

Стратегия здоровья

Лекция научного консультанта
Российского регионального управления
корпорации «Тяньши»
Кандидата медицинских наук
Егорова А.И.

Здравствуйте! Я всем Вам желаю здоровья! Все мы, каждый день, встречая друг друга, желаем здоровья. Здоровье это наша важнейшая ценность.

Мы пришли в компанию «Тяньши», чтобы быть здоровыми.

Многие уже поправили здоровье благодаря «Тяньши». Это замечательно! Мне бы очень хотелось, чтобы как можно больше людей становились здоровыми, принимая продукцию «Тяньши».

Сегодня я Вам открою 6 секретов, расскажу 6 правил, благодаря которым Вы станете бодрее, крепче, моложе, красивее и будете любимы окружающими вас людьми.

Это 6 простых правил, гарантирующих успех на пути к здоровью. Мы проведем анализ опыта приема продукции. Поделимся положительными результатами. Постараемся понять, почему в тех или иных случаях ожидаемый результат не был получен.

Немного о себе. Я врач, кандидат медицинских наук, автор изобретений и более сорока научных работ. Участвовал в создании и внедрении в производство ряда биологически активных добавок. Многие годы занимаюсь не только лечением, но и профилактикой заболеваний с использованием всех возможных средств и методов, соединяя знания европейской — западной и восточной медицины. Такая медицина называется интегральной. Она не противопоставляет, а объединяет эффективные методы укрепления здоровья двух традиций медицинской практики.

Каждый год в Казани в первые выходные дни сентября проходят Международные конференции врачей по Интегральной медицине. Я регулярно выступаю на этих конференциях, и мои доклады можно найти в сборниках трудов этих конференций.

Сейчас я работаю в Москве вместе с лектором-международником, профессором госпожой Люй Фанлинь. Мы пытаемся максимально донести до Вас все те знания и опыт по

укреплению здоровья, который накоплен как в Китае, так и в Европе.

А сегодня я хочу рассказать Вам о том, как стать более здоровым, принимая продукцию «Тяньши». О том, как ВСЕГДА быть здоровым, принимая продукцию «Тяньши».

Начнем с того, что такое здоровье? В английском языке слово «здоровье» происходит от «Whole» (хоул) - целостность. «Отрегулировать здоровье» в английском языке - это восстановить свою целостность. Слова «целый», «святой» в английском языке от одного корня. Душа, эмоции, мысли, тело составляют единое целое, и задача каждого, кто хочет быть здоровым, активно помогать естественным защитным механизмам нашего организма. Как помогать? Своими мыслями, своим настроением, своей верой, своим отношением к себе. Только осознание себя как целого, вера в свои возможности, а также активные действия на пути к здоровью приведут к успеху.

В самом начале я очень хочу, чтобы Вы уяснили одну вещь. Даже если всё остальное, что Вы сегодня услышите, забудется, неважно. Я хочу Вам сказать, что быть здоровым или быть больным - это вопрос выбора, а не обстоятельств. Основной фактор, определяющий то или другое, заключается в нашей личной философии, в нашем отношении к самому себе. Как мы себя сами видим, тем мы и станем. В подавляющем большинстве случаев мы сами решаем быть нам больными или здоровыми. Очень редко нездоровье зависит от какого-то отдельного события, как правило, это результат накопившегося длинного перечня маленьких ошибочных решений. Сознательно или бессознательно МЫ каждый день делаем маленькие шаги к здоровью или к нездоровью. Почистили зубы - шаг к здоровью, выкурили сигарету - шаг к нездоровью, и так постоянно, каждый день. Совокупность всех движений и привела нас к тому, что мы сегодня имеем. По большому счету, только от нас зависит, к чему мы идем.

Процесс изменения нашей жизни начинается внутри нас. У всех нас есть огромный потенциал. Мы все хотим хороших результатов. Многие из нас готовы упорно работать и платить цену, которую требуют здоровье и счастье. Жизненная позиция определяет нашу решимость в преодолении проблем.

Именно наше отношение к жизни, наша решимость определяет, будем мы здоровы или нет.

Итак 6 секретов, 6 правил, благодаря, которым человек

становится здоровым принимая продукцию «Гяньши».

Первое правило: **Вы ставите для себя четкую цель - здоровье.**

Цель - здоровье.

Вы понимаете, что здоровье зависит от Вас. Вы берете на себя ответственность за то, как Вы себя чувствуете. Здоровье - это Ваша ценность, Ваше богатство. Это, прежде всего, Ваше достояние. Так дорожите им!

Многие думают, что врачи дадут им здоровье, избавив их от болезней. Я очень хорошо отношусь к врачам. Мой отец был врачом, я сам врач, мой сын тоже врач, большинство моих друзей врачи. Это, как правило, очень хорошие люди, но Вы должны понять, что делают врачи. Сегодня врач - это человек, постоянно бросающийся в воду, чтобы спасти очередного утопающего. Мы же хотим научить Вас плавать.

2 года назад я был на приеме в Кремле, где присутствовали практически все высокопоставленные руководители нашего государства. И бывший министр здравоохранения Шевченко с высокой трибуны был вынужден признать, что наша российская медицина работает в режиме скорой помощи. Если что-то срочное, экстренное, то медицина поможет: снять гипертонический криз, вырезать аппендицит. Это хорошо получается. А профилактикой она не занимается, да и не может заниматься.

В городах, где я бывал, аптеки плодятся как на дрожжах. Скоро их количество превысит количество питейных заведений. Как это не парадоксально, здоровые люди не нужны ни фармацевтам, ни врачам. Чем тяжелее недуг, чем дороже диагностическое исследование, чем дороже лекарственный препарат, тем им выгоднее.

Что делать? «Спасение утопающих дело рук самих утопающих», гласит народная мудрость. Нужно взять ответственность за свое здоровье на себя. Поставить перед собой цель - быть здоровым. Пусть не сразу, но уйти от постоянного приема лекарств, от операций.

Как у Пушкина:

*Я ускользнул от эскулапа
Худой, небритый, но живой.
Его мучительная лапа,
Не тяготее надо мной.*

Нужно захотеть стать здоровым. Представить себя здоровым, молодым, сильным.

Чем отличается мечта от цели? Тем, что у цели есть четкий план достижения, есть сроки и, главное, Вы действуете, предпринимаете конкретные шаги к её достижению.

Прежде всего, осознайте свои проблемы, напишите их на бумаге и найдите их решение. У человека может быть одна проблема, может быть много. Устраняйте в первую очередь не симптомы и проявления, а первопричину. Бывает трудно разобраться. Консультируйтесь с опытными людьми, с врачами, которые сотрудничают с «Тяньши», читайте литературу, ходите на лекции, смотрите видеокассеты. Стучите, и вам отворят. Выход найдется.

Рассмотрим конкретную проблему. Весна. Что волнует женщин в это время: как привести фигуру в порядок к пляжному или дачному сезону. Как решить проблему?

Прежде всего, представляете себя стройной и подтянутой. Чем лучше представляете, тем лучше получается результат. Чем стройнее, тем лучше. Ведь машину вы можете представлять хорошую, а фигуру, почему не идеальную? Воображение - это конструктивная сила, из сознания все записывается в подсознание и начинается автоматическая работа по достижению цели.

К чему вы стремитесь? К избавлению от лишних килограммов? Не только. Главное, вы регулируете свой организм. Избыточный вес - это только проявление дисгармонии в организме. Это может быть связано с тем, что человек просто, привык много есть. Возможно, если это так, то необходима двойная целлюлоза, которая очищает и создает чувство сытости, чай для похудения, который нормализует обмен. «Тристорп-классик» регулирует аппетит и стимулирует расщепление жиров. «Тристорп-классик» принимают до еды. «Тристорп-инстант» - великолепное дополнение к программе для похудения. Только этот порошок необходимо принимать не до, а после еды. А ещё лучше, вместо еды.

О растительной эссенции для похудения в таблетках и порошках, «Тристорп-классик» и «Тристорп-инстант» хочется сказать отдельно. Эта продукция на нашем рынке появилась сравнительно недавно. Многие ещё недостаточно знакомы с ней. Прежде всего, это два совершенно различных продукта. Они хорошо дополняют друг друга и в программах для похудения, как правило, применяются

вместе. В их состав входят только природные растительные продукты. Никакой химии. Основными компонентами «Триstop-классик» являются фукус - бурая водоросль, богатая йодом и регулирующая работу печени желудка почек; лопух, улучшающий работу поджелудочной железы, стимулирующий секрецию инсулина; боярышник, знакомый многим, нормализующий пищеварение и работу сердечно-сосудистой системы; анис, знакомый Вам по «каплям датского короля», и растительные волокна, необходимые для очистки кишечника и ликвидации дисбактериоза. Это простые природные компоненты. Кажется, ничего особенного. Немного одной травки, немного другой. Все абсолютно безвредно. А работают, как хороший оркестр, где каждый инструмент звучит негромко, но вместе получается красивая мощная мелодия.

«Триstop-инстант» - это новый вид продукции на нашем рынке. Как Вы думаете, почему люди переедают? Почему организм все просит и просит пищи. Уже живот вырос, а кушать все хочется и хочется. Одна из причин. Подчеркиваю, только одна из причин. Это то, что пища, несмотря на большие объемы, не содержит всего того, что необходимо организму. Нашему организму нужны витамины, очень важные для него жирные кислоты, аминокислоты, макро- и микроэлементы, а в сублимированной, рафинированной, гранулированной, высушенной, вываренной и ещё каким-то образом обработанной пище, которую мы употребляем, этого просто нет. Вы думаете, толстяк, который съедает двойную порцию макарон, наелся. Нет! Да он просто голодает, ему с его большим весом необходимо двойную, тройную порцию витаминов, кальция и цинка.

Так вот, «Триstop-инстант» - это прежде всего, полноценное питание, богатое витаминами и микроэлементами, плюс растения, нормализующие работу организма: цикорий, слива, зеленый чай.

Вы, конечно, понимаете, что для полноценного питания необходимо употреблять кальций, цинк, спирулину.

Худеем. Представляем себя стройной и красивой. Приводим в порядок обмен веществ. После завтрака и ужина принимаем один пакетик «Триstop-инстант». Пользуемся «поясом для похудения» или «СЦЭКом». Едим мало. 1 грамм спирулины заменяет 1 кг свежих овощей. В подавляющем большинстве случаев этого вполне достаточно для того, чтобы за 3 месяца улучшить свою фигуру. Но не надо паниковать, если результат не получается быстро. Восточная

медицина не признает спешки. Привычки вырабатываются не сразу, и перестройка организма, поэтому происходит не мгновенно, а в течение 3 месяцев и более.

Однако бывают случаи, когда женщина и продукцию применяет правильно, и ест немного, кажется, все делает правильно, а не получается. Многие люди не могут сбросить вес, потому что в основе лежит нарушение обмена веществ. Наиболее частые из них:

1. Повышенный уровень инсулина в крови;
2. Нарушение баланса половых гормонов;
3. Снижение функции щитовидной железы;
4. Отложение токсинов в жировых тканях;
5. Наличие избыточной жидкости в межклеточном

пространстве.

Во всех этих случаях необходима коррекция обмена веществ. Если просто ограничивать себя в питании, результата не будет.

Что делать? До недавнего времени и я часто не знал что делать, а теперь у нас есть решения.

Рассмотрим по порядку. 1. Повышенный уровень инсулина в крови. У 25% чувствительность организма к инсулину снижена. В пище много углеводов, калорий поступает много, физическая активность минимальна. Сахарку поели - необходимо много инсулина. Затем инсулин выработался, а мы не пообедали, резкое чувство голода, разбитость, усталость.

«Сникерснули» - снова скачек сахара. Поджелудочная железа вынуждена вырабатывать повышенное количество гормона, а чувствительность тканей к инсулину снижается. При этом инсулин накачивает клетки жиром и запирает его там, блокируя процессы расщепления. Возникает метаболический синдром, для которого характерны тучность в верхней половине туловища, абдоминальное ожирение, гипертония, повышенный уровень липидов и холестерина в крови и другие нарушения обмена веществ.

Что в этом случае поможет? Прежде всего, корректировка образа жизни. Правильное регулярное питание, содержащее в своем составе витамины, минералы, биофлавоноиды. Это биокальций общий, для нормализации углеводного обмена, детский, биоцинк, вейкан, холикан, тристоп-классик и тристоп-инстант. Но чтобы все это усвоилось и начало работать, начинать надо с очистки. Не заслуженно забываем о таком замечательном продукте, как Сань Гао Дань (капсулы 3В), в котором нет женьшеня, а есть шалфей, и он не

противопоказан гипертоникам. Он снижает уровень сахара в крови, его можно использовать во всех программах для похудения, но в данном случае он особенно хорош. Прием продукции «Тяньши» с первых дней ликвидирует резкие скачки голода, проходит усталость, разбитость.

Вторая причина повышенного веса - нарушение баланса половых гормонов.

Это может наблюдаться в любом возрасте, но проявляться, по-разному. В юности - это так огорчающая девушек полнота, прыщики на лице и т. д.

У женщин в зрелом возрасте значительная перестройка происходит во время беременности и после родов.

Очень часто женщины после 45-ти с появлением климакса начинают набирать вес. Во многих случаях может помочь канли.

Канли - это натуральный природный продукт, получаемый из сои. Что он делает? Он совершает чудо - нормализует гормональный фон. Причем не только у женщин, но и у мужчин. В ряде случаев, канли эффективно помогает мужчинам при дефиците гормонов, но для них, предпочтительнее, является препарат, который появится на российском рынке в ближайшее время - это «МАСА» (мака). Он хорошо нормализует функцию половых желез, нормализует работу гипофиза, активизирует мышечную работоспособность, снимает треммер с рук, помогает расшевелить нашего ленивого мужика.

Я стараюсь сам попробовать всю продукцию, с которой работаю. Прежде, чем что-то кому-то рекомендовать, стараюсь оценить эффективность продукции на себе.

Представьте, что было бы, если бы врачи должны были попробовать сами все лекарства, которые они назначают. Уверен, что никто не захотел бы работать врачом.

Так вот, попробовал я «МАСА». Как бы Вам сказать, потактичнее. Я никогда не жаловался на мужские проблемы. Но так, чтобы как в двадцать лет... Короче говоря, жена конфисковала у меня эти капсулы и больше не дает. Особенно перед командировкой.

Как решают проблемы дефицита гормонов западные врачи? Не хватает, допустим, женских гормонов - эстрогенов, назначают искусственные. Что получается, мало того, что собственные механизмы производства гормонов плохо работают, вводя искусственные, так сказать, импортируя, мы, таким образом, добиваем «собственное производство».

А что придумали китайцы?! Вместо искусственных гормонов дают человеку натуральные природные продукты, которые необходимы для синтеза этих гормонов, так называемые прогормоны.

Употребляем мы «Кордицепс» и подносим на блюдецке нашему организму, этому «отечественному производителю», то, из чего делаются гормоны коры надпочечников. Стресс - нужен кортизол, и он поступает, когда нужно и сколько нужно, а, главное, не искусственный, а наш собственный. Побочных эффектов нет, передозировки нет, все естественно.

Канли содержит соевый изофлавоон, из которого синтезируются как мужские, так и женские гормоны. А недостаток или избыток половых гормонов часто приводит к самым различным неприятностям. Это не только те или иные расстройства в половой сфере. Это и заболевания сердечно-сосудистой системы, в том числе, атеросклероз и варикоз, онкологические заболевания, остеопороз, сахарный диабет и, конечно, избыточный вес. У Канли есть одна особенность, о которой не стоит забывать женщинам. Его следует принимать только в первую половину цикла. Во вторую и так гормонов, как правило, достаточно. Многие проблемы у женщин, начиная от прыщиков на лице в девичестве и кончая климаксом в пожилом возрасте, успешно решаются при употреблении Канли. Я надеюсь, Вы меня правильно поймете, что для решения такой серьезной проблемы, как нарушения баланса половых гормонов, одного Канли будет недостаточно, даже если принимать его долго. Нужна хорошая программа с учетом индивидуальных особенностей. Она, как правило, должна включать очистку, «кальций», «цинк», «вейкан» и т. д.

Худеем. Все худеем?

Третья причина. Снижение функции щитовидной железы. Приблизительно у 20% женщин и 5% мужчин функции щитовидной железы ослаблены. Обмен веществ замедляется. А это не только ощущения зябкости, сухость кожи, запоры и другие признаки гипотиреозидизма. Снижение энергетики сопровождается увеличением веса, с которым трудно бороться. Гипофункция щитовидной железы может быть связана с недостаточным поступлением йода с пищей, аутоиммунными процессами, когда вырабатываются антитела к компонентам щитовидной железы, нарушением работы гипоталамуса и гипофиза и с рядом других

причин.

Наиболее общие рекомендации. Употребляйте морепродукты. Употребляйте йод. Но не каплю настойки йода на кусок сахара, а с пищей. Лучше употреблять йод вместе с продукцией «Гяньши». Йод входит в состав биокальция общего, детского для нормализации углеводного обмена, в тристоп-классик. Очищение лучше проводить с использованием хитозана, начинать лучше с антилипидного чая, а затем добавить чай для похудения. Для восстановления хорошо использовать «икан».

Если наблюдаются аутоиммунные процессы, необходим «кордицепс». У меня есть отчет о научно-исследовательской работе по оценке эффективности «кордицепса» и «хитозана», проведенной в Минске, где установлено, что и «кордицепс», и «хитозан» достоверно повышают уровень тироксина Т4 в крови.

Разобрали, как решать проблему избыточного веса при повышенном уровне инсулина, при нарушении баланса половых гормонов, при снижении функции щитовидной железы. Остальные два случая чуть позже.

Худеем. Все худеем?

Главное, помним первое правило. Наша цель - здоровье. Берем ответственность на себя и решаем изначальную проблему. Устраняем причину, а следствие само уходит.

3.2. Теперь 2 правило: **Принимаем продукцию по системе.** Не от случая к случаю, а каждый день. Систематически.

Зубы Вы чистите каждый день?

Очень хорошо. Если Вы по какой-то причине не почистили зубы, Вы уже чувствуете себя не очень хорошо. Возникает дискомфорт.

Точно так же мы привыкли каждый день не один раз принимать пищу. Если Вы пропустили обед, то чувствуете себя так же не очень хорошо. Нашему организму нужно получать не только постоянное, но и полноценное питание. 90 различных компонентов всем 60 триллионам клеток нашего организма. 98-99% из которых обновляются каждый год.

Наш организм, своего рода, сборочный конвейер. Для строительства нужны все комплектующие. Только представьте себе, автомобильный завод выпускает машины без лампочек или без колес. Куда поедут такие машины? А наш организм мы порой пытаемся заставить что-то делать, не обеспечив его всем

необходимым.

Однажды войска Наполеона потерпели поражение. Император вызвал генералов к себе и спросил:

- В чем причины поражения?

- Сир, - ответили генералы, - причин поражений было 16. Причина первая - прекратился подвоз боеприпасов...

- Достаточно, - сказал Наполеон, - остальные были несущественные.

Каждый день, дополняя наш ежедневный рацион обогащенными продуктами, можно получить замечательный результат. А если «прекратился подвоз боеприпасов», все остальные причины несущественные.

Систематически употреблять продукцию - это не значит, что надо покупать все подряд и чем больше, тем лучше. Хотя, если Вы так будете принимать продукт, вреда не будет. Но, чтобы тратить деньги более рационально и быстрее получить результат, я Вам советую постараться хоть немного разобраться в основах восточного подхода к оздоровлению. Почитайте о Инь и Ян, о пяти первоэлементах и их взаимодействии. О том, что одни органы влияют на другие и об энергии Ци.

Понять основы совсем несложно. Хорошую систему пропагандирует в своих лекциях доктор медицинских наук Елена Борисовна Астапенко. Суть системы - продукцию «Тяньши» необходимо принимать «по кругу» в зависимости от того, какие органы и системы в данное время года более восприимчивы. В соответствующее время года определенный орган открыт. На него можно максимально воздействовать биологически активными добавками.

Сейчас весна - элемент дерево. На какие органы следует обратить внимание? На печень и желчный пузырь.

Окно печени - глаза. При желтухе белки глаз желтеют. Посмотрите на свои ногти. Если ногти мягкие, ломкие ищите проблемы в печени. Печень ведаёт сухожилиями и оболочками мышц (фасциями). За что она отвечает? За обмен веществ и иммунитет. Эти проблемы решаем весной.

Весной, следует больше есть зеленого: овощей, фруктов, зелени. Для печени желательно провести очистку хитозаном и дайджестом. Восполнение спинулиной. Конечно, не будет лишним кальций и цинк. Хотя минерализацию лучше проводить летом, но и

весной кальций не повредит. Очень хорошо весной употреблять кордицепс, холикан и канли. В компании «Тяньши» есть замечательная продукция для печени - гепатопротекторы: «Вейкан», «Лян Янь» и «Сань Гао Дань».

У нас есть большой опыт успешного решения проблем связанных с хроническим гепатитом С. Употребление хитозана, кальция и спирулины приводит к значительному улучшению состояния больных с хроническими гепатитами.

Весной решаете проблемы с желчным пузырем. Не калечащие операции, после которых возникает куча проблем, например, так называемый постхолецистэктамический синдром. Есть желчный пузырь - есть одна решаемая проблема. Нет желчного пузыря - есть множество не решаемых проблем.

Весной заботимся о печени, поднимаем иммунитет.

Летом необходимо заниматься сердцем и тонким кишечником, тремя обогревателями. Лето - это рост. Дети очень активны, они вырастают за лето очень сильно. Им надо максимально помочь, чтобы деструктивная связь не пошла на легкие. Больше внимания на тонкий кишечник. Через тонкий кишечник всасывается 85% минералов и солей. Летом надо максимально минерализовать весь организм. Очень важно летом провести профилактику остеопороза, остеохондроза и рахита. Компания «Тяньши» поставляет нам замечательный кальций, при приеме которого вместе с белками в организм поступают и ионы кальция. Китайский кальций не просто восполняет дефицит кальция, он нормализует кальциевый обмен.

Летом необходимо употреблять весь кальций по очереди, биокальций по 0,5 пакета в день. Если не можете пить разведенный кальций - ешьте сухой кальций. Употребляйте различные виды кальция, один за одним, в том числе, и диабетический в конце по 1/3 пакета. Кальций лучше употреблять с 17-19. Утром принимайте профилактические дозы цинка 4-6 капсул, лечебные - 8-12 капсул. Вместе с кальцием не стоит, т.к. у них один механизм усвоения и они конкурируют друг с другом.

Гай Бао принимают по 1-2 таблетки в зависимости от массы тела. Свыше 60 кг 2 таблетки.

В конце лета занимаемся проблемами селезенки, поджелудочной железы и желудка. Для этих органов, главное, правильное питание. Меньше сахара, кофе, красного мяса, больше овощей, рыбы, мяса птицы. В конце лета и осенью хорошо

принимать спирулину. При язвенной болезни желудка очень хорошее сочетание икана, спирулины и чая для похудения. Диабетикам необходим кальций для снижения сахара весь сезон по 1/3 пакета, весь сезон с 17-19 часов.

Осенью обращаем внимание на легкие и толстый кишечник. Многие проблемы с дыханием и астмой лежат в толстом кишечнике. В этот период нужна очистка двойной целлюлозой. Необходим дайджест для нормализации микрофлоры. Осенью приводим в порядок кожу, употребляем «Вейкан», «Жир угря», масло чеснока, рыбий жир. Продукты, содержащие жир, необходимо употреблять вместе с пищей.

Зимой занимаемся почками и мочевым пузырем. Почки отвечают за работу опорно-двигательного аппарата и за капилляры. Почкам нужен, прежде всего, кальций (лучше «Гай Бао») и кордицепс. Женщинам хорошо принимать канли, мужчинам «МАСА»

Этап за этапом мыотрегулируем весь организм.

Конечно, желательно принимать продукцию по часам, во время активности соответствующих меридианов.

Традиционная Китайская медицина сумела найти закономерности взаимодействия наших внутренних органов и систем. Она позволяет постепенно отрегулировать работу нашего организма. Уйти от калечащих операций по удалению желчного пузыря, щитовидной железы и других органов. Многих неприятностей можно избежать, экономить не только на органах, на здоровье, но и сберечь массу денег. Профилактика в 20 раз дешевле, чем лечение. Помните, если Вы сегодня сэкономили небольшую сумму на профилактике, завтра Вам предстоит решать сложную дилемму: либо срочно платить за лечение в 20 раз больше, либо уповать на милость Всевышнего. Быть здоровым или больным - вопрос выбора.

Во всем мире это поняли. Сейчас американцы тратят в 6 раз больше денег на БАДы, чем на лекарства. А у нас порой пугаются этого слова и смотрят на них как на что-то ненормальное.

Почему так важна система приема продукции? Ни успех, ни поражение не приходят как какие-то внезапные катаклизмы. И то, и другое является результатом накопления, на первый взгляд, небольших и незначительных решений, общий суммарный вес которых за период времени жизни определяет пропорциональное

вознаграждение каждому человеку. Только систематизируя свои действия, все действия, а не только прием продукции, можно, делая небольшие шаги, уверенно идти к цели.

Употребляем продукцию по системе. Каждый день. Получаем замечательный результат. С годами становимся не старше, а моложе. Что Вы улыбаетесь? Думаете, такого не может быть? Никаких сомнений. Наукой установленный факт!

Профессор Кобзева Татьяна Владимировна из Саратова провела исследования биологического возраста людей до и спустя год после приема продукции «Тяньши».

Обращаю внимание, биологический возраст, это то в каком состоянии находится организм. Не по паспорту, а по здоровью. Так вот, люди, которые в течение года принимали продукцию «Тяньши» стали моложе на 5, 6 и даже 7 лет. А если принимать продукцию «Тяньши» с десятков лет?

Всем хочется получить результат быстро, сразу и навсегда. Бывает, что так и происходит. Я избавился от пяточной шпоры, которая меня мучила в течение 2 лет через 3 дня после начала приема кальция «Тяньши», и вот уже 2,5 года этой проблемы у меня просто нет. Более того, отложения кальция в сухожилии, которые у меня были зафиксированы на рентгеновском снимке, исчезли. Кроме того, воюя с пяточной шпорой и принимая кальций, я избавился от аритмии сердца, улучшил зрение да ещё похудел в талии.

Это очень приятно, когда проблемы решаются быстро, но, к сожалению, так быстро случается далеко не всегда. Но у меня для вас есть приятная новость. Если двигаться на пути к здоровью с Тяньши обязательно достигните цели. От состояния «А» вы придете к состоянию «В» если только двигаться к цели, а не стоять на месте.

Приведу другой пример: одна женщина, после двух родов обратилась к хирургу по поводу варикозного расширения вен. Знакомая проблема?

Хирург, осмотрев её ноги, сказал однозначно. Надо оперировать. Дело было летом, и, хотя, врач настаивал, она уговорила его отложить операцию до осени. Операцию ей делать очень не хотелось, тем более что, хотя она и не врач, но понимала, что операция проблемы не решает. От того, что выдерут вены, кровь лучше циркулировать в ногах не будет. Она стала искать пути решения проблемы и, в конце концов, пришла в «Тяньши». Несколько месяцев она пила Антилипидный чай и хитозан. Осенью

вновь пришла к хирургу. Хирург сказал, что вроде немного лучше, но операцию все равно делать надо. Она вновь попросила хирурга не торопиться с операцией и продолжала пить Антилипидный чай.

Когда, спустя ещё 9 месяцев, она вновь пришла к этому же хирургу, он сказал, что ей очень грамотно сделали операцию, хорошо наложили косметические швы, и наотрез отказался верить, что никакой операции не было. В моем альбоме есть фотография этой женщины в Малайзии, на острове Пинанг, это один из лучших курортов мира, где она в шортах с очень красивыми ножками.

Отличный результат. Здорово! Практически каждый, у кого есть подобные проблемы, может получить такой же результат. Но если бы Вы знали, что ей стоило верить и принимать продукцию «Тяньши» каждый день целый год. Причем первые полгода результат был минимальный. Врачи, друзья, близкие - все в один голос говорили: «Ты занимаешься ерундой. Это тебе не поможет. От операции тебе не уйти». А она поверила. А она упорно, день за днем, шла к своей цели. И сейчас она не только решила свои проблемы со здоровьем, она успешный дистрибьютор восьми звезд, руководитель многотысячной организации.

Помните первое правило: **«Цель - здоровье».**

Второе правило - **систематичность.**

А сейчас расскажу о третьем правиле. Появилось оно после анализа случаев причин безрезультативного приема продукции «Тяньши». Отрицательный результат тоже результат, и мы его разбираем более тщательно, чем положительный результат. Так почему бывает такое: продукцию принимаем, а результат минимальный или даже совсем нет результата. Основная причина - люди торопятся. Стараются быстро и сразу решить все проблемы, забывая об одной очень важной вещи. Во всех книгах, все врачи пишут об этом. Но многие часто забывают. Очень часто бывает так, что и без этого получается результат, но анализ случаев, когда нет результата, показывает, что чаще всего причиной является отсутствие очистки организма.

Начинать надо с ОЧИСТКИ. Если очень торопитесь, можно совместить очистку с приемом другой продукции. Не хватает кальция - перелом, конечно, надо кальций срочно вводить, но не забывать об очистке. Ведь, по большому счету, причиной нехватки кальция и перелома явилась плохая работа нашего кишечника и зашлакованность организма. «Зри в корень», как говорил Кузьма

Прутков.

Многие просто не представляют, сколько всякой «дряни» и «ерунды» находится внутри нас и отравляет нашу жизнь.

Приведу некоторые признаки внутреннего загрязнения: избыточный вес, чувство усталости, метеоризм, головная боль, раздражительность, изжога, тошнота, бессонница, ухудшение памяти, депрессия, нарушение менструального цикла, нечистая кожа, запах изо рта, темные круги под глазами, повышенное артериальное давление.

Узнаете свои проблемы?

Как проводить очищение? Так же как проводили загрязнение через рот. Не клизмами, которые нарушают микрофлору кишечника, а естественным путем так, как предусмотрела это природа.

Хронический запор есть худшее и наиболее распространенное преступление против жизни, против собственного здоровья - организм тонет в ядовитых продуктах обмена веществ.

Как не вспомнить Великого поэта:

*Блажен, кто рано по утру
Имеет стул без промедленья
Тому вся пища по нутру
И все доступны наслажденья
А.С. Пушкин.*

Что понимать под очисткой? Это не просто взять и удалить из организма максимальное количество шлаков. Очистка - это наведение порядка в нашем кишечнике. Это нормализация пищеварения, восстановление нормальной микрофлоры. Микрофлора кишечника играет чрезвычайно большую роль в работе нашего организма. У каждого из нас внутри находится от одного до полутора килограммов хороших, полезных микроорганизмов. Они, как пленка, покрывают все складочки и ворсинки нашего кишечника. Они помогают переваривать пищу, вырабатывают витамины и гормоноподобные вещества, участвуют в обмене холестерина, без них не формируется иммунитет.

Поэтому, очищаясь, мы, прежде всего, наводим порядок в кишечнике.

Как проводить очистку?

Пищевыми волокнами. Начинать лучше с двойной целлюлозы и Антилипидного чая. По 2-3 таблетки целлюлозы утром сразу после сна и вечером разжевать и запить утром лучше чаем, а вечером

просто водой.

Антилипидный чай заваривать по 1 пакету на 1-1,5 литра и пить небольшими порциями в первой половине дня, теплым до еды.

Как правило, начинать очистку лучше с двойной целлюлозы, а не с Хитозана поскольку она больше очищает толстый кишечник, а Хитозан тонкий. Если начинать с Хитозана, то высока вероятность возникновения обострения. Однако при таких заболеваниях, как язва желудка, лучше использовать Хитозан.

Антилипидный чай тоже хорошо очищает, но, по моему мнению, употребление пищевых волокон для хорошей очистки просто необходимо. Хорошие дозы растворимой и нерастворимой клетчатки прекрасно выводят шлаки из организма.

Часто спрашивают. Как долго необходимо проводить очистку?
Ответ: постоянно.

Необязательно это должны быть продукты «Тяньши». Продукты с грубой пищей: с отрубями, с овощами и фруктами, с зеленью и т. д. - необходимо употреблять постоянно. Многих проблем не будет, если есть много грубой пищи.

Разберем четвертую причину избыточного веса.

Отложение токсинов в жировых тканях. Большинство токсинов, поступающих или образующихся в организме, жирорастворимые. Если печень не справляется с их детоксикацией, организм вынужден откладывать жировые запасы для хранения токсинов. Половина детей в американских городах и 90% в российском Владивостоке детей имеют уровень свинца в организме выше допустимого.

Не думаю, что в Вашем городе свинца добавляют в бензин меньше.

Как только, мы начинаем очищаться и худеть, поток токсинов из жировой ткани устремляется в печень, в которой резко усиливаются окислительные процессы. Хитозан, Вейкан, Холикан, Антилипидный чай, Чай для похудения, Сань Гао Дань, Лян Янь просто необходимы организму для того, чтобы справиться с потоком токсинов.

Иногда при проведении очистки возникает некоторое обострение болезни. Бывает, что появляются гнойнички на теле, возникает кашель, послабление стула и т. д.

Почему это происходит? Мой знакомый профессор Хотимченко из Владивостока исследовал это явление и установил,

что при слишком быстром выведении токсинов и тяжелых металлов из организма могут возникать симптомы отравления.

Если, допустим, свинец, который мы вдыхали много лет и который откладывался в различных уголках нашего организма, резко начать удалять из него, то его концентрация в крови возрастает и возникают проявления свинцовой интоксикации.

Кстати, не надо думать, что мы очищаем организм, только принимая двойную целлюлозу или Хитозан. Деление весьма условно. Кальций и цинк вытесняют свинец из обмена веществ и, с одной стороны, под печень, а с другой стороны, могут спровоцировать обострение, вызывая значительный подъем концентрации свинца в крови.

Что в таком случае делать? Снизить концентрацию сорбентов, чтобы удалять его постепенно.

Ещё одно явление наблюдается после начала приема продукции «Тяньши». Активизируются собственные защитные механизмы организма, и если где-то есть патогенные микроорганизмы, что-то инородное, организм начинает с этим бороться. Естественно, могут возникать некоторые обострения. Не надо этого пугаться. Если обострение сильное, то можно снизить дозу в 2-4 раза, но через 1-2 недели все проявления проходят и можно вернуться к нормальной дозировке.

У многих существует не совсем ясное представление о том, как действуют оздоровительные продукты. Считается, что если ты что-то пьешь, то здоровье тебе должно быть гарантировано. Ухудшения не должно быть, ни при каких обстоятельствах. В реальной жизни далеко не всегда всё гладко и ровно.

Очень часто после начала приема продукции «Тяньши» начинают появляться определенные интересные симптомы. Организм пытается избавиться от всякого мусора. Очистить артерии, вены и капилляры от холестерина. Выбросить зловонные, застойные массы из кишечника. Выделить различные пищевые концентраты, антибиотики, снотворные и т.д. Растворить жир - этот склад токсических элементов.

Восстанавливается иммунитет, и организм начинает борьбу с очагами инфекции, которые дремали где-то. Сначала могут быть головные боли, может возникнуть жар или простуда, кожа может покрыться сыпью, может какое-то время вяло работать кишечник или, наоборот, может возникнуть понос, может появиться чувство

усталости или слабости, не расположенности к движениям, раздражительность, частое мочеиспускание и т.д.

Однако большинство людей находят такие реакции терпимыми и проявляют выдержку, так как улучшения, которые уже произошли и происходят, становятся с каждым днем очевидней. И это действует вдохновляюще.

Очень неплохо, что у Вас появляются симптомы перестройки организма. Глубоко вникните в то, что весь организм становится моложе и здоровее каждый день, поскольку Вы избавляетесь от все большего и большего количества шлаков, которые со временем принесли бы Вам боли, болезни и страдания во много раз худшие. Те, у кого наиболее сильно проявились симптомы-реакции, и кто выдержал их до полного исчезновения, таким образом, избежали очень серьезных болезней, которые со временем развились бы.

Не ждите, что после приема продукции «Тяньши», Вы будете идти по шкале качества, то есть будете чувствовать себя лучше день ото дня, пока не достигните совершенства. Деятельность организма циклична по своей природе, и здоровье развивается по серии постоянно уменьшающихся циклов.

Например: Вы, начав принимать Антилипидный чай и Кальций, почувствовали себя лучше. Но через некоторое время появляются симптомы. Может заболеть голова, случиться понос с отвратительным запахом. А через день Вы почувствуете себя лучше, чем прежде. И опять какое-то время все будет прекрасно. Затем Вы внезапно простудитесь, почувствуете озноб и потеряете аппетит. Через два дня (если не принимать таблетки) все пройдет и Вы почувствуете себя так хорошо, как не чувствовали уже много лет.

Через месяц может появиться сыпь, и, если продолжать идти своим путем, то она вдруг внезапно исчезнет. Сразу после этого Вы обнаружите, что ваш гепатит исчез, а сил стало больше, чем раньше. Через эту сыпь вышли накопившиеся в печени яды, которые и вызывали гепатит.

И так, все время: каждая последующая реакция будет слабее, чем предыдущая, поскольку организм становится чище и чище.

В Кировской области в поселке Юрья живет замечательная женщина Светлана Багузова. До недавнего времени весна её не радовала, а пугала. Дело в том, что весной природа оживает, и из ульев вылетают пчелы, а у неё страшная реакция на укус пчел. Когда два года назад её укусила пчела, у неё начался страшный отек,

дыхание и сердце остановилось, и только по счастливой случайности - рядом оказалась врачебная бригада скорой помощи - её вернули с того света после двухмесячного пребывания в реанимации.

Теперь Вы понимаете, почему она не радовалась весне. Как сказали врачи, что если ещё раз её укусит пчела, медицина будет бессильна.

Так вот, когда она только начинала принимать продукцию «Тяньши», у неё было сильнейшее обострение. Она не могла высоко поднять руки, у неё болело все тело, но приближалась весна, и она терпела. Первое обострение продолжалось около двух недель. Потом она стала себя чувствовать лучше. Затем снова обострение, правда, не такое сильное и не такое продолжительное. В последующем ещё несколько обострений, но каждый раз все меньше и короче.

Только спустя несколько месяцев, она стала чувствовать себя хорошо.

Осенью прошлого года она пришла ко мне в офис и подарила очень красивую картину из янтаря. Я был удивлен: по какому поводу? День рождения у меня зимой. Она ответила, что у неё тоже день рождения зимой, но сейчас у неё второй день рождения. Её вновь укусила пчела. Конечно, и она, и все вокруг страшно перепугались. Тут же отвезли в больницу. Положили в реанимацию. Врачи от неё не отходили, но ничего не произошло. Поддержали в больнице для порядка пару дней ипустили, так и не поняв, что произошло.

Одна из основных причин, по которым люди так и не приходят к здоровью, это то, что малейшее обострение они расценивают как то, что им продукция не помогает и даже делает хуже.

А ведь при таких хронических заболеваниях, как гипертоническая болезнь, бронхиальная астма, псориаз, аллергические заболевания и многое другое, просто невозможно сразу решить все проблемы, которые накоплены за многие годы.

А теперь о Дигесте - Дайджесте, продукте, которого я долго ждал. Он прекрасно нормализует микрофлору кишечника.

Во-первых, он содержит пищевые волокна - растительную целлюлозу, яблочный пектин, инулин - необходимые для очистки и роста полезной микрофлоры.

Во-вторых, в него входит семя льна, образующее коллоид, защищающий желудок и кишечник от раздражения.

В-третьих, он содержит живые бифидум- и лактобактерии.

Дисбактериоз наблюдается у 95% населения России. Поэтому этот продукт показан практически всем. Я получал прекрасные результаты, назначая этот продукт, и грудным детям, и глубоким старикам.

Единственно, что надо учитывать, то, что дайджест не может один заменить всей очистки. Он является прекрасным дополнением к двойной целлюлозе или Хитозану, но не их заменителем.

Итак, чтобы наверняка получить результат третье правило - **Начинаем с очистки.**

Четвертое правило является продолжением третьего.

Четвертое правило звучит так: **Пьем много хорошей воды.** Бывали ли у Ваших клиентов случаи, что после приема двойной целлюлозы кишечник не очищался, а совсем наоборот. Приходили и говорили: “Не работает...!? Не помогает...!?”

Я в таких случаях, прежде всего, начинаю выяснять, сколько воды употребляет человек. Если принять таблетку двойной целлюлозы и не запить её водой, пищевые волокна начинают набухать и возникает, что? Многие говорят, что запивают стаканом воды, но реально наливают только половину стакана, а выпивают 2-3 глотка, оставляя большую часть в стакане.

Многие не приучены пить воду. Пепси-кола, кофе, пиво, вино и т.д. не заменяют воды в полной мере. То, что у нас нет сухости во рту - это ещё не показатель того, что воды организму хватает. Хорошая чистая вода не вызывает, а снимает отеки.

Вернемся к проблеме похудения. Как Вы думаете, зачем верблюду горб?

Правильно, он в нем воду носит. Только, эта вода у него запасена в виде жира. Это удобнее. Из каждых 100 граммов жира при разложении получается 110 граммов воды. Так вот, помните, я Вам говорил о том, что в нашем питании не хватает кальция, витаминов и т.д. В нашем питании, прежде всего, катастрофически не хватает воды. Да. Простой, чистой, обычной воды. Напились Вы кофе или пива. Не говоря уже о том, что покрепче. Чтобы очиститься, после этого организму ещё больше не хватает хорошей воды.

И измученный постоянной жаждой наш организм подобно верблюду запасает воду в виде жира. Только горб у верблюда растёт на спине, а у нас на животе. Прекращаем издеваться над собой - пьем много хорошей чистой воды.

А как же накопление избыточной жидкости в межклеточном

пространстве.

Пятая причина нарушения обмена веществ при избыточном весе. Да, вода накапливается. Многие боятся пить много воды - отекают. Но проблема в данном случае не в воде, а в проницаемости кишечной и сосудистой стенки. Продукты, содержащие консерванты, красители, эмульгаторы и т.д. нарушают пищеварение. Возникает дисбактериоз, пищевая аллергия. Кишечная стенка увеличивает свою проницаемость. Крупные молекулы белка попадают в кровь и оседают в различных органах. В том числе, и в почках, что вызывает задержку жидкости.

Восстановить нормальную проницаемость кишечной и сосудистой стенок, избавиться от аллергии помогает продукция «Тяньши»: Хитозан, Двойная целлюлоза, Дайджест, Кальций, Цинк, Вейкан, Кордицепс и др.

Продукция «Тяньши» очень хорошая, но без воды не работает. «Без воды, и не туды, и не сюды!»

Как приучить человека пить воду? Конечно, рассказать, как это важно. Однако многие внимательно выслушают, соглашаются, а делают все по старому. Есть такой прием, позволяющий лучше приучить к воде. Рекомендуйте принимать, допустим, двойную целлюлозу, не по 2 таблетки 1 раз в день, а 0,5 таблетки 4 раза в день, запивая каждый раз стаканом воды.

Сколько воды надо пить?

Очень простая формула: ВЕС:20.

Если вес 80кг:20 = 4 литра в сутки.

Не надо выпивать по литру за раз. Гораздо лучше пить по 50-100 грамм через каждые 40-60 минут.

Некоторые подумают: если много пить воды, то спать плохо будешь. Плохо спите? Эта проблема решается. Сейчас у нас появился замечательный продукт, называется «Нормальный сон», или «Слипинг натурал». Принял таблеточку за час до сна - и спи спокойно. Этот продукт состоит только из природных компонентов. В отличие от снотворных и седативных медицинских препаратов не вызывает каких либо побочных эффектов или привыкания. В него входит боярышник, страстоцвет, измельченная цветочная пыльца и эшшольция калифорнийская. Эшшольция - это не мак. Хотя эти растения и относятся к одному семейству, но эшшольция не содержит морфия и не относится к наркотическим растениям. Эшшольция разрешена к использованию в питании во многих

странах, в том числе и США.

«Слипинг натурал» можно использовать не только и даже не столько как снотворное. Главное, что он делает - это успокаивает. Наша жизнь полна стрессов. Очень часто встречаются неврастения, неврозы, истерии, фобии. Стрессы не только у взрослых, но и у детей. Повышенная подвижность, энурез у детей - распространенные явления. «Слипинг» может явиться хорошей альтернативой различным седативным препаратам. «Слипинг» не вызывает заторможенности, его можно употреблять водителям, не снижает память, не вызывает привыкания. Его можно назначать не только взрослым, но и детям.

Со мной сотрудничает несколько психотерапевтов. На сотнях больных неврастениями проверено действие «слипинга». В половине случаев можно избежать длительного и не всегда эффективного лечения у психотерапевта простым приемом кальция для улучшения мозговой деятельности и «слипинга».

Так что - пейте воду. Благодаря «слипингу» будете спать спокойно.

Принимаем продукцию по системе.

Начинаем с очистки. Запиваем водой. Пьем много воды не только во время очистки, а постоянно. Для проведения восполнения организма очень нужна вода. Восстановление организма происходит только при приеме достаточного количества воды.

В своей лекции госпожа Люй Фанлинь сообщила о том, что продукция компании «Тяньши» помогает отрегулировать организм у больных СПИДом. Хочу Вам сообщить об эффективности этой продукции не только у больных СПИДом, но и при целом ряде других инфекционных заболеваний, при иммунодефиците и онкологических заболеваниях.

Приведу несколько фактов из научной литературы.

Национальный институт рака США объявил о том, что спирулина останавливает деление и проникновение в клетки вируса СПИДа.

Другая группа американских ученых установила, что прием спирулины совместно с кальцием останавливает развитие таких инфекций, как вирус герпеса, гриппа типа А, цитомегаловируса и ряда других вирусных инфекций. При приеме спирулины и кальция в больших дозах, не происходит проникновения вирусов в клетки. Спирулина оказалась мощным стимулятором иммунной системы.

Китайские ученые доказали, что пигмент, выделяемый из спирулины, *фикоцианин* стимулирует продукцию белых кровяных клеток - лейкоцитов и лимфоцитов.

В Украине проводились исследования по изучению влияния приема спирулины на детей, которые страдали от употребления продуктов, полученных с радиоактивной почвы. У них возникло иммунодефицитное состояние, плохо синтезировались клетки красной и белой крови, развилась страшная аллергия. Опытной группе детей давали спирулину по 5 грамм 6 недель ежедневно. Дети в контрольной группе получали только обычное лечение. После приема спирулины у всех детей наблюдались значительные улучшения, в контрольной группе улучшений не наблюдалось.

В Индии проводились одни из самых масштабных испытаний по использованию спирулины. 5000 детей из малообеспеченных семей в течение 150 дней получали по 1 г. спирулины. Заболевания глаз снизились с 80 до 10%.

Итак, четыре правила усвоили. Теперь пятое правило.

Пятое правило - отмечаем результат. Фиксируем все, что было, и отмечаем все, что стало.

Почему это важно? Если мы идем к цели, необходимо быть уверенным, что мы двигаемся, а не стоим на месте. Каждое событие фиксируется в головном мозге, но мы не всегда можем по собственному желанию вспомнить все конкретные особенности этих событий. Часто какие-то детали со временем стираются или искажаются, а без точной информации мы рискуем снова и снова повторять одни и те же ошибки. Если не отмечать результат, не расставлять верстовые столбы на нашем пути к здоровью, ветер нашей забывчивости унесет в один из отдаленных уголков нашего сознания весь опыт, который с таким трудом был получен. Результат поблекнет, мы утратим эмоции.

Есть ещё один важный аспект в ведении дневника: сам процесс фиксации результата, само написание требует, чтобы мы собрались с мыслями, ещё раз поразмышляли, проанализировали информацию. Написание дисциплинирует. Если Вы фиксируете на бумаге результат, то автоматически контролируете правильность приема продукции.

Общаясь со многими людьми, я очень часто встречал таких, которые, столкнувшись с проблемами, были похожи на человека, заблудившегося в лесу. Люди просто не знали, что делать, в каком

направлении двигаться.

Но ещё чаще бывают ситуации, когда и цель ясна и возможности есть, но у людей просто не хватает упорства в достижении цели.

Сколько понадобилось упорства для того, чтобы, несмотря на кажущееся отсутствие результата, продолжать пить чай для избавления от варикозного расширения вен. Казалось бы, ну чего проще: встал утром, вместо обычного попил зеленый чай. Все бы так проблемы решать. Простые действия, ничего сложного, но именно простые вещи делать каждый день для многих сложнее, чем сделать что-то выдающееся, но один раз. Легче один раз решится на операцию, чем полгода ждать результата. И я бы наверно тоже решил лучше один раз отлучиться, но удалением того или иного органа, проблема, как правило, не решается. Если удалить желчный пузырь, то к проблеме желчекаменной болезни прибавятся проблемы постхолецистэктомического синдрома. Нарушается пищеварение, серьезно страдает поджелудочная железа и т. д.

А где набраться упорства, терпения? Как не свернуть с пути к здоровью?

Для этого очень важно расставить километровые столбы. Провести черту, отметку, с чего мы начали и сколько прошли. Записать, зафиксировать, что и как у вас, а потом, уже имея точку отсчета, можно будет судить, двигаемся мы к цели или нет. Тогда не будет казаться, что мы стоим на месте. Если цель далека, то расстояние скрадывается. Если проблемы со здоровьем большие, то вполне возможно, что первые сдвиги будут небольшие и не очень заметные. Это уже потом все окружающие будут спрашивать, что с Вами случилось? Почему Вы так хорошо выглядите?

Рассмотрим пример. Гипертоническая болезнь, - поднялось давление. Вы обращаетесь к врачу. Что он назначит? Гипотензивные препараты. Они быстро снижают давление, криз прошел - можно закрывать больничный. А для того, чтобы давление не прыгало, попей, дорогой товарищ, таблеточки. Что происходит? Сосуды из-за отложения холестерина на стенках становятся все уже и уже. Если просвет закрыт наполовину, мы этого не ощущаем, но, если просвет закрывается на 60- 70%, кровь уже с трудом проходит, и, для того чтобы её протолкнуть, сердцу необходимо поднять давление. Таблетками мы искусственно снижаем давление. Помогает это организму? С одной стороны, да, а с другой - проблема остается,

сосуды сужаются, кровоснабжение становится все хуже и хуже. С таблеток пациент постепенно переходит на «уколычки», с «уколычков» - на «гормончики», а потом требуются невероятные усилия, суперсовременные, супердорогие и очень рискованные методы лечения.

Как в этой ситуации действует восточный врач? Он снимет гипертонический криз иголками. Сейчас у нас есть великолепный прибор «Сюе Бао», а в ближайшее время появится ещё один замечательный прибор, благодаря которому каждый из Вас очень быстро и просто снизит давление или снимет головную боль. Проблема решается без всяких лекарств. А затем начинается настоящее лечение. Задача - очистить сосуды от холестерина и вернуть им былую эластичность. Цель ясна. Для этого систематически начинаем прием продукции. С чего надо начинать? Правильно, с очистки? Что при этом потреблять в большом количестве? Верно, воду.

Если Вы перед началом приема продукции хорошо обследуетесь и сдадите анализы крови, то через месяц приема Антилипидного чая «Тяньши» в анализах крови можно зафиксировать изменения таких показателей, как снижение липополипротеинов низкой плотности - плохих липидов - и значительное повышение липополипротеинов высокой плотности - хороших липидов, снижается вязкость крови - гематокрит и т. д. Начинается очистка сосудов от холестерина.

А субъективно, что происходит? Чаще всего люди начинают себя чувствовать лучше. Однако человеку свойственно забывать плохое. И это очень часто мешает им объективно оценить эффективность продукции «Тяньши».

Приходит какая-нибудь бабулька и говорит: «Месяц пью Антилипидный чай, а всё как было, так и осталось». Начинаешь спрашивать:

- Голова болит?
- Нет.
- А раньше болела?
- Да, очень болела.
- Шум в ушах есть?
- Нет. А раньше был.
- Давление сейчас какое?
- 140/80, а раньше было 180/100.

И так далее. Люди не помнят плохого, и кажется, что ничего не происходит. Запишите, что было. Записывайте, что будет. Это дает уверенность в том, что мы на правильном пути. Это даёт пищу нашему оптимизму. Это дает возможность скорректировать при необходимости программу, быстрее и с наименьшими затратами достигнуть цели.

Отмечаем результат. Хотя что-то лучше стало - зафиксируем. Потом, когда сосуды очистятся хотя бы на половину, изменения будут просто разительные, но вы понимаете, что за один день это не произойдет.

У продукции «Тяньши» есть одна особенность.

Вы, наверное, замечали, когда начинаешь читать, для чего принимать ту или иную продукцию, то, кажется, взяли одно и то же и скопировали. Очень многие показания повторяются. Например.

Антилипидный чай применяется:

при заболеваниях сердечно-сосудистой системы;
при снижении иммунитета;
при онкологии.

Хитозан:

при заболеваниях сердечно-сосудистой системы;
при снижении иммунитета;
при онкологии.

Кордицепс:

при заболеваниях сердечно-сосудистой системы;
при снижении иммунитета;
при онкологии.

Кальций, Холикан, Икан, Канли и т.д.

Продукция «Тяньши» действует по многим направлениям. Когда ликвидируется причина, решаются многие проблемы. И это здорово!

Но практически как быть?

Пить все сразу или по очереди?

Конечно, по системе. Начинайте с очистки, потом восполнение, затем восстановление. Можете посоветоваться с опытным врачом, но, главное, прислушивайтесь к себе, к своему организму. Он вам подскажет, что для Вас нужно.

Обращали внимание, как животные дрожат при виде упаковки, кальция, как они выпрашивают этот кальций. А как дети любят спинулину. Если организму что-то надо, он сам подскажет, что ему

требуется.

Слушаем себя. Записываем результат.

Кроме перечисленных пяти правил, благодаря которым человек становится здоровее, принимая продукцию «Тяньши», есть ещё одно.

Шестое. Для некоторых оно может показаться несколько странным. Вроде бы, это ни к чему. Но, как показывает опыт, соблюдение этого правила во много раз повышает вероятность достижения успешного результата в оздоровлении.

Звучит шестое правило так: **«Получаете успешный результат, делитесь им с другими. Рассказываете о «ТЯНЬШИ».** Говорите о «Тяньши» - это очень важно, прежде всего, для Вашего здоровья. Когда человек делится своим богатством с другими, он сам становится богаче. Когда я говорю об этом, у меня перед глазами возникают десятки людей, которые, решив серьезнейшие проблемы со своим здоровьем, со здоровьем своих близких, не утаили это богатство, свои знания и опыт, а поделились этим с окружающими. И сейчас они по настоящему здоровы, и физически, и морально, и финансово.

В Москве живет замечательный человек. Это очень красивая и привлекательная женщина долгие годы работала в библиотеке и получала очень скромную зарплату. Дожив до пенсии, она продолжала работать, так как жить на ту небольшую пенсию, которую она получала, очень сложно. И вот, достигнув возраста 69 лет, она серьезно заболела. Более серьезные проблемы со здоровьем возникли у её мужа, который значительно старше её.

Знакомая история? Часто такое случается у нас? Часто. И конец этой истории для многих очевиден. Все бы было как обычно, если бы... Если бы она не встретила компанию «Тяньши». И произошло чудо. Иначе я назвать это не могу. Была поставлена цель - не сдаваться. Цель-здоровье. Систематическое потребление продукции, не сразу, но поправило здоровье не только у неё, но, и у её супруга, а когда она стала делиться полученными результатами с другими, то жизнь преобразилась. Сейчас спустя пять лет, этой веселой, красивой, жизнерадостной женщине никто не даст тех лет, что она прожила. На праздниках она лихо отплясывает самые быстрые танцы. Она путешествует по всему миру. Её структура насчитывает несколько тысяч человек, а она, дистрибьютор с 8 звездами, недавно в Малайзии получила в подарок машину БМВ.

Для того, чтобы говорить о результатах, не обязательно ждать месяцы и годы, когда они появятся. Очень часто результат можно получить быстро, и не надо об этом молчать.

Сейчас появились у нас новые замечательные «жевательные таблетки, приятные для горла». Именно так звучит перевод продукта, который мы все называем Прополис. Жевать их не надо, их необходимо рассасывать. В них входит кроме прополиса экстракт репейника и витамин С. О пользе прополиса Вы, наверное, уже знаете, а вот репейник называют растением певцов». Он очень хорошо восстанавливает работу голосовых связок. При гриппе, ОРВИ, фарингитах, бронхитах, стоматитах, ангинах, пародонтозе и всех прочих проблемах в носоглотке он помогает очень хорошо. Я подарил одному учителю 10 таблеток прополиса. У него першило горло и сел голос. Через неделю мало того, что он у меня купил целую упаковку прополиса, так и половина учителей его школы пришли покупать этот препарат. Почему другие учителя решили купить прополис? Потому, что первый учитель, восстановив голос, заговорил, запел песню благодарности «Тяньши».

Кроме местного, прополис оказывает и мощное общее воздействие. Его очень хорошо применять при снижении иммунитета, при воспалительных заболеваниях суставов и внутренних органов, заболеваниях желудка, почек, печени и поджелудочной железы, при воспалительных заболеваниях женских органов и т.д.

Есть такое хорошее слово «Гармоничность». Чтобы быть здоровым и счастливым, мне кажется, надо быть, прежде всего, гармоничным. Рассказывая другим о своем успехе, Вы становитесь лучше, вы помогаете другим и потихоньку делаете и себя, и этот мир вокруг нас ГАРМОНИЧНЕЕ.

Сейчас вы знаете 6 правил, благодаря которым Вы становитесь здоровым, принимая продукцию «Тяньши».

Ещё раз повторим:

1. Ставим цель здоровье.
2. Системный подход - принимаем продукцию постоянно.
3. Начинаем с очищения.
4. Пьем много хорошей воды.
5. Отмечаем результат.
6. Делимся результатом с другими. Говорим о «Тяньши».

Простые правила, простые шаги.

Быть больным или здоровым - это вопрос выбора, а не обстоятельств.

Полноценная жизнь и ощущение счастья приходят от абсолютно замечательного самочувствия. Ваши мысли освободятся, ощущения станут ясными и глубокими, и Вы будите петь от радости. Вы начнете любить мир, вселенную и все в ней. У нас есть шанс для новой счастливой жизни.

Здоровья Вам всем!

Пища, БАДы и лекарства. Что важнее? Что нужнее?

Егоров А.И.

Научный консультант Российского
регионального управления корпорации
«Тяньши»

Кандидат медицинских наук.

Очень часто различные люди начинают сравнивать и противопоставлять лекарства и БАДы. Спорить, что лучше? Чем эффективнее лечить ту или иную болезнь? Одни утверждают, что от лекарств один вред, а другие, не менее горячо, говорят, что БАДы - это обман и т. д. Я считаю такие споры просто некорректными. У лекарств есть одна определенная область применения, у БАДов другая. Одни создаются для решения одних задач, другие для решения других задач. Это все равно, что спорить, что лучше «Жигули» или КАМАЗ. Для того чтобы переехать из одного города в другой лучше легковые «Жигули», а для того, чтобы на стройку привести кирпичи лучше использовать КАМАЗ. Так и лекарства созданы для решения вполне определенных задач - лечения болезней. Они нужны и благодаря лекарствам спасено множество людей. Когда человеку плохо - нужна быстрая скорая помощь.

Биологически активные добавки к пище (БАДы) созданы для восполнения недостающих «стройматериалов на стройке» организма, это, как правило, «медленный грузовик» с «кирпичами». Конечно, бывает так, что медленные БАДы могут оказать большую пользу при решении отдельных проблем со здоровьем, чем лекарства, и, наоборот, лекарства часто содержат элементы БАДов. Многие врачи даже не задумываются, что назначая такие лекарственные средства как эссенциале (фосфолипиды), кокарбоксилазу (витамин В₁), панангин (калий и магний) и т. д., они фактически назначают БАДы. Бывает, что некоторые лекарственные препараты сертифицируют, как БАДы (это быстрее и проще). Однако, в целом, это разные продукты для разных целей. Области применения этих двух видов продукции в значительной части перекрываются и для решения

определенного круга проблем можно использовать и то и другое.

БАДы находятся в промежутке между продуктами питания и лекарствами. Это, как правило, уже не просто пища, но ещё не лекарство. Условия жизни и питания современного человека в корне отличаются не только от тех, к которым много тысяч лет готовила нас эволюция, но даже от тех, в которых мы жили ещё несколько десятилетий назад. Структура и содержание пищи даже на протяжении одной жизни претерпели колоссальные изменения. К сожалению, этого многие не замечают, но мы стали употреблять гораздо больше вываренной, высушенной, замороженной, замаринованной, рафинированной пищи быстрого приготовления, и значительно меньше грубых, сырых, богатых витаминами и минералами продуктов. Если сравнивать состав пищи той, что мы сейчас употребляем и той, что была ещё совсем недавно, то анализы просто шокируют. Например: в каждых 100 г говядины в 1963 году содержалось 40 МЕ витамина А, а к 1992 году там его уже **совсем не осталось**; содержание железа за тот же период сократилось на 36% и т.д. Особенно катастрофически падает содержание кальция в продуктах питания, так капуста, один из основных источников этого минерала в России, за те же 30 лет потеряла **85%** его содержания (Пилат Т.Л., Иванов А.А. «Биологически активные добавки к пище» М. 2002 г.). В связи с этим, значительно изменилась структура заболеваемости и характер болезней. Остеопороз и другие заболевания, связанные с дефицитом кальция, приняли характер эпидемии, а от недостатка железа страдает каждый второй житель планеты.

Накопленный международный опыт свидетельствует о том, что практически невозможно достигнуть быстрой коррекции структуры питания традиционным путем: за счет расширения объемов производства и расширения ассортимента продовольственных товаров. Какой бы у вас не был большой кошелек, и какой бы богатый рынок вы не посещали, в настоящее время невозможно обеспечить полноценное питание, используя только продукты. Недостающие в питании компоненты из естественных источников необходимо получать в концентрированном виде и употреблять их вместе с пищей.

Для решения этой задачи были созданы биологически активные добавки к пище (БАДы). Суть их состоит в том, что по внешнему виду они часто похожи на фармацевтические препараты

(таблетки, капсулы, порошки и т.д.), а по содержанию и возможности их массового применения всеми слоями населения - к пище. Такие продукты являются источниками дефицитных в питании веществ, в том числе, и регуляторов функций органов и систем человеческого организма. Они, за счет новых технологий, в небольших объемах содержат то, чего не хватает в рационе современному человеку. Фактически, БАДы - это отдельная группа продуктов, которые играют важную роль для поддержания здоровья, помогают предотвратить и лечить заболевания. В связи с этим, они приближаются к лекарствам.

Области использования пищи, БАДов, и лекарств можно сравнить со светофором (рис.1).

Зеленая самая большая область - это пища. Без неё никак нельзя. Каждый день по нескольку раз мы едим, и от этого никуда не деться.

Желтая область - это БАДы. Мы вынуждены восполнять дефицит необходимых компонентов, употребляя добавки. Для многих проблема состоит в том, что если мы не пообедали, то организм вскоре напомнит нам, что нужно есть, а вот если мы с обедом не получили необходимых нам микро- и макроэлементов, витаминов, незаменимых аминокислот и незаменимых жирных кислот, то мы не всегда услышим свой организм.

Дефицит необходимых компонентов в питании очень часто не ощущается нашим сознанием, но проявляется вначале снижением работоспособности, вялости и т.д., а затем выливается в различные заболевания.

Когда, возникает болезнь, загорается красный цвет - нужны лекарства.



Рис. 1. Области применения лекарств, БАДов и пищи.

Для того чтобы лучше представлять сходство и различие между пищей, БАДами и лекарствами рассмотрим представленную таблицу 1.

Таблица 1 - Сравнительная характеристика пищи, БАДов и лекарств.

	Пища	БАДы	Лекарства
Назначение	Естественное питание	Источник недостающих в питании веществ	Лечение болезней
Сырье	Природное (как правило)	Природное (как правило)	Химическое и природное
Степень технологической переработки (очистка, сушка, консервация и т.д.)	Как правило, незначительная, без изменения природной структуры продукта	Как правило, значительная, без изменения природной структуры	Высокая степень очистки
Содержание химических веществ	Незначительное	Незначительное	Почти полностью химические соединения
Состав	Многокомпонентный природный	Многокомпонентный, как правило, природный	Химический или природный после тщательной очистки
Потребление населением развитых стран	100%	60-80%	15%
Регулярность приема	Каждый день	Почти постоянно, возможны перерывы	При заболеваниях
Воздействие	На весь организм, через его физиологические механизмы	Как правило, на весь организм через его физиологические механизмы	Как правило, на отдельные органы и системы, через нефизиологические и нехарактерные природе механизмы
Специфичность воздействия	Широкий спектр реакций благоприятных для здоровья	Широкий спектр реакций благоприятных для здоровья	Избирательное воздействие, возможны неспецифические токсичные реакции
Сила воздействия	В пределах физиологической нормы	В пределах физиологической нормы	Эффект может выходить за пределы физиологической границы

Вероятность осложнений	Незначительная	Незначительная	Высокая
Назначает прием	Человек сам себе выбирает пищу	Самостоятельно или после консультации у врача	Врач или под контролем врача
Оздоровительный эффект	Медленный, но продолжительный	Медленный, но продолжительный	Быстрый, но кратковременный

Принцип светофора четко показывает, что можно, а что нельзя.

Источниками для производства пищи и БАДов, как правило, служит естественное природное сырьё, для производства лекарств, в подавляющем проценте случаев, химические соединения. Если лекарства получают из природного сырья, то получаемые действующие соединения подвергают высокой степени очистки. Степень технологической переработки при производстве БАДов может быть тоже значительной, однако редко производители стараются получить химически чистое соединение. Благодаря многокомпонентному составу эффективность продукта часто повышается. Например, природный каротин (провитамин А) благодаря небольшой примеси каротиноидов, значительно эффективнее синтезированного химическим путем каротина.

И в лекарства, и в БАДы часто входят одни и те же компоненты из лекарственных трав, однако их концентрация в БАДах как минимум в три раза ниже, чем в лекарствах. Одним из основных критериев отнесения того или иного продукта к БАДам является то, что эффект от приема не должен превышать пределов физиологической нормы. Это не значит, что БАДы менее эффективны. Во-первых, они рассчитаны на длительный прием (часто, лучше понемногу, но дольше, чем сразу и много). Во-вторых, за счет сложного состава и комплексного воздействия очень часто наблюдается потенцирующий эффект, т.е. действие одного компонента усиливает действие другого. Например, в Вейкане относительно небольшое содержание витамина Е по сравнению с фармацевтическими препаратами. Однако, за счет того, что это природный витамин из масла ростков пшеницы, и что в продукт добавлен лецитин, эффект от приема Вейкана очень высокий.

Если следовать здоровой логике, лекарства нужны только в случае болезни, когда необходимо спасти жизнь и здоровье пациента.

Постоянно принимать лекарства это опаснее, чем переходить дорогу на красный цвет светофора. Так же как при нарушении правил дорожного движения, так и при нарушении законов здоровья, рано или поздно возникнут неприятности. Только поймите меня правильно, я вовсе не призываю всех больных немедленно прекратить прием всех лекарств. Очень многим они, к сожалению, жизненно необходимы. Но задуматься над тем, как постепенно сократить их прием, и благодаря альтернативным не медикаментозным методам уйти от их зависимости, пожалуй, должен каждый. Во всем мире поняли, что профилактика гораздо эффективнее, чем лечение. Расчеты показывают, что один рубль, вложенный в профилактику, экономит 20 рублей на лечении. В США в настоящее время БАДов продается на сумму, в 6 раз превышающую сумму, получаемую от продаж лекарств. Рынок БАДов гораздо больше, чем рынок лекарств.

Пища и БАДы воздействуют на весь организм через физиологические механизмы, вызывая широкий спектр, благоприятных для здоровья реакций. При этом человек сам выбирает себе пищу и необходимую добавку к ней. Вероятность возникновения осложнений незначительная. Напротив, при приеме лекарств эффект может выйти за пределы нормальной реакции организма, высока вероятность возникновения осложнений от приема лекарств и назначать их себе без консультации у врача очень опасно. Лекарства, как правило, рассчитаны на кратковременный прием. Только для того, чтобы «потушить пожар». БАДы применяются длительно, некоторые постоянно, и рассчитаны они, главным образом, на построение «крепкого несгораемого здания здоровья». В нашем организме около 60 триллионов клеток, 98-99% из которых ежегодно обновляются. «Кирпичи» для стройки нужны постоянно.

Лекарства имеют четко выявленную точку приложения - воздействуют на тот или иной орган или систему. Эффект от приема лекарств четко определен, ярко выражен и хорошо изучен. Поднялось артериальное давление, принял атенолол - давление через несколько минут снизилось. При приеме БАДов не все так быстро и однозначно. БАДы, как правило, воздействуют на весь организм в целом. Не всегда можно четко определить, что и как работает. Регулируя работу органов и систем, одна и та же добавка может при повышенном давлении его снизить, а при пониженном давлении его

поднять (например, Антилипидный чай «Тяньши»). Однако, следует помнить, что БАДы – это не лекарства, они как правило действуют медленно, и если у человека гипертонический криз, то нужны лекарства, а не БАДы.

Пищу и БАДы в отличие от лекарств, сложно передозировать, и они сочетаются с лекарствами и другими БАДами. Прием лекарств, как правило, не исключает прием добавок. Больше того, грамотный врач, наоборот, при назначении лечения лекарственными препаратами, назначает диету и БАДы для усиления эффекта лечения и укрепления здоровья. Не медикаментозная терапия в комбинации с лекарственной способствует снижению дозы принимаемых лекарств и, тем самым, уменьшает риск их побочного действия. Прием БАДов можно сочетать с фито- и гомеопатическими препаратами. При этом необходимо помнить, что добавки обладающие сорбционными свойствами (хитозан, двойная целлюлоза и т.п.) могут при одновременном приеме нейтрализовать или значительно снизить эффективность лекарств и других БАДов. Поэтому эти продукты необходимо принимать за два часа до или через два часа после приема лекарств.

Лекарственные препараты в основном направлены на устранение последствий заболевания, симптомов болезни, а БАДы, воздействуя на течение обменных процессов организма, в большей степени направлены на устранение причин заболевания.

Вернемся к вопросам, вынесенным в заголовок статьи. Что важнее? Что Нужнее? Все нужно, и все важно. Без пищи все прекрасно понимают, долго не протянешь. Без БАДов можно прожить гораздо дольше, но тогда возникают болезни, и «загорается красный цвет» человеку срочно нужны лекарства. Чтобы избежать болезни или избавиться от неё, если она уже возникла, необходимо правильно питаться в широком смысле слова, т.е. употреблять все необходимые для здоровья компоненты, и без БАДов здесь не обойтись. Не забывайте старой житейской мудрости, доставшейся нам от наших бабушек. «Хочешь быть здоровым - питайся правильно», тогда и лекарства не понадобятся.

Об авторе

ЕГОРОВ Алексей Иванович - врач-исследователь по проблемам здорового питания, кандидат медицинских наук, Научный консультант Российского регионального управления корпорации «Тяньши», окончил Горьковский государственный медицинский институт. Закончил Московскую юридическую академию. Имеет большой опыт в разработке и внедрении различных лечебных и профилактических препаратов. Автор более 40 научных работ и ряда изобретений. Участник международных конференций, посвященных проблемам профилактической медицины. В течение нескольких лет сотрудничает с корпорацией «Тяньши». Являясь профессиональным лектором корпорации «Тяньши», постоянно выступает с докладами по использованию продукции «Тяньши», продвижению бизнеса и юридическим вопросам в различных городах России и Белоруссии перед широкой аудиторией. Является постоянным участником ежегодных международных конференций врачей по Интегральной медицине.

Для заметок

Содержание

1.	Стратегия здоровья	1 стр.
2.	Пища, БАДы и лекарства. Что важнее? Что нужнее?	30 стр.