**ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА**

Ввиду того, что в настоящее время распространено очень много способов очистки организмов от вредных веществ, я думаю, что формирование общих положений для всех способов и предложений было бы полезным, из-за трудности для обычного человека ориентирования в них. Проще показать их общий “корень”. При этом надо учесть, что зная общее, каждый человек самостоятельно, целенаправленно подберет для себя тот или иной метод.

Для начала необходимо разобрать ряд особенностей, которые необходимо знать. К ним относят состав и свойства тканей человеческого организма, влияние пищи и окружающей среды на свойства организма и свойства веществ, наиболее употребляемых в очистительных процедурах.

Тело человека состоит из трех уровней: скелета, мягких тканей и клеток. Последний уровень образует т.н. “цистоскелет”–коллоидно-белковую сетку, пронизывающую весь организм. От состояния этих “скелетов” и жидкости внутри организма во многом зависит жизнедеятельность организма.

Основная часть клеток–это протоплазма, представляющая собой коллоидный раствор, жидкий студень. Он сам сохраняет свою структуру–обладает свойствами твердых тел (упругость, прочность) и жидких (электропроводность), это хорошая среда для протекания химических реакций. Для предотвращения застывания (коагуляции) и склеивания (коацервации) в каждой клетке существует сложная противосжимающая (противокоагулянтная) защита, как и внутри клетки, так и вне её.

При рассмотрении второго–мышечного, соединительно-тканного уровня, в который вплетены клетки, можно видеть, что помимо опорной функции через эту ткань осуществляется целый ряд других процессов: транспортировка и распределение воды, солей и других веществ, регуляция энзематических реакций, восстановление тканей, подавление инфекций и многие другие процессы. Соединительная ткань состоит из белка коллагена, который составляет до 30 % всех белков организма. Но к сожалению в процессе старения его тонкие нити сшиваются друг с другом в грубые канаты. Это приводит к изменению соединительно-тканного каркаса внутренних органов, связок, сухожилий. В результате происходит сжатие внутренних органов и обезвоживание, ухудшается питание через соединительную ткань, слабеет иммунитет. В самой соединительной ткани на клеточном уровне происходит коагуляция по принципу “старения”.

Если же рассматривать весь организм человека, то окажется, что ввиду постоянной потери жидкости через поры кожи, при дыхании, мочеиспускании на нас действуют общая сжимающая иссушающая сила.

Теперь, зная вышесказанное, можно понять, сколько наш организм затрачивает усилий, чтобы противостоять тенденции сжатия и обезвоживания. Наша задача в повседневной жизни состоит в том, чтобы всеми доступными средствами противостоять сжатию и обезвоживанию. Поэтому можно понять, исходя из вышеперечисленных свойств организма, благоприятное или нет воздействие окажут на них внешняя среда, продукты питания и другие факторы.

Из-за того, что протоплазма клеток представляет собой жидкий студень, то тогда внешнее охлаждение будет способствовать загустеванию, а разогревание, наоборот–разжижению. Сухая погода, обезвоживая организм, будет уплотнять “студень”, а влажная–гидратировать его, переводить в более жидкое состояние.

Таким образом нами обнаружены две противоположности: сочетание холода и сухости способствует сгущению коллоидов организма, обезвоживанию клеток, выпадению шлаков, солей; сочетание теплоты и влажности способствует разжижению и восстановлению свойств коллоидных растворов, переводя “застрявшие” шлаки в более подвижное состояние, способствуя этим выведению вредного из клеток, и других внутренних жидкостей организма.

Поэтому в начале любой очистки организма необходимо предварительное разжижение коллоидов организма, для того чтобы они сделались текучими (а не студенистыми), свободно циркулирующими. В противном случае “студень” будет держать все шлаки внутри. В результате любая очистительная процедура без предварительного смягчения организма с помощью прогревания и гидратации дает небольшой эффект.

Вся пища, которую потребляет человек представляет собой коллоидные растворы (белки мяса, молока, сыра, яиц, фрукты и т.д.). В кровяном русле, лимфе происходит встреча коллоидов организма с коллоидами потребляемой пищи. Для того, чтобы не происходила коагуляция их , наш организм отдает часть своего электрического заряда, с соответственным снижением общего заряда клеток, крови, лимфы. Повторение этого процесса несколько раз в день, из года в год, подрывает основы нашей энергетики. Образуются т.н. застойные области, в которых начинаются коацерватные и коагуляционные явления (сгущение, склеивание, выпадение шлаков, образование ксерогелей. Неблагоприятные условия окружающей среды, малоактивный образ жизни, потребление вареной пищи–приводят к тому, что начинают образовываться и отлагаться по всему организму различные уплотнения и камни, кисты и опухоли.

В основе очищения лежат три главных принципа: устранение причины, разжижения коллоидов и применение сильнодействующих разжижающих и камнедробящих средств.

Для устранения причин ограничивают или вообще исключают из питания продукты, склонные к образованию ксерогелей. Исключают крайние влияния погодных факторов. Изменяют малоактивный образ жизни на более активный, подвижный. Правильное и своевременное выполнение вышеуказанного позволяет устранить главную причину–застой.

Разжижают коллоиды, используя внешнее тепло в самых разнообразных вариантах. (бани, ванны, припарки и др.) эти же процедуры способствуют и увеличению циркуляции жидкостных свойств организма. Применение различного питья вовнутрь тоже способствует этой цели. Для этого можно использовать дистиллированную воду; омагниченную дистиллированную воду; талую воду; протиевую воду и другие варианты. Вышеуказанные виды воды благодаря своей чистоте, заряду и структуре прекрасно промывают организм, удаляя из него все шлаки и нормализуя состав коллоидных растворов. Использование жидкостей, насыщенных биоколлоидами (отвары , соки, настои) приводит к абсорбции шлаков и выводу их из организма.

А в особо запущенных случаях необходимо применять жидкости, обладающей большой общей поверхностной активностью, а также вещества, усиливающие теплотворные и циркуляторные процессы, особенно специи.

Таким образом, при сопоставлении этих небольших правил во все существующие ныне методики оздоравливания, можно получить приемлемый для каждого механизм очищения организма. Здесь только показаны механизмы и картина влияния среды, пищи на организм и их свойства, а каждый человек сам, исходя из состояния своего здоровья, должен подобрать для себя приемлемую методику.

**Список литературы**

МАЛАХОВ Г.П. “Целительные силы”, СПб.,1994

ПЕТЛЕНКО В.П. “Валеология человека”, Минск, 1996