

Ольга Ивушкина

# 4 группы крови – 4 образа ЖИЗНИ



Ольга Ивушкина

**4 группы крови – 4 образа жизни**

«Научная книга»

2013

**Ивушкина О.**

4 группы крови – 4 образа жизни / О. Ивушкина — «Научная книга», 2013

В настоящее время особой популярностью пользуется теория о группах крови и их влиянии на человека. Специалисты утверждают, что существует прямая зависимость между группой крови и характером человека, его образом жизни. Также в данной книге вы найдете советы и рекомендации относительно пищевого рациона, которого следует придерживаться в зависимости от группы крови человека. Данная книга будет полезна людям, заботящимся о своем здоровье.

© Ивушкина О., 2013

© Научная книга, 2013

## Содержание

Глава 1. История происхождения	6
Глава 2. Первая группа крови	8
Психологические черты	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# **Ольга Ивушкина**

## **4 группы крови – 4 образа жизни**

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

## Глава 1. История происхождения

Считается, что исторически первой появились люди с первой группой крови. Исследователи придерживаются мнения, что она текла по сосудам у наших предков кроманьонцев, живших около сорока тысяч лет назад. Кроманьонцы были охотниками, все свое время отдавали добыче мяса для пропитания. Они не знали способов возделывания земли, естественно, основу их рациона составляло мясо. Ученые считают, что появление остальных трех групп крови тесным образом связано именно с изменениями, произошедшими в рационе питания наших далеких предков.

Первая группа крови признана самой распространенной группой крови в мире. Людей, родившихся с этой группой крови, называют «охотниками». Это определение возникло, потому что принято считать, будто бы неандертальцы и кроманьонцы, от которых произошел человек, имели именно первую группу крови.

Древние люди обладали мощной иммунной и пищеварительной системами. В трудных условиях, в которых им приходилось выживать, людям ничего не оставалось, как приспособиться к той среде обитания, в которой они существовали. Основным источником питания у них было мясо. И для того чтобы организм хорошо усваивал максимальное количество питательных веществ из данного продукта, необходимо, чтобы у человека вырабатывалось большое количество желудочной кислоты. Организм неандертальцев и кроманьонцев вырабатывал достаточное количество желудочной кислоты, чтобы справиться с данной задачей. Это обстоятельство поспособствовало тому, что древний человек стал сильным, ловким и выносливым. Все эти определения можно с уверенностью отнести и к современным носителям данной группы крови.

Вторая группа крови появилась 15–20 тысяч лет назад. Примерно в это время произошла неолитическая революция, присваивающий вид хозяйства был заменен на производящий. Бывший охотник начал все больше заниматься земледелием, соответственно, его рацион обогатился продуктами растительного происхождения. По этой причине носителей второй группы крови называют «земледельцами».

Обладателям второй группы крови полезнее отдавать предпочтение вегетарианским блюдам, удовлетворяя потребность организма в белках за счет растений и злаков. Наблюдения за людьми со второй группой крови показали, что растительная пища усваивается ими быстрее и лучше, чем блюда из мяса. Кроме того, вегетарианство необходимо для правильного функционирования всего организма людей со второй группой крови, так как только растительная пища отвечает всем потребностям и быстрее, чем продукты животного происхождения, восполняет нехватку в питательных веществах у обладателей этой группы крови.

Следует отметить, что у людей со второй группой крови иная иммунная система, чем у представителей других групп крови. Эта отличительная черта возникла из-за образа жизни, который вели первые обладатели второй группы крови. Так как древним людям приходилось заниматься земледелием, то они начали вести оседлый образ жизни. Вокруг скапливалось все больше людей. Для того чтобы бороться с инфекциями, которые легко распространялись в подобных условиях, у людей со второй группой крови выработался иммунитет на некоторые инфекции и бактерии.

Люди с третьей группой крови появились примерно 10–15 тысяч лет назад, принято считать, что произошло это в предгорьях Гималаев. Это время, когда развитие человека уже прошло период первых охотников, обладателей первой группы, и оседлых земледельцев – со второй группой крови. Люди с третьей группой были потомками азиатских кочевых племен, по этой причине их сейчас называют «кочевниками». В то время они путешествовали по степям

в их рационе основное место отводилось молоку и мясу одомашненных ими животных. В то же время они не отказывались и от того, что им удавалось найти в дороге.

Можно сказать, что организм людей с третьей группой крови впитал все положительные стороны иммунной и пищеварительной систем первой и второй групп крови. Эти люди более выносливы, они научились с легкостью приспосабливаться к любым неблагоприятным условиям современного мира. Они сочетают массу качеств, которые можно назвать несочетаемыми, однако они все нашли свое место в противоречивой натуре людей с третьей группой крови.

Предки этих людей на протяжении всей своей жизни старались освоить и заселить новые земли. Им пришлось научиться приспосабливаться к прежде неизвестным климатическим особенностям. Кроме всего прочего, на новом месте возник вопрос о пропитании. Нехватка пищи породила множество других проблем. Следует заметить, что в условиях голода снижаются две биологические функции человека – это устойчивость к инфекциям и способность к репродукции. Кроме того, этим людям пришлось столкнуться с проблемами, возникающими при смешении разных рас.

Все это в совокупности привело к тому, что смогли выжить только сильнейшие. То есть остались существовать только те особи, которые смогли проявить изобретательность ради выживания. Благодаря своим предкам современный человек с третьей группой крови обладает сильно развитыми творческими и созидательными способностями.

В результате смешения разных групп крови около 10–15 столетий назад появилась четвертая группа крови. Эта группа крови считается самой редкой и встречается менее чем у 5 % населения всего земного шара. Причины возникновения этой группы крови пока остаются невыясненными, поэтому данную группу крови называют «загадкой». Существует вероятность того, что полная эволюция этой группы крови еще не завершена, возможно, она продолжается и по сей день.

В организме человека с четвертой группой крови совмещаются качества, характерные для второй и третьей групп крови. Обладатели этой группы наиболее приспособлены к жизни в современных условиях. Эти люди способны легко перестраиваться в соответствии с теми условиями жизни, в которых им приходится существовать. У них не возникает проблем с адаптацией в новых условиях среды или в привыкании к новой пище.

## **Глава 2. Первая группа крови**

### **Психологические черты**

Группа крови накладывает отпечаток не только на функциональность всего организма, но и на характер человека. Следует отметить, что обладатели первой группы крови обладают исключительной уверенностью в собственных силах, это смелые и предприимчивые люди, которые не боятся преград, стремятся к независимости и всегда находят способы, для того чтобы реализоваться в полной мере. Кроме того, следует отметить, что эти люди склонны к упрямству, что позволяет им с легкостью справляться с любыми преградами, которые возникают на их пути.

Лидерство закладывается в этого человека самой природой. Он всегда и во всем должен быть не только первым, но и лучшим. Человек с первой группой крови способен решиться на самые невероятные поступки, но только в том случае, если будет полностью уверен в том, что данные шаги приведут к намеченной цели. И природное чутье никогда не подводит обладателя первой группы крови. Ему не приходится прикладывать много усилий для достижения наивысших результатов, но в то же время человек с первой группой крови всегда добивается своего. Он будет бороться до последнего, пока не получит то, к чему стремится.



## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.