



The World Foundation for Natural Science

The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church

Restoring and Healing the World through Responsibility and Commitment in accord with Natural and Divine Law!

European Headquarters ✦ PO Box 7995 ✦ 6000 Lucerne 7, Switzerland ☎-Tel: 41(41)798 0398 ☎-Fax: 41(41)798 0399
World Headquarters ✦ PO Drawer 16900 ✦ Washington DC, 20041, USA ☎-Tel: 1(703)631-1408 ☎-Fax: 1(703)631-1919 ✦ www.naturalscience.org

Суббота, 11 сентября, 2021

Оксимель: Домашнее средство для повышения иммунитета

В Северном полушарии Земли осень медленно вступает в свои права. С сокращением продолжительности светового дня и понижением температуры у вас порой чешется в носу или першит в горле. И тогда протянуть руку помощи иммунной системе — будет, безусловно, хорошей идеей. Ингредиенты для снадобья, укрепляющего иммунитет, можно найти в каждом доме и смешать их в мгновение ока.

Напиток, повышающий иммунитет, о котором здесь пойдет речь, называется ОКСИМЕЛЬ, или кислый мед. «Окси» в переводе с греческого означает «кислый» («оксос», соответственно, означает «уксус», «мели» — это мед). Здесь уже перечислены основные ингредиенты напитка, действие которых мы хотим далее рассмотреть более подробно.



УКСУС—это то, что люди изготавливали с незапамятных времен . В Библии яблочный уксус упоминается несколько раз. Уксус использовался египтянами, ассирийцами, вавилонянами, израильянами, греками, римлянами и германскими племенами для консервирования мяса, рыбы и овощей, для приготовления

кислых блюд, в качестве утоляющего жажду напитка и в качестве лекарства. В древние времена уксус, из-за его целебных свойств, использовался для дезинфекции наружных ран, против укусов насекомых и змей, а также в качестве припарок при ушибах и гематомах. Уксусную воду пили для улучшения пищеварения, для внутреннего очищения и в качестве жаропонижающего

средства.

Уксус можно получить из фруктов, овощей, зерна и алкогольных напитков, таких как вино, пиво. Это кислый натуральный продукт, образующийся в результате биологических процессов ферментации (уксуснокислые бактерии). Уксус стимулирует работу органов пищеварения, оказывает охлаждающее, вяжущее и жаропонижающее действие. При наружном применении уксус обладает антибактериальным, антисептическим (дезинфицирующим) и противогрибковым действием и поэтому может помочь при отеках, воспалениях, ранах и солнечных ожогах.

В более поздние времена американский терапевт, доктор Де Форест Клинтон Джарвис (1881-1945), считающийся настоящим пионером в области применения яблочного уксуса, в своей книге «Народная медицина» писал: «Разумное понимание и знание законов природы позволяют нам поддерживать и постоянно обновлять структуру тела таким образом, чтобы мы могли хорошо жить в нем как можно дольше. Восстановительные способности организма зависят от выбора пищи, которую мы едим, жидкостей, которые мы пьем, и воздуха, которым мы дышим. Решающую роль играют Минералы, которые мы потребляем с пищей и напитками, именно они помогают поддерживать функционирование нашего организма, другими словами, они делают нашу жизнь достойной того, чтобы жить».

Доктор Джарвис для ежедневного применения в профилактических целях рекомендовал простой базовый рецепт с такими ингредиентами, как вода, яблочный уксус и мед, так сказать, «Блиц-оксимель» :

«Блиц-Оксимель» для ежедневного ухода за здоровьем:

В стакане воды хорошо размешайте 1 столовую ложку яблочного уксуса и 1-2 чайные ложки меда. Пейте маленькими глотками примерно за полчаса до завтрака.

Яблочный уксус содержит минералы и микроэлементы, уксусную, пропионовую, молочную и лимонную кислоты, ряд ферментов и аминокислот, пищевые волокна, такие, как поташ и яблочный пектин. Таким образом, яблочный уксус обеспечивает наш организм жизненно важными минералами, микроэлементами и витаминами, предотвращает распространение гнилостных бактерий в кишечнике, укрепляет иммунную систему, стимулирует обмен веществ и оказывает очищающее действие, стимулирует заживление ран, в целом улучшает состояние здоровья и замедляет процесс старения.

Однако при покупке уксуса следует учитывать несколько моментов. Покупайте только натуральный нефilterованный уксус (по возможности органического происхождения), который не содержит красителей и консервантов, антиокислителей или загустителей. Уксус должен быть изготовлен из местного натурального сырья без добавления сахара и произведен при температуре ниже 40° С.

Второй важный активный ингредиент

Оксимеля – Мед – также является одним из наиболее известных лечебных продуктов. Мед содержит более 180 различных ингредиентов, включая более 20 видов сахара, аминокислоты, ферменты, полифенолы, флавоноиды, эфирные масла, дубильные вещества и витамины В1, В6 и С. Фармакологически мед обладает согревающим, успокаивающим, отхаркивающим, антисептическим, антибактериальным, антиоксидантным, минерализующим, противовоспалительным, седативным и пищеварительным свойствами.



При покупке меда вам следует выбирать местные, органические и как можно менее обработанные (ниже 40° С) сорта меда.

Известный древне-греческий целитель Гиппократ с острова Кос писал: «Пусть пища будет твоим лекарством, а твое лекарство – пищей». Таким образом, у нас два пищевых продукта, уксус и мед, оба из которых сами по себе обладают целебными свойствами и могут быть использованы для приготовления хорошо переносимого натурального лекарства для детей и взрослых, которое можно использовать для щадящего лечения многих заболеваний и недугов, таких как иммунодефицит, лихорадка, кашель, расстройство желудка, диарея, проблемы с печенью и желчным пузырем, сердечная слабость или возрастные заболевания. Они также подходят для лечения воспалений, ран и детоксикации.

Медово-уксусный напиток Оксимель известен в натуропатии на протяжении веков и упоминается в письменном виде со времен Пифагора (570-510 гг. до н. э.) и Гиппократа с острова Кос (460-370 гг. до н. э.). Многочисленные описания и рецепты также можно найти в книгах по монастырской медицине вплоть до записей Хильдегарды фон Бинген (1098-1179 гг. н. э.).

Оксимель может быть смешан в холодном (сыром) или термически-обработанном виде, а также, при необходимости, приготовлен с добавлением фруктов и растений. А для детей, его также можно использовать для приготовления «безалкогольной» настойки или сиропа от кашля. Он может пригодиться в качестве здоровой альтернативы бытовому сахару и лимонной кислоте промышленного производства. Оксимель также подходит для быстрого и легкого консервирования джемов, трав, фруктов и маринованных овощей. Даже вареный Оксимель все еще богат жизненно важными веществами. С сырым оксимелем, то есть без нагрева, можно консервировать соки и сиропы.

Базовый рецепт Оксимеля (при холодном смешивании):

Хорошо смешайте 300 г органического лесного меда со 100 г органического яблочного уксуса и $\frac{1}{4}$ чайной ложки каменной соли в стеклянной или фарфоровой банке, затем перелейте в стеклянную бутылку. Напиток хранится около 2-3 лет в прохладном темном месте.

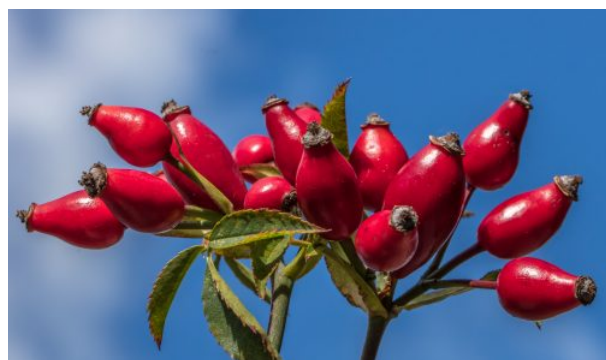
По этому базовому рецепту Оксимель можно готовить и с другими видами меда и уксуса, соотношением ингредиентов также можно варьировать. Действие: иммуноукрепляющее и противовоспалительное, жаропонижающее, детоксицирующее, регулирует пищеварение, снимает раздражение при респираторных заболеваниях.

Применение:

В случае лихорадки и для укрепления иммунитета: принимайте 50 г Оксимеля с 10-кратным количеством воды или чая.

При респираторных заболеваниях: примите 1 чайную ложку чистого Оксимеля, при необходимости повторите.

Для укрепления пищеварения: принимайте 3 столовые ложки Оксимеля на чашку чая или теплой воды за полчаса до завтрака.



Сироп из ягод шиповника или облепихи с витамином С:

Смешайте 200 г органического цветочного меда со 100 г органического яблочного уксуса. 100 г свежей, мелко нарезанной кожуры шиповника (без семян) или ягод облепихи залейте медовым уксусом в стеклянной посуде с закручивающейся

крышкой до половины. Плоды должны быть хорошо покрыты жидкостью.

Размешайте до исчезновения пузырьков воздуха стеклянной или деревянной

ложкой. Плотнo закройте банку , дайте настояться в течение 1-2 недель. Поворачивайте банку каждый день. Готовый сироп процедите через мелкое сито, разлейте в стеклянные бутылки поменьше, храните в темном прохладном месте (можно хранить около ½ года).

Применение:

Для укрепления иммунитета принимайте 3 столовые ложки данной смеси ежедневно с 1 стаканом воды.

Совет: Если растения, мед и уксус измельчить и смешать с помощью блендера, вы можете наслаждаться сиропом сразу (настаивать не нужно). Поставьте бутылку с сиропом в холодильник.

Антибиотик Оксимель (острый — только для взрослых):

Смешайте 350 г органического лесного меда с 750 г органического уксуса. 1 мелко нарезанную крупную красную луковицу, 1 натертый корень имбиря, 3 мелко нарезанных крупных зубчика чеснока, половину мелко нарезанного корня хрена, 1 мелко нарезанный стручок острого перца чили, 1 мелко нарезанный корень куркумы, 1 чайную ложку семян горчицы, 1 чайную ложку гвоздики и 1 нарезанную палочку корицы (все продукты должны быть органическими), сложить в банку с закручивающейся крышкой, заполнив ее до половины; залейте медовым уксусом, все должно быть хорошо покрыто. Избавьтесь от пузырьков воздуха с помощью стеклянной или деревянной ложки. Плотнo закройте банку, оставьте настаиваться как минимум на 2, максимум — на 4 недели в прохладном темном месте. Каждый день поворачивайте банку, затем процедите через мелкое сито, хорошо отожмите гущу, разлейте в стеклянные бутылки поменьше, храните в темном прохладном месте (можно хранить около 1 года).

Применение:

Для укрепления иммунитета принимайте 1 чайную ложку этой смеси с 1 стаканом воды ежедневно.

Этот антибиотик Оксимель также можно добавлять в блюда в качестве приправы.

Рецепт оксимеля по Хильдегард фон Бинген:

Смешайте 100 г цветочного меда со 100 г белого винного уксуса и 50 г порошка Диптама (*Dictamnus albus*) и залейте в стеклянную бутылку. Оставьте настаиваться примерно на 2-4 недели, снова и снова взбалтывая бутылку (хранится ок. 1 года. Хорошо встряхните перед использованием).

Применение: Пейте по 1 столовой ложке этой смеси каждые 2 дня (перед завтраком) с чашкой теплой воды или чая. Этот оксимель является тонизирующим средством для сердца, обладает антидегенеративными свойствами и может быть использован для лечения возрастных заболеваний, воспалений, детоксикации, сердечных заболеваний и потери жизненных сил.

Рецепт Оксимеля с термической обработкой:

Заварите 200 мл свежих трав (дикоросы, тимьян, иссоп, розмарин...) в 100 мл уксуса и томите примерно от ½ до 1 часа (При температуре не более 80° С). Затем остудите до температуры ниже 40° С, процедите травы и хорошо отожмите, размешайте 400 мл меда в травяном уксусе, разлейте в стеклянные бутылки и наслаждайтесь

Применение: принимайте по 1 столовой ложке на 1 стакан воды ежедневно.

Данный метод может быть использован для ускорения экстракции свежих растений, корней, коры или смол в рецептах для маленьких детей или с целью повышения стабильности при изготовлении сиропа.

Опубликованные Суббота, 11 сентября, 2021 в категориях [Здоровье](#), [Коронавирус](#)