Карманный целитель

Юрий Константинов

ЛЕЧЕНИЕ СОЛЬЮ

народные рецепты

Юрий Константинов

Лечение солью. Народные рецепты

Серия «Карманный целитель»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5825076
Лечение солью. Народные рецепты.: Центрполиграф; Москва; 2013
ISBN 978-5-227-04021-3

Аннотация

Мы расскажем вам о лечебных свойствах соли и не будем говорить о злоупотреблении ею, ведь, в конце концов, ЛЮБОЕ лекарство в больших количествах автоматически становится ядом и можно серьезно отравиться самыми полезными витаминами, если неумеренно их принимать. Соль поможет при желудочно-кишечных проблемах, заболеваниях легких, зубов и десен, простудах, головной боли, невралгиях, болезнях опорно-двигательного аппарата, ушибах, варикозе, кожных проблемах. Она дешево стоит и незаменима в хозяйстве. Как применять это удивительное природное лекарство, вы узнаете из книги.

Содержание

Предисловие 4
Соль-символ 7
Добыча соли 11
Конец ознакомительного фрагмента. 18

Юрий Константинов
Лечение солью. Народные рецепты

Предисловие

Принцесса из французской народной сказки сказала своему отцу: «Я люблю тебя, как соль». Король разгневался на такое неуважение и изгнал дочь из королевства. И лишь потом, оставшись без соли, он сумел осознать ее истинную ценность, а заодно и глубину дочерней любви. Соль жизненно необходима для жизнедеятельности человека, также как и для всех прочих живых существ.

Никто не знает, когда впервые предок современного человека впервые попробовал еду, приправив ее солью. Но известно, что египтяне в глубокой древности выпаривали ее из морской воды в специальных ваннах под палящими лучами южного солнца. Шумеры в 3 тысячелетии до н. э. в тех же целях использовали бревна, которые опускали в воды Персидского залива, а затем, сжигая их, получали соленую золу.

Соль не всегда была так легко доступна как сейчас. И не всегда люди пользовались ею.

Соль была неизвестна в большей части Америки и Индии,

пока она не была завезена туда европейцами. Американские индейцы ели мясо с острым перцем и другими пряностями, которые заменяли соль.

В некоторых частях Африки соль и до сих пор роскошь, и только богатые могут позволить ее себе.

Верность и дружба скреплялись солью, потому что соль неизменна – даже растворенная в жидкости, она после выпаривания снова выпадает в осадок в виде кубических кристаллов. И в исламе, и в иудаизме солью скрепляют соглашения, поскольку соль непреложна. Индийские солдаты присягали на соли своим британским командирам. У древних египтян, греков и римлян соль использовалась в жертвоприношениях: они заклинали богов солью и водой, и, возможно, именно отсюда берет свое начало христианская святая вода.

В христианстве соль ассоциируется не только с долголетием и непреложностью, но и более того – с истиной и мудростью. В католической церкви во время крещения младенца его не только окунают в святую воду, но и вкладывают ему в ротик щепотку освященной Sal Sapientiae, Соли Премудрости.

Хлеб и соль – благословение и его сохранение – часто оказываются связаны. Приносить в новый дом хлеб и соль – старая еврейская традиция, идущая из глубины средневековья. Британцы обходились без хлеба, но соль на новоселье приносили издавна. В Шотландии, при переезде в новый дом, все поздравляющие несли чашки с солью.

В Уэльсе на грудь умирающего ставили тарелку с хлебом и солью и приглашали местного пожирателя грехов, чтобы он все это съел.

В России в 1648 году с целью пополнения государственной казны правительство заменило различные прямые налоги единым налогом на соль, что вызвало ее подорожание в несколько раз. Возмущения крестьян и горожан известны в истории под названием «Соляной бунт». Эти восстания заставили правительство отменить новый порядок взимания налогов.

В средние века соль являлась дорогим продуктом, занимая на столе самое почетное место. На пирах ее подавали лишь на столы знатных гостей, прочие же расходились с торжества «не солоно хлебавши».

Во многих культурах соль настолько ценна, что ее раньше меняли на золото.

Соль-символ

Но соль всегда была не только тем порошком, который сыплют в пищу. Она всегда являлась символом. Например, словосочетание «хлеб-соль» употребляется во всем мире как пожелание добра. В древние времена, когда люди поклонялись богам, соль всегда входила в жертвоприношение и была священна.

Люди давно заметили, что соленые продукты длительное время не поддаются гниению. Поэтому она стала символом долговечности, надежности. В библейские времена, когда люди хотели заключить договор или соглашение, они делали это во время трапезы с солью, как символом гарантии. Поэтому в Библии есть выражение «соляной договор».

До недавнего времени соление было основным способом длительного хранения пищевых продуктов. Способность соли к сохранению люди использовали не только к продуктам питания. Египтяне использовали соль для изготовления мумий.

Благодаря способности соли консервировать, предохранять от гниения, продлевать жизнь ей стали приписывать множество символических значений. Люди бессознательно ассоциируют соль с долговечностью и неизменностью – вещами, которые имеют для жизни огромное значение.

Чем больше люди привыкали к ежедневному употребле-

нию соли, тем нужней она становилась. Соль стала представлять важный предмет торговли. Одна из старейших дорог Италии называется Виа Салариа, что означает «соляная дорога», потому что по ней возили соль.

В английском языке слово «зарплата» возникло из слова «соль», потому что во времена древнего Рима офицеры и солдаты армии получали денежную дотацию на соль.

Некоторые народности считают, что темные силы не выносят соли. В традиционном японском театре подмостки посыпают солью перед каждым представлением, чтобы защитить актеров от злых духов. На Гаити единственным средством разрушить колдовское заклинание и снова вернуть зомби к жизни служит соль. В некоторых странах Африки и Карибского бассейна верят, что злые духи могут прикидываться женщинами, но по ночам они сбрасывают кожу и блуждают в виде огненных призраков. Чтобы уничтожить такого духа, надо найти его кожу и посыпать ее солью, и тогда утром он не сможет в нее вернуться. Однако в афро-карибской культуре считается, что соль разрушает не только заклятия злых духов: ее не используют в ритуальных трапезах, поскольку она обладает способностью отгонять всех духов вообще.

И иудеи, и мусульмане верят, что соль защищает от дурного глаза. Новорожденных младенцев натирали солью, чтобы уберечь от зла. Считается, что обычай класть новорожденным немножко соли на язык или окунать их в соленую

воду, чтобы защитить от порчи, существовал задолго до обряда крещения. Во Франции детей «солили» перед крещением вплоть до 1408 года, когда этот обычай был упразднен. Зато в некоторых странах Европы, особенно в Голландии, эта традиция преобразовалась в другую – класть соль в колыбельку.

В старых преданиях говорится, что тот, кто начинает еду с солью и заканчивает ее солью, предохраняет себя от семидесяти двух болезней, в числе которых безумие и проказа.

На Руси дорогих гостей всегда встречали с хлебом и солью. Без соли, и хлеб не естся – говорит поговорка. Соленые огурчики, грибы, помидоры и селедка всегда стояли и присутствуют до сих пор на нашем праздничном столе. Сегодня можно увидеть соленые кабачки, патиссоны и даже арбузы.

В последнее время активно ведется кампания, призванная убедить нас во вреде соли и соленой пищи. Но в это же время многие забывают, что соль (хлорид натрия) издавна была не только приправой с помощью которой наши предки улучшали вкус еды, но и распространенным лекарственным средством.

Она позволяет наряду с водой и калием регулировать водно-солевой баланс организма. Но кроме этой функции соль используется еще и для лечения болезней – при компрессах, ваннах, масках и обертываниях.

Применение различных минеральных вод с богатым минерально-солевым составом, как для внутреннего, так и для

наружного применения, давно уже входит в лечебный арсенал современной медицины.

Соль используется везде – ив промышленности, и в приготовлении пищи. Химические предприятия перерабатывают соль и делают из неё каустическую соду и хлор.

Добыча соли

Организм первобытного человека получал необходимую соль с пищей животного происхождения. Однако потребности организма заставляли искать ее в более концентрированном виде. Давно было обнаружено, что некоторые растения имеют приятный соленый вкус. Такие растения сушились, а затем сжигались в костре. Получающуюся золу использовали в качестве приправы к пище.

Позднее люди научились поливать горящие в костре куски дерева соленой водой из моря или озера и оставшуюся золу также использовать в пищу. Для повышения выхода соли их дополнительно обливали солёной морской водой.

Уже за две тысячи лет до н. э. китайцы научились получать поваренную соль выпариванием морской воды. Способ извлечения соли из морской воды выпариванием независимо был изобретен также в различных других странах. Вначале он появился в странах с сухим и жарким климатом – в Индии, Греции, Риме. Позднее таким способом соль стали добывать во Франции,

Испании, в Крыму. На севере нашей страны морская вода выпаривалась (варилась) в больших чанах, а топливом служили дрова. Способ выпаривания морской воды вначале появился в странах с сухим и жарким климатом, где испарение воды происходило естественным путём; по мере его распро-

странения воду стали подогревать искусственно.

Однако в северных районах, в частности на берегах Белого моря, было и существенное усовершенствование способа извлечения соли из морской воды. Поморы давно заметили, что при замерзании морской воды лед получается несоленым, а оставшаяся незамерзшая вода становится гораздо солонее. Расплавляя лед, можно получать пресную воду из морской, а из рассола вываривали поваренную соль с меньшими энергетическими затратами.

Сейчас добыча соли идет иными способами. По происхождению и способу добычи пищевую поваренную соль подразделяют на каменную, выварочную, самосадочную и садочную.

Галит (каменная соль) – сырьё, из которого изготавливается поваренная соль. Соль добывается промышленной очисткой добытого из залежей галита, располагающихся на месте высохших морей.

Каменная соль залегает в недрах земли огромными пластами. Ее добывают шахтным или карьерным (открытым) способом.

Природная каменная соль – это по своей сути полезное ископаемое, залежи которого образовались очень давно.

Выварочная соль – поваренная соль, получаемая из рассолов выпариванием их в варницах. Для получения выварочной соли используют рассолы соленых озер, не дающих самосадки, воды соленых источников, подземные соленые

воды и рассолы, извлекаемые при помощи буровых скважин, а также рассолы, приготовляемые искусственно путем заполнения подземных камер в соляных рудниках пресной водой. Выварочная соль отличается мелкозернистым строением, снежно-белым цветом и исключительной химической чистотой (содержание NaCl до 99,0—99,5 %).

Соль самосадочная, или озерная. Эта соль находится в виде пластов на дне озер и является главным источником получения соли в России (озера Баскунчак, Эльтон и др.).

Самосадочная озерная соль образуется при естественном испарении рассолов в озерах и лиманах. Добыча самосадочной соли из соляных озер производится механическим способом, При сборе соли со дна озер применяют различную технику: скреперы, тракторные погрузчики, бульдозеры, солесосы и фрезерные комбайны. Озерную соль промывают рапой, центрифугируют и сушат. Важно отделить соль от рапы (насыщенный раствор) и ила, которые стекают обратно в озеро.

Садочная соль – добывают из морской воды или соляных озёр испарением в специальных бассейнах. Поскольку хлорида натрия меньше (обычно 95–96 %), а других солей больше, она часто имеет сероватый цвет. Сорта – высший, 1-й и 2-й.

Два последних вида соли содержат много влаги, но обычно они грубого помола, поэтому противослёживающих добавок не требуют.

Сорта соли: экстра, высший, 1-й и 2-й.

Чем выше сорт соли, тем она вреднее: в ней больше хлористого натрия (от 97 % при 2-м сорте до 99,7 % – в экстра) и меньше полезных элементов (калия – в 5—10 раз и магния – в 5—25 раз).

Экстра и высший сорта. Мелкие гранулы, хорошо растворяются, подходят для салатов и досаливания. В этих сортах много натрия и мало других солей. Соль образует комки из-за высокой влажности, и мелкие гранулы требуют добавок, препятствующих слёживанию.

1-й и 2-й сорта. Нет добавок. Содержат больше полезных компонентов калия и магния и других минорных примесей.

Крупные гранулы сложно применять в салатах и для досаливания. Используют чаще для первых блюд и маринадов.

Качество имеет огромное значение. Сейчас в любом магазине продают несколько разновидностей данной приправы, поэтому разобраться в таком разнообразии бывает довольно сложно.

Наличие пищевых добавок. Чаще всего используют ферроцианиды – противослёживающие добавки Е535 и Е536. Есть данные об их токсичности, особенно вредны такие Е для почек. Реже для тех же целей кладут карбонат магния (Е504). Идеальная соль – без добавок!

Морскую соль получают путём выпаривания из морской воды с незначительным очищением, благодаря чему морская соль сохраняет в своём составе множество полезных мик-

роэлементов. Благодаря этому морская соль имеет особый вкус: она намного более солёная, чем столовая. Таким образом, в блюда требуется добавлять меньше соли, чем при использовании очищенной столовой соли. При этом потребности организма удовлетворяются намного меньшим количеством соли. То есть вы съедите меньше соли, и это очень хорошо, поскольку избыток соли крайне вреден.

Пищевая соль прежде и теперь продукт далеко не один и тот же. Долго не знали, что при испарении морской воды под солнцем находящиеся в ней химические вещества выкристаллизовываются в определенном порядке. Выпаренная под тем же солнцем соль представляет собой смесь, близкую по набору и соотношению основных ее компонентов к неорганическим соединениям крови человека, что косвенно свидетельствует

о происхождении всего живого из Мирового океана. Примерно теми же свойствами отличаются и полигалиты естественных соляных месторождений.

В морской соли, кроме натрия и хлора, содержатся магний, медь и йод, причем все перечисленные элементы находятся в легкоусвояемой нашим организмом форме.

Состав морской соли следующий: хлорид (Cl) – 55,03 %; натрий (Na+) – 30,59 %; сульфат (SO42) – 7,68 %; магний (Mg2+) – 3,68 %; кальций (Ca2 +) – 1,18 %; калий (К +) – 1,11 %; бикарбонат (НСОЗ-) – 0,41 %; бромид (Br) – 0,19 %; борат (ВОЗЗ-) – 0,08 %; стронций (Sr2 +) – 0,04 %; осталь-

ные примеси – 0,01 %.

Вся жизнь произошла из океана, и соль – важный элемент питания для человека, животных и растений, содержащийся во всех жидкостях нашего организма (слезы, пот, кровь, плазма). Человеческая кровь по составу очень схожа с морской водой, помимо соли (0,9 %) в ней содержатся основные химические элементы в примерно одинаковых пропорциях.

В морской соли содержится почти вся таблица Менделеева, а это 84 элемента и 200 химических соединений. И если соль поступает в наш организм в натуральном, неочищенном виде, то она легче усваивается и оказывает положительное воздействие на организм. В макробиотике она вообще считается важнейшим элементом питания. Пищевую морскую соль можно купить в супермаркетах. При готовке пищи учтите: добавлять ее лучше в готовые блюда, поскольку полезные свойства морской соли теряются при термообработке.

Морскую соль люди стремятся собирать в экологически чистых зонах. Морскую соль дополнительно обогащать не нужно – она имеет сбалансированный уникальный состав, который создан самой природой.

Больше всего в составе морской соли содержится хлористого натрия, до 96 %. Каждая животная клетка содержит хлористый натрий, и морская соль является поставщиком этого важного компонента живым организмам.

Столовую соль обычно добывают из подземных место-

рождений. Природные запасы хлористого натрия на Земле практически неисчерпаемы.

Столовая соль проходит интенсивную обработку и очищается от всех возможных примесей элементов, кроме хлорида натрия. Кроме того, в неё добавляют специальные вещества, которые предотвращают комкование соли, чтобы она оставалась сыпучей.

Очистка соли, как правило, включает в себя и рекристаллизацию: сушку в горячей печи с добавлением специальных химикатов. Природная структура кристаллов соли разрушается. Столовая соль проходит настолько интенсивную очистку, что в ней остаётся от 97 % до 99 % хлорида натрия. То есть содержание других полезных веществ в такой соли не превышает 3 %, в отличие от 14 % в морской соли

Йодированная соль. Иногда столовую соль йодируют для большей полезности. Йодированная поваренная соль – кухонная соль с добавлением строго определённого количества йодсодержащих солей: йодида или йодата калия.

Такую соль использую в регионах с природным дефицитом (эндемией) йода для профилактики развития йод-дефицитных заболеваний – эндемического зоба – увеличения щитовидной железы, связанного с дефицитом йода в среде обитания. Когда покупаете йодированную соль, всегда посмотрите, сколько и какого йода в нее добавили. Йодат (А) более устойчив при хранении, чем йодид (Б). Лучше покупать с «А».

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.