



МАРИЯ ТРЕБЕН



БИЛКИ ОТ ГРАДИНАТА НА ГОСПОД

*Полезни съвети от моята
Библия на билките
за здраве и благополучие*



с е р и я • з д р а в е •

Драги читатели,

Преди почти десет години се появи първото издание на книгата ми „Здраве от аптеката на Господ“. Бях поразена от успеха и отзвукът в цял свят. Изпълни се съкровеното ми желание да направя достъпно за колкото може повече хора цялото си познание за билките от градината на Господ. Но радостта ми беше донякъде помрачена. Книгата промени напълно моя живот и подложи мен и семейството ми на голямо напрежение.

Аз понасям редовно остри и невинаги коректни нападки от страна на лекарското съсловие и фармацевтичната индустрия. Тук искам още веднъж ясно да заявя, че не бих си позволила да съветвам никого да пренебрегва лекарите. Без лекарска консултация ненужно бихте изложили здравето си на опасност. Дори ви препоръчвам да споделите с вашия лекар, ако прибегвате до билки, защото той трябва да знае какво правите. Само ако вашият лекар се обяви против билките, това би разклатило доверието ви в него. Защото ако изобщо може да се говори за неразбирателство между лекар и пациент, то обикновено е породено от факта, че много медици твърдо отказват да признаят целебната сила на билките. Дори безусловните лечебни успехи не могат да ги убедят, понеже никой не знае отговора на въпроса „защо“. Самата аз също знам само, че билките помагат и как помагат, но не и защо!

И тъкмо по този въпрос пред медицината и фармацевтиката се разкрива голямо и благодатно поле за изява. Защо никой не влага пари в проучването на причините, поради които билките помагат така убедително и надеждно? Защо вместо това сякаш се доверяваме на химията и продължаваме да се въртим в този омагьосан кръг от вредни вещества, които се съдържат в изкуствено наторяваните хранителни продукти и причиняват болести, срещу които водим борба отново чрез химия и децата ни страдат от последиците?

Все още не съм изгубила тази неравна битка. Това беше и причината да напиша нова книга – „Билки от градината на Господ“, която държите сега в ръцете си. През последните десет години познанията ми за лечебните треви се обогатиха, натрупах опит с нови билки, получих хиляди благодарствени писма и по време

на многобройните лекции се запознах с практическите проблеми при билколечението. В тази книга записах резултата от всички мои преживявания.

Надявам се, че съм постигнала целта, която си поставих: да напиша практичен, полезен, достъпен наръчник за цялото семейство.

Ето защо съдържанието е подредено по заболявания и под всяка ключова дума следват всички указания и съвети, всички рецепти и приготвянето им и подбор от утвърдени домашни средства. Бих се радвала, ако съветите ми в тази книга за здраве и благополучие са толкова изчерпателни и разбираеми, че вие, скъпи читатели, откликнете на молбата ми да не ме посещавате, да не ми поръчвате билки и да не ми телефонирате!

Защото всичко, което знам, е в тази книга!

Грискирхен, май 1986 година

Госпожа Мария Требен умира на 26 юли 1991 г. на 84-годишна възраст.

Гробът ѝ се намира в Грискирхен, Горна Австрия.

Кратък пътенпоказател през билковата градина на Господ

Съдържанието на книгата е подредено практично, в основни глави, по азбучен ред на болестите. Ето защо подробният индекс е излишен. Структурно книгата е разделена на следните глави:

I. Лечебните билки от градината на Господ / 13

Изброяване по азбучен ред на билките, с цветни илюстрации и указания, къде растат, как изглеждат и кога лечебната им сила е най-голяма. В допълнение някои практични забележки относно събирането, изсушаването и съхраняването на билките.

II. Профилактиката – по-добра от лечението / 49

Под това заглавие са обобщени всички лечебни курсове с чай и за детоксикация, чието прилагане укрепва защитните сили на организма.

III. Лечебни билки във всекидневието / 55

В тази глава по азбучен ред са представени всички болести, от „Акне“ до „Язви по венците“, които човек може да лекува със средства от домашната аптека или с медикаменти, отпускани без рецепта.

IV. Вярата премества планини / 187

Отново по азбучен ред в тази глава са посочени всички болести, от А до Я, за чиято диагноза и лечение трябва задължително да се потърси лекарска помощ!

V. Примери, които вдъхват кураж / 371

Малък подбор от писмата, които достигат до мен и които описват колко успешно са помогнали билките от градината на Господ.

За практическата употреба

Под всяка ключова дума за болест ще намерите билките, които помагат, и начина им на употреба. Ако са посочени няколко вида чай, без да е указано в каква последователност да се пият, може да изберете този, който ви понася най-добре, или онзи, билките за който имате или можете сами да си наберете.

Макар че повечето тинктури и мехлеми се продават в аптеките, магазините за здравословни храни и билковите магазини, аз всеки път описвам подробно как се произвеждат. Защото готовите естествени продукти са скъпи и не се поемат от гържавната здравна каса. Билките растат на воля в природата, създадена от Бог, и не струват нищо освен малко време за тяхното приготвяне – цена, която здравето ни заслужава да платим.

Бруталният закон на нашето благоденстващо общество на изобилието, сведено от циниците до кратката формула „Защото си беден, трябва да умреш по-рано!“, не важи в градината на Господ!

Разпознаване на билките

Когато се впускате в търсене на билките от градината на Господ, правите голяма услуга на вашето здраве. Защото се движите далеч от гъсто населените зони и оживените пътища, на открито, сред природата. Постепенно ще усетите колко благотворно се отразяват тези продължителни разходки върху организма ви, който буквално е копнел за тях. Ако за първи път се занимавате с билки, отначало трябва да се ограничите до изследването на природата. Търсете на описаните места билките, определяйте растенията и по този начин опознавайте близката до вас околна среда. Който не се доверява на собствената си преценка, нека да участва в походи за събиране на билки и екскурзии под вещото ръководство на компетентни лица, за да натрупа практически опит. Тук не става дума толкова за опасност за собственото здраве – за разлика от брането на гъби*, колкото за опазване на природата. Много лечебни растения попадат под разпоредбите на Закона за защита на природата, а някои билки приличат на лековитите и се бъркат с тях, но всъщност са безполezni и не бива да се берат напразно. Едва когато сте сигурни, че умеете да различавате растенията, може да пристъпите към събирането им.

* Рускът от отравяне с гъби е по-голям, но макар и сравнително рядко, се срещат силноотровни тревни и храстови видове и е важно ги познавате. – Бел. конс.

Събиране на лечебните билки

Пресните билки, чиято лечебна сила превъзхожда тази на изсушените, се събират от края на февруари до края на ноември. При мека зима сред природата се намират дори широколистни и теснолистни живовляк, еньовче и жълтениче (змийско мляко). По възможност билките трябва да се берат в слънчев ден не само защото при такова време разходката е по-приятна, а защото тогава лечебната сила на растението е най-голяма. Освен това внимавайте растенията да са расли на незамърсени места и далече от натоварени транспортни пътища и промишлени обекти. Стъблата им се отрязват най-малко на разстояние два пръста от земята и не се изкореняват! Най-добре е да ги събирате в плетена кошница. Найлоновите пликове не са подходящи. И още един съвет: събирайте билките с мярка!

Съхранение на билките

По възможност използвайте билките пресни. Умереното, да се нагяваме, излишно количество се съхранява в запас. Билките се нарязват на ситно и без да се мият – ето защо трябва да се събират от незамърсени места в природата – се сушат. За целта се разстилат върху чисти кърпи или опаковъчна хартия и се сушат на сенчесто и проветриво място. Щом билките изсъхнат напълно, се насипват и съхраняват в картонени кутии, книжни кесии или тъмни буркани. Неподходящи за съхранение са тенекиени кутии, пластмасови съдове и торбички. Сушените билки могат да се използват за приготвянето на чай в продължение на цяла година. По-дълго съхранявани остатъци могат да се използват за билкови бани.

Важно указание!

Ако предложените рецепти, чайове, тинктури и бани нямат нужния ефект, трябва да се използва махало или радиестезична пръчка и да се изследва жилището и работното място за геопатични полета. По този начин се установяват местата, където няма излъчване, за да се постави там например леглото или бюрото и така пациентът да не е изложен дълго на неблагоприятното лъчение.