственных препаратов – ведь это может повредить моему малышу! Однако в некоторых ситуациях организм не может справиться своими силами – как же быть? Я была в растерянности. Информация из книги Михайлова стала для меня спасением – в ней огромное количество рецептов, которые я могу применять, не боясь причинить вред ребенку: имбирь избавил меня от утренней тошноты и кровоточивости десен, сосновый мед оберегает меня от простуды, а хвойный настой помогает сохранить тонус вен. Замечательная книга для будущей мамы!

*Елена С., СанктПетербург*

С экранов телевизора несутся предупреждения – вирус гриппа не дремлет, наступает очередная эпидемия. А я не только предупрежден, но и вооружен: имбирь, сосны и мумие – вот то, что защитит меня и мою семью в этом «простудном сезоне». Прекрасные средства и для детей, и для напряженно работающих людей, и для пенсионеров!

*Сергей М., Омск*

## От автора

Уважаемые читатели!

Со многими из вас мы уже знакомы по книге «Целительные свойства имбиря». Судя по общему тиражу моей книги (он многократно допечатывался), у меня уже более 100000 знакомых!

Письма, которые я регулярно получаю от своих читателей, свидетельствуют о том, что ваш интерес к средствам народной медицины не только не угасает, но становится все сильнее.

И это не удивительно, ведь несмотря на то что фармацевтическая промышленность не стоит на месте, ученые синтезируют новые лекарственные вещества, способные победить болезни, считавшиеся раньше неизлечимыми, действие новых лекарств еще не изучено до конца и может иметь отдаленные последствия, которые проявятся через 10–15 лет, а то и через 2–3 поколения.

Побочные эффекты, которые вызывает прием химических препаратов, аллергические реакции, а часто – и неспособность этих средств победить болезнь, все это заставляет многих моих соотечественников искать альтернативу синтетическим лекарствам.

И эта альтернатива существует!

Средства, проверенные веками и в наши времена нередко незаслуженно забытые. Это средства народной медицины, которые могут помочь победить многие болезни без традиционных лекарств или смягчить их побочное действие в тех случаях, когда без «химии», увы, не обойтись.

Рецепты, помещенные в моей первой книге, посвященной имбирю, уже помогли многим из вас. Однако имбирь – всего лишь одно из чудодейственных средств, которыми полна природная аптека. Нужно помнить еще и том, что, к сожалению, у некоторых людей встречается индивидуальная непереносимость имбиря, и в этом случае все его целительные свойства оказываются бессильны.

Поэтому в новой книге я хочу поделиться с вами сведениями о трех удивительных природных «препаратах» – о трех самых настоящих целителях, пришедших к нам с Востока.

Эти чудо-лекари – уже знакомый вам имбирь, хвойные растения и загадочная «горная смола» – мумие.

Почему речь пойдет именно об этих трех, поистине великих, помощниках человека в борьбе с недугами?

Без преувеличения могу сказать, что именно они являются одними из самых ценных в моем арсенале целительных средств.

В первую очередь – из-за их высочайшей эффективности. Имбирь, хвойные растения и мумие – три средства, которые могут применяться практически при любых заболеваниях, и во всех случаях они помогают существенно облегчить состояние больного, а иногда и вовсе изгнать недуг.

Так что эта книга может стать для вас чем-то вроде аптечки, индивидуального медицинского комплекта, в котором содержится набор препаратов на любой случай жизни.

Не менее важно и то, что эти средства практически не имеют противопоказаний... Согласитесь, большинство химических препаратов этим похвастаться не могут.

Как показывает многовековой народный опыт и современные клинические исследования, эти вещества помогают многим. Поэтому я уверен, что они обязательно помогут и моим читателям.

*Следует отметить и то, что все эти лекарственные средства давно признаны официальной медициной и активно используются в промышленной фармакологии для производ-*

*ства огромного количества препаратов – вы можете убедиться в этом, взглянув на аптечный прилавок.*

Итак, несколько слов о тех, с кем вы встретитесь на страницах этой книги.

## Имбирь

Имбирь, пожалуй, не нуждается в представлении – наверняка он знаком каждому из вас, хотя бы в качестве ароматной приправы, придающей блюдам пикантный вкус. Однако о его целебных свойствах можно говорить бесконечно – беременным женщинам он помогает справиться с утренней тошнотой, простудившихся детей избавляет от кашля и температуры, спортсмену поможет быстро вернуть силы после изнурительной тренировки и ускорить восстановление после травм, людям пожилым окажет существенную помощь в лечении суставных заболеваний.

Маски и чай с имбирем, ингаляции и растирания – это только малая часть тех полезных рецептов, которые вы найдете в этой книге.



## **Хвойные растения**

Хвойные растения – это тоже самая настоящая «зеленая аптека», причем – неисчерпаемая по своим ресурсам. Ведь у этих растений, так или иначе, в лечебных целях используются практически все части. И шишки (или другие плоды), и хвоя, и древесина, и смола, и даже старые пни – все идет «в дело».

Несомненно, вы вспомните ароматы сосны и пихты, не раз помогавшие вам справиться с насморком и кашлем, молодые мамы знакомы с хвойными ваннами, успокаивающими малышей, а любители русской бани многое могут поведать о целебных свойствах можжевелового веника.

Однако и страницы этой книги откроют вам немало нового – вы познакомитесь с таким чудодейственным средством, как сосновый мед (по эффективности ничуть не уступающий продуктам пчеловодства), научитесь готовить пихтовое масло в домашних условиях и узнаете, как превратить прогулку по хвойному лесу в самую настоящую лечебную процедуру.

## Мумие

Самым загадочным из описанных мной трех целителей можно назвать мумие. Это вещество – поистине тайна высоких гор, которой они не спешат делиться с людьми. Ведь споры о происхождении и составе этого средства ведутся до сих пор и ученые так и не пришли к единому мнению. Неоспоримым остается одно – оно уже на протяжении многих веков помогает людям справляться с самыми разными недугами: сращивать сломанные кости и разорванные связки, снижать давление при гипертонии, восстанавливать силы после продолжительной болезни и ослаблять побочные действия химических препаратов.

Я очень рад, что могу поделиться со своими читателями сведениями о таких ценных природных лекарствах, и желаю вам всем крепкого здоровья!

*Г. Михайлов*

## Чудо-растение – имбирь

Количество болезней, от которых избавляет имбирь, очень велико! Имбирь:

- улучшает пищеварение;
- лечит большинство кожных и аллергических заболеваний;
- восстанавливает иммунитет;
- повышает психическую стойкость в стрессовых ситуациях;
- избавляет от головной боли, тошноты и морской болезни.

Исследования доказали, что он снимает ощущение тошноты у беременных женщин, не вызывая при этом побочных эффектов, опасных для здоровья плода.

### **Имбирный чай**

- восстанавливает силы;
- лечит простуду;
- заболевания щитовидной железы;
- эффективен в профилактике рака;
- эффективный муколитик, который выводит мокроту при заболеваниях дыхательных путей, оказывает согревающее и потогонное воздействие.

### **Кожица имбиря**

- обладает мочегонным эффектом;
- стимулирует выделение слюны.

### **Имбирь помогает**

- при менструальных болях;
- снимает судороги;
- способствует послеродовому восстановлению организма;
- действует как средство общего очищения крови.

Другие полезные свойства имбиря включают широкий спектр антибактериального и противогрибкового действия.

## История «корня жизни»

Вряд ли можно найти человека, который никогда бы не слышал это название. Хотя бы об имбирных пряниках или имбирном печенье, упоминающихся во многих сказках, слышали все. Некоторые вспомнят романы Диккенса и упоминающийся в них имбирный эль или имбирное пиво. Кое-кто вспомнит, что ел новомодные суши с маринованным имбирем. А некоторые, увидев на магазинной полке эту невзрачную «закорючку», пожмут плечами и отмахнутся, потому что просто не знают, мимо чего они идут.

Удивительно, но эта самая узловатая серая «закорючка» – богатейший кладезь полезных микроэлементов и кислот, концентрация которых превышает все прочие величины по сравнению с другими растениями и может конкурировать только с «корнем жизни» – женьшенем!

## Имбирь в древности

Имбирь как дикорастущее растение был распространен в местах с теплым и влажным климатом. На его удивительные свойства люди «наткнулись» случайно: дикий имбирь не очень красив, а про многочисленные свойства его подземной части еще надо было догадаться. Это потом уже стали разводить растение специально ради удивительных корешков, отбирая только растения с мясистыми клубнями.

*Уже с XV века нашей эры имбирь в диком виде не произрастает, сейчас ведется строгий научный отбор лучших сортов для получения больших урожаев самых вкусных корешков.*

В Индии и Китае имбирь использовался в качестве специи и лекарства с незапамятных времен. Его считали способным сохранять молодость, укреплять силы, согревать и лечить от простуды. С давних же времен было известно свойство имбиря избавлять от приступов тошноты.

Сохранились сведения о том, что китайские моряки всегда брали с собой в плавание корни имбиря и жевали, чтобы меньше страдать от морской болезни, если корабль попадал в шторм.

По сей день во многих китайских провинциях сельские жители приколачивают имбирный корень (кусочек высушенного корневища) над входом в дом, так как считается, что он способен поглощать злые мысли, отгонять духов и, таким образом, защищать новорожденных детей.

Впервые начали культивировать имбирь в Северной Индии и вскоре необычным растением заинтересовались торговавшие в тех краях арабские купцы. Изначально плотные корневища причудливой формы они использовали только в качестве денежной единицы. Однако вполне естественно, что вскоре большинство путешественников пристрастились ко вкусу этого зажигательного корня. Разумеется, позволить это себе могли только очень богатые люди.

## Мировое турне имбиря

Санскритское название имбиря *singaber* послужило появлению греческого *zingaberi*, а позднее латинскому *Zingiber*.

Поскольку корневища имбиря долго сохраняют свою свежесть, он стал первой восточной специей, проникшей на запад и широко распространившейся вдалеке от своей родины. Имбирь практически не портился при транспортировке, не требовал особых условий перевозки, мог месяцами храниться в полотняных мешках.