



ОЧИЩЕНИЕ  
ОРГАНИЗМА  
ЗОЛОТЫЕ РЕЦЕПТЫ

# Очищение ЧАЙНЫМ ГРИБОМ



# Мария Соколова

## Очищение чайным грибом

*Текст предоставлен издательством «АСТ»*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=660425](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=660425)*

*Мария Соколова. Очищение чайным грибом: АСТ; Москва; 2010*

*ISBN 978-5-17-070029-5*

### **Аннотация**

Чайный гриб уже много веков помогает людям обрести здоровье: ведь он – великолепное целительное средство. Один из секретов эффективности чайного гриба – его способность очищать организм от шлаков, токсинов, паразитов. Эта книга расскажет о том, как наиболее полно использовать очищающие свойства чайного гриба в домашних условиях. Ведь качественное очищение – это возможность просто и безопасно справиться со многими недугами, укрепить здоровье, улучшить обмен веществ, повысить иммунитет, а также сбросить лишний вес. В книге дана последовательная и четкая схема очищения организма, отдельных систем, а также способы очищения для людей, страдающих различными хроническими заболеваниями. В конце книги помещены ответы на самые распространенные вопросы по хранению, приготовлению и использованию чайного гриба.

# Содержание

Чайный гриб творит чудеса	4
В чем сила чайного гриба	7
О чем пойдет речь в этой книге	10
Изучаем очищающие свойства чайного гриба	12
Внешний вид чайного гриба	12
Кто такой – чайный гриб	13
Химический состав и свойства чайного гриба	20
Конец ознакомительного фрагмента.	25

# Мария Соколова

## Очищение чайным грибом

### Чайный гриб творит чудеса

В одной из древних китайских легенд рассказывается об императоре, страдающем от тяжелой болезни. Со всей страны к больному правителю были приглашены лучшие лекари, но все они оказались бессильны. Когда близкие императора уже смирились с его скорой кончиной, из дальнего монастыря ко двору прибыл неизвестный монах, который оставил правителю странное предсказание: лекарство от своей болезни получит он от муравья.

И действительно, некоторое время спустя император заметил в своей чашке, наполненной чаем, муравья. Выбравшись на край посуды, муравей поведал больному, что в его чашку добавлено сильнодействующее лекарство, однако императору нужно подождать, пока оно созреет. Как только в чае появится медуза, лекарство можно выпить, и болезнь отступит.

По приказу императора, чашку с чаем не трогали в течение нескольких дней. Каково же было удивление придворных, когда в жидкости действительно появилось слизистое образование, напоминавшее медузу. Выпив получившийся

настой, правитель тотчас забыл о своей болезни.

С тех пор студенистая масса, способная превращать обычный чай в целебный напиток, излечивающий от множества болезней, почиталась в Поднебесной, как дар богов.

\* \* \*

Это слизистое образование, внешне напоминающее медузу без щупалец, какие в большом количестве встречаются в водах теплых морей, за века своего существования получило от людей множество самых разных имен.

Его называли морским или маньчжурским грибом, японской губкой или японской маткой, чайным квасом и даже волжской медузой. По своему сходству с этим морским животным и получил он свое научное название – «медузомицет». Есть у него и более экзотические имена – фанго и камбу-ха. В нашей же стране его чаще всего называют «чайный гриб».

В прошлом веке эта культура получила такое широкое распространение, что сейчас очень трудно найти развитую страну, жители которой не были бы знакомы с удивительно вкусным и полезным настоем чайного гриба.

На самом деле к царству грибов чайный гриб имеет мало отношения – это зооглея, или то, что ученые называют сообществом нескольких взаимодействующих микроорганизмов. Таким образом, чайный гриб представляет собой сим-

биоз дрожжевых грибов и уксуснокислых бактерий. Именно продукты их жизнедеятельности и превращают настой чайного гриба в напиток, оказывающий на организм человека оздоравливающее и очищающее действие. Многолетние исследования лечебных свойств чайного гриба доказали, что с его помощью человек может не только избавляться от множества заболеваний (в том числе – и хронических), но и предотвращать их развитие.

# В чем сила чайного гриба

Сведения о целебных свойствах этой зооглеи дошли до нас из глубин веков, и были неоднократно проверены на практике врачами из самых разных стран. Поэтому современные медики с полной уверенностью могут утверждать – настой чайного гриба помогает излечивать:

- заболевания органов пищеварения – желудка, кишечника, печени, желчного пузыря, как острые (дизентерию), так и хронические (гастрит, энтероколит);

- болезни органов дыхания – от небольшого насморка до ОРЗ, гриппа, тонзиллита, ангины, воспаления легких, туберкулеза;

- конъюнктивиты разного происхождения и инфекции глаз;

- такие опасные заболевания, как скарлатину, дифтерию, брюшной тиф; гипотонию и гипертонию;

- геморрой.

- Прием настоя чайного гриба оказывает благоприятное действие на нервную систему, делая ее работу более сбалансированной.

Биологически активные вещества, содержащиеся в настое, способны стимулировать перистальтику кишечника, что помогает бороться с запорами.

В качестве наружного средства этот напиток издавна при-

менялся для ускорения заживления ран (в том числе – и инфицированных) и лечения тяжелых ожогов. Нередко настой чайного гриба применяют и в качестве косметического средства – для ухода за кожей, волосами, избавления от перхоти.

Незаменим чайный гриб для восстановления нарушенного баланса микрофлоры в желудке и кишечнике человека (например, после длительного приема некоторых лекарственных средств или болезни).

Антибактериальные свойства чайного гриба столь сильны, что делают его прекрасным природным антибиотиком, прием которого не вызывает побочных эффектов в отличие от синтетических препаратов.

Но это еще не все – исследования, проведенные в последние годы, доказали, что напиток, получаемый при помощи чайного гриба – это прекрасное средство для комплексного очищения организма от шлаков и токсинов, которые становятся причиной большинства нарушений нормальной работы всех его органов и систем.

Очищающие свойства настоя чайного гриба были выявлены случайно. Ученые заинтересовались удивительной способностью напитка, приготовленного при помощи чайного гриба, избавлять человека от проявлений похмельного синдрома. Болезненное состояние на утро после обильных «возлияний» – это не что иное, как отравление организма токси-

нами спиртных напитков. Для того чтобы нейтрализовать их и вывести из организма, представители самых разных народов издавна пользовались чайным грибом.

Проведенные исследования помогли установить, что такое действие настой чайного гриба оказывает на токсины любого происхождения, вызывающие внутреннее отравление человеческого организма.

«Чайный гриб имеет сильные антисептические свойства. Этот чай очищает систему желез и помогает уничтожению токсинов в организме. Таким образом, этот чай является прекрасным средством от подагры, ревматизма, артрита, камней в почках, дисбактериоза кишечника, но особенно от рака и его ранних стадий, так как оказывает мощное влияние на болезнетворные эндобионты.

Как мы видим, это именно эти эндобионты уничтожают красные кровяные шарики, когда рН изменяется неблагоприятным образом. Во всех метаболических и раковых заболеваниях чайный гриб является уникальным напитком, обеззараживающим организм, он выводит шлаки и тем самым нормализует рН крови».

*Специалист по лечению природными средствами А. Лодевийк  
(Нидерланды)*

# О чем пойдет речь в этой книге

Конечно же о чайном грибе. О том, как его хранить, готовить, принимать, о том, какими уникальными свойствами он обладает.

Но главный акцент хотелось бы сделать на очищающих свойствах чайного гриба.

Регулярное очищение организма в наши дни необходимо практически каждому из живущих на Земле людей. Ведь всю свою жизнь мы проводим в не самых благоприятных экологических условиях, питаемся продуктами с огромным количеством химических добавок, вдыхаем воздух, состав которого далек от идеального...

От природы наш организм наделен способностью самостоятельно освобождаться от всех вредных веществ, попадающих в него извне, и нейтрализовать яды, в том числе и те, которые образовались в результате протекания внутренних обменных процессов. Однако ежедневная нагрузка на системы организма, отвечающие за самоочищение, столь велика, что он в какой-то момент перестает с ней справляться.

Почки и печень оказываются не в состоянии обезвредить токсические вещества, кишечник – вывести непереваренные остатки пищи, легкие – удалить попадающие в них частички гари и копоти. Балластные вещества, скапливаясь в самых разных органах и тканях, приводят к образованию шлаков и

постоянному внутреннему отравлению токсинами. Кровь и лимфа разносят эти яды по всему организму.

Такая глобальная зашлакованность приводит к образованию камней в почках, печени, желчном и мочевом пузыре, сужению просвета артерий и появлению в них атеросклеротических бляшек, утрате венами эластичности и их чрезмерному растягиванию, появлению во внутрисуставных сумок солевых отложений...

Желудок, кишечник, печень, сердце, легкие – полноценная работа каждого органа оказывается нарушена. Каждая клетка вашего организма страдает от постоянной перегрузки и интоксикации.

Решить эту проблему можно только одним способом – полностью очистить свой организм от скоплений «внутреннего мусора».

О том, как это сделать при помощи простого и, главное, абсолютно безопасного, натурального средства и расскажет эта книга.

# Изучаем очищающие свойства чайного гриба

## Внешний вид чайного гриба

Чайный гриб выглядит как толстая слизистая полупрозрачная пленка, состоящая из нескольких слоев. Эта пленка плавает на поверхности сладкого чая или фруктового сока, которая служит для нее питательной средой. Верхняя часть студенистой массы, называемой чайным грибом, плотная, блестящая и гладкая. Она нередко действительно напоминает шляпку большого гриба. Однако вместо ножки от этой «шляпки» отходит множество тонких светлых нитей, образующих его нижнюю часть. Именно за счет этих нитей гриб увеличивает свои размеры. Тело чайного гриба состоит из штаммов микроорганизмов, виды которых могут быть разными в зависимости от той местности, в которой живет гриб.

Рост чайного гриба ограничивается только объемом предоставленной ему посуды, поэтому он может увеличивать свои размеры до весьма значительных. Используемые в промышленности чайные грибы имеют тело весом до 1 центнера.

# Кто такой – чайный гриб

## Зооглеи и их история

Зооглеями называют клетки бактерий, которые пребывают в особом состоянии – оболочки их покрываются слизью, соединяя бактерии в подобие студенистой пленки.

Считается, что их появление имело приспособительный характер – слизистая консистенция позволяет бактериям легко получать питательные вещества из той жидкости, в которой они обитают.

Учеными изучены и описаны множество зооглей, относящихся к разным видам. Так, например, существует разделение зооглей по их внешнему виду – они могут иметь брыжечную, пальцевидную, коралловидную и другую форму.

## Как получают уксус

Как известно, уксус – это продукт брожения. Поместив открытую бутылку вина в теплое место, через некоторое время из скисшего напитка можно получить уксус. С давних времен эту кислую жидкость готовили из виноградных и фруктовых вин, яблочного сидра, а также фруктовых настоев.

Уксуснокислые бактерии, которые в изобилии содержатся в окружающем воздухе, проникают в прокисающую или бродящую жидкость. В результате их активности и при участии ряда ферментов спирт в таком сырье начинает взаимодействовать с кислородом. В итоге образуется вода и уксусная кислота. Для того чтобы процесс проходил быстрее, в напитки изначально можно добавить уксуснокислые бактерии. На поверхности бродящей жидкости через некоторое время появляется пенное образование или слизистая субстанция, получившая название уксусная матка (уксусная пленка). Через 2–3 дня эту матку можно вынуть из жидкости и поместить в другую порцию сырья для приготовления уксуса. Она не только заметно ускорит процесс брожения, но и придаст получившемуся продукту особый аромат и вкус. При производстве большого количества уксуса такие уксусные матки культивируют, помещая их в специальные кюветы из дерева. Известны случаи, когда масса уксусной пленки составляла больше 100 кг. Уксус, производимый разными известными фирмами, обладает своим собственным запахом и вкусом, который придает ему использование особой уксусной матки. Такие «фирменные» матки считаются большой ценностью, их берегут, создавая для их содержания особые условия.

Ученые, изучающие свойства образований, подобных уксусной пленке, относят их к зооглеям. В эту группу живых существ входят и тибетский молочный гриб, и индийский

морской рис и... чайный гриб. Однако если уксусная матка считается стихийной зооглеей, образующейся на напитках самостоятельно, то и тибетский, и индийский, и чайный грибы называют зооглеями культивированными. Оценив целебные и питательные свойства получаемых с их помощью напитков, люди с давних времен выращивают эти «грибы», сохраняя их и передавая из поколения в поколение. Все зооглеи объединяет одно общее свойство – каждая из них содержит уксуснокислые бактерии. Но в остальном эти образования имеют множество отличающих их друг от друга качеств. Зооглеи разных видов обладают разным строением, вкусом и свойствами.

## **Ученые исследуют чайный гриб**

Исторически сложилось так, что чайный гриб оказался известен русскому народу раньше, чем другие зооглеи – тибетский молочный гриб и индийский морской рис. Широкое использование получаемого с его помощью чудесного напитка заинтересовало химиков, биологов и врачей.

В XIX веке мода на чайный квас стремительно распространилась по России, из уст в уста передавались истории о чудесных исцелениях, произошедших с помощью этого напитка.

Однако далеко не все врачи были склонны безоговорочно доверять здоровье своих пациентов этому новому средству.

Поэтому среди них появились исследователи, занимавшиеся пристальным изучением чайного гриба, а также сходных с ним образований – тибетского молочного гриба и индийского морского риса.

Исследовавший эти зооглеи врач из Гданьска Штильман пытался изучить эти грибы как можно подробнее, чтобы выявить все их положительные и отрицательные качества, а также, по возможности, ответить на вопросы об их происхождении.

Он полагал, что чайный гриб отличается от морского риса более толстой пленкой. При этом он склонялся к мнению о том, что частицы индийского морского риса являются своеобразными «зернами» чайного гриба, и в процессе выращивания превратятся именно в него. К этой группе исследователь присоединил и тибетский молочный гриб, посчитав его промежуточной фазой развития зооглеи.

Однако работа ученого не была доведена до конца, так как представители Медицинской академии наук сочли изучение чайного гриба бесперспективным направлением и отказались финансировать исследования.

Но интерес к изучению этих загадочных культур появился у исследователей другой страны – в первой четверти XX столетия ученые из Швейцарии Блюмер, Мейер и Порхет подтвердили различие чайного гриба и индийского морского риса. В своих работах они опирались на выявления отличительных свойств в строении пленки этих зооглей и в их внеш-

нем виде, доказывая принадлежность этих «грибов» к разным видам.

Именно тогда ряд ученых пришли к выводу о том, что эти культуры не должны относиться к царству грибов. Обнаружив в качестве одного из их главных действующих компонентов уксуснокислые бактерии, исследователи связали тибетский молочный гриб, индийский морской рис и чайный гриб с уже известной зооглеей – уксусной маткой.

Исследования швейцарцев были продолжены в России. Известный биолог А. А. Бачинская опытным путем доказала, что все эти три культуры несомненно должны относиться к зооглеям. По ее мнению, все они появились в природе сами собой, подобно тому, как на напитках появляется слизь. А широкому распространению этих зооглей способствовали насекомые, переносившие их частички на хоботках и лапках.

Однако Бачинская совершила ошибку, снова объединив индийский рис, тибетский молочный гриб и чайный гриб и утверждая, что все они обладают идентичными целебными свойствами.

Окончательно развел все эти три зооглеи, выявив уникальные свойства каждой из них, химик из Польши – Юзеф Болшич. Он подробно описал внутреннее и внешнее строение каждой из этих культур, а также их различные целебные свойства. Его последователь натуропат Томаш Громак пытался углубить изучение лечебных качеств каждой из этих

зооглей, однако государство отказалось финансировать эти исследования.

Однако в России интерес к чайному грибу не утих и в XX веке, и именно в нашей стране ученые исследовали эту зооглею наиболее полно.

В России названия чайного гриба с течением времени сильно менялись: его называли маньчжурским и морским грибом, японской губкой, волжской маткой, чайный квасом. В Германии он получил наименование «чудесный гриб», во Франции – «фанго», в Испании – «хонго». На латыни имя чайного гриба звучит как «*kombucha orientalis*», а в англоязычных странах – «*combucha tea*». Древнее китайское название этой зооглеи «кам-бу-ха» («ха» в переводе с китайского означает «чай»), а в Японии его до сих пор называют «комбуча». Официальное научное наименование этой зооглеи «*Meduso myces Gisevii Lindau*».

## **Применение чайного гриба в официальной медицине**

В середине XX века чайный настой активно применялся при лечении стоматитов, дизентерии и диспепсии у детей. Крупные ожоговые центры Москвы и Санкт-Петербурга использовали его при лечении ожогов. А исследователи органических кислот из Германии начали предпринимать попытки выделить из этой зооглеи вещества, способные помочь ор-

ганизму в борьбе с онкологическими заболеваниями.

# Химический состав и свойства чайного гриба

В настоящее время на прилавках магазинов появилось множество продуктов, в названии которых встречается слово «пробиотический». Так принято называть вещества, в состав которых входят живые бактерии, относящиеся к видам, естественным и необходимым для организма человека.

Однако только в том случае, когда приготовление целебного продукта происходит у вас на глазах, вы можете быть полностью уверены в том, что будете принимать настоящий пробиотик, а не искусственную подделку.

\* \* \*

Чайный гриб представляет собой симбиоз уксуснокислых бактерий (чаще всего – *Acetobacter xylinum*) и дрожжеподобных грибков (*Saccharomycodes ludwigii*), которые объединены в колонию.

Превращения жидкой среды, в которую помещено тело гриба, во вкусный и полезный напиток, обусловлено комбинированным брожением, происходящим в жидкости, – спиртовым и уксуснокислым.

Результатом этих процессов становится образование в

смеси заваренного чая и сахара, спирта и углекислоты (под действием дрожжей), уксусной и некоторых других кислот (образуемых в процессе жизнедеятельности бактерий), а также ряда промежуточных веществ.

Питательная жидкость – подслащенный раствор некрепкого чая – превращается в газированный напиток, кисло-сладкий вкус которого напоминает квас.

## **Полезные вещества, содержащиеся в настое чайного гриба**

Химический состав напитка, получаемого при помощи чайного гриба, довольно сложен. В него входят:

*органические кислоты*

- яблочная,
- молочная,
- уксусная,
- глюкуроновая,
- глюконовая,
- лимонная,
- щавелевая,
- пировиноградная,
- фосфорная,
- койевая;

*этиловый спирт*

*сахара*

– моносахариды,

– дисахариды;

*витамины*

– витамин С (аскорбиновая кислота),

– витамины группы В (В<sub>1</sub> – тиамин, РР – ниацин),

– витамин D;

*ферменты*

– липаза,

– амилаза,

– сахараза,

– протеаза,

– каталаза,

– зимаза,

– карбогидраза,

– триптические ферменты;

*липиды*

– фосфатиды,

– стерины,

– жирные кислоты;

*пигменты пуриновые основания (содержащиеся в чайном листе)*

*а также промежуточные вещества (например, фосфорная кислота), дубильные вещества, жировые и смолистые вещества, альдегиды, белки, кофеин, альгидо-сахара, глюкозиды, алкалоиды, сапонины.*

## Для чего нужны ферменты

Некоторые из ферментов (энзимов), которые содержатся в чайном настое, оказываются незаменимыми для нормальной работы человеческого организма.

Энзимы – это белковые вещества, которые находятся во всех клетках человеческого организма. Сами ферменты не участвуют непосредственно в химических реакциях, однако они действуют как их катализаторы (ускорители).

Так, без *протеазы* невозможно расщепление белков и усвоение животных протеинов, без *амилазы* – расщепление крахмала и регулирование уровня сахара в крови, а без *липазы* – расщепление и образование жиров (очень низок уровень этого фермента у людей, страдающих от атеросклероза и ожирения).

Дело в том, что одного получения из пищи белков, жиров и углеводов, минеральных солей и витаминов для обеспечения нормальной работы организма недостаточно. Все эти вещества должны быть еще и усвоены. А их расщепление, усвоение, синтез и выведение происходят в человеческом организме под действием ферментов.

Только взаимодействуя с ними, все витамины, гормоны, микро– и макроэлементы, могут приобрести активность и включиться в активную работу, а значит – и принести заметную пользу человеку. Именно ферменты во многом опреде-

ляют состояние иммунной системы организма каждого из нас, на них же ложится задача по обезвреживанию токсинов и выведению из организма балластных веществ.

Если в человеческом организме обнаруживается нехватка пищеварительных ферментов, то для того, чтобы не нарушался процесс усвоения из пищи полезных веществ, срочно организуется их «переброска» из других органов и систем. Таким образом внутренний баланс в человеческом организме оказывается нарушен, что приводит к нарушению его функционирования и развитию целого ряда заболеваний.

# 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.