

Здоровье.

Полынь, это по латыни, а предки называли Молодил.



Про зубной порошок, горшок, кофе и про другие полезные хитрости.

Методы «чурка» и «маятник». Полуземлянка.

Кризис среднего возраста 48-55 лет.

Суть в мелочах. Этому не учат в школе.

Редакция «Маяк». Выпуск 1с.



Эта презентация для тех, кто думает головой.
В первую очередь это касается морских Капитанов,
ведь даже при наличии врача, Капитан ответственен
За утверждение диагноза.

Девиз: Ответственность за Ваше и наше Здоровье...

Подготовил IAMaster Тунин М.А. Август 2019 года.



Работа посвящается Капитану Мекшун Александру Ивановичу (по матери Краснову).





Моряки пьют много кофе.

Я и сам любил после крепкого кофе закурить сигарету. Табакокурение (паслёновые), как нам говорят, ввёл Пётр 1. Белены объелся, куриная слепота это всё про паслёновые и их вред. Исследователи пишут, что паслёновые стирают память. А что курили раньше? Курили полынь (название по латыни), а раньше полынь называли молодил (а не вдовья трава и не чернобыльник). Не ищите молодил-траву в поисковике. Полезную информацию зачищают и в памяти и в сети.

И снова Тарас Бульба.

Но из литературы можно почерпнуть, что Тарас Бульба из-за оброненной люльки жизнь потерял. А в люльках курили молодил (полынь). Мне врач сказал, что курение полыни расширяет сознание, но я всё-таки попробовал и никакого расширения сознания не увидел.

Полынь, это по латыни, а предки называли Молодил.

Почему предки так называли эту траву? Мне Капитан-наставник сказал, что различают 12 видов молодил-травы (полыни), но самая зелёная из всех и есть самая полезная. Но на себе это я не проверял, только к. на реке Хара (ныне Ахтуба) распространена полынь (молодил) серебристо-зелёного цвета.





КАК СДЕЛАТЬ ЗУБНОЙ ПОРОШОК ЗА 1 МИНУТУ / ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЙ МЯТНЫЙ ЗУБНОЙ ПОРОШОК.

[HTTPS://YOUTU.BE/XJFG0UAVVNG](https://youtu.be/xjFG0uAvvng)



Почему вредна зубная паста (включая фтор и хлор) сами почитаете на сайтах...

Личный опыт.

Сам я покупаю такой мятный порошок и добавляю в него немного пищевой соды. Подходит ли мне именно эта пищевая сода – проверяю маятником.

Лечение рака пищевой содой.

В интернете предлагают лечить содой рак, забыв указать про качество соды. Продукты тоже проверить на пригодность именно для Вас легко маятником. Маятник, это нитка и груз.

Важно: примерно полчаса после еды зубная эмаль разжижена, сразу после еды чистить зубы не надо...

Если уж очень хочется лучше прополоскать после еды рот солёной морской водой, а уж попозже почистить зубы. Этого даже не всякий стоматолог подскажет (мы подскажем).





НЕ ОТ ХОРОШЕЙ ЖИЗНИ ЛЮДИ САМИ ИЗГОТОВЛЯЮТ.

КАК СДЕЛАТЬ ЗУБНОЙ ПОРОШОК НА ОСНОВЕ ГЛИНЫ, СОДЫ, НАТУРАЛЬНОЙ СОЛИ, СПЕЦИИ И
ЭФИРНЫХ МАСЕЛ.

[HTTP://HAPPYANDNATURAL.COM/KAK-SDELAT-ZUBNOJ-POROSHOK-DOMA/](http://happyandnatural.com/kak-sdelat-zubnoj-poroshok-doma/)





Зубной налет и зубной камень могут стимулировать развитие зубной патологии

- **Зубной налет** вырабатывает токсины (аммиак, лактат, индол и др.), которые могут вызывать воспаление десны – **гингивит**.
- **Зубной камень**, разрушая зубодесневое соединение, способствует распространению инфекции в глубь тканей пародонта, а именно возникновению такой патологии как:
- **Пародонтит** – воспаление тканей пародонта, сопровождающиеся деструкцией десны, периодонта и зуба.
- **Пародонтоз** – дистрофическое поражение всех элементов пародонта.

<http://mrmarker.ru/p/page.php?id=4739>



Для ленивых – можно купить.

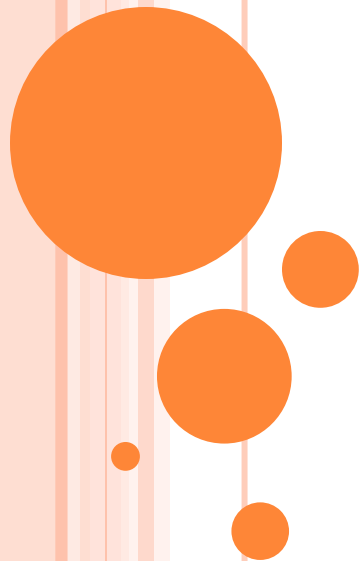
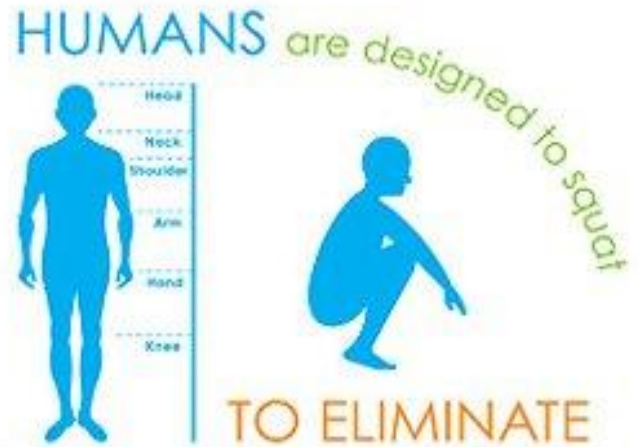
Зубной порошок Яровит, 40 гр, Макошь



<http://my-ecoshop.ru/zubnaya-pasta-ayur-vedicheskaya-kamennaya-sol--aktivirovannuyu-ugol-black-100-gr-ayur-plyus-indiya/>



Этому не учат.



GOTTA STAY HEALTY!



Чтобы так усесться нужно подставить специальную скамеечку. Вот как этот мужичок. Только трусы не забудьте снять. И газета необязательна.

Как правильно сидеть на унитазе.

www.bolshoyvopros.ru/questions/426929-kak-pravilno-sidet-na-unitaze.html

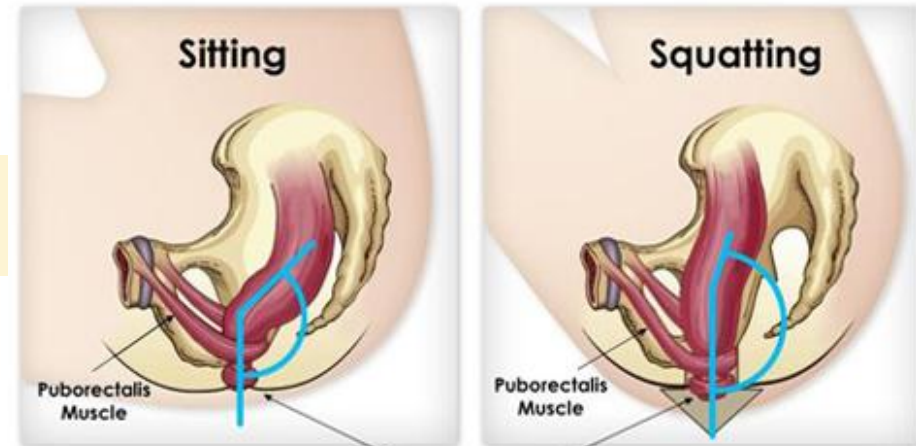


GOTTA STAY HEALTY!



Как правильно сидеть на унитазе

Аноректальный угол



Sphincter
Squatting is the only natural defecation posture



НЕПРАВИЛЬНО



ПРАВИЛЬНО



Прежде, чем сесть на унитаз, туалетной бумагой протрите сиденье и эту бумагу бросьте на воду, что бы потом не брызгало.

Суть в мелочах. Чистота залог Здоровья.

Искал где же остались Золотые Сечения, пропорции и размеры. Нашёл в магазине унитазов, там соблюдены размеры от Зодчих, чтобы дерьмо резонировало во все стороны. Только тут не забыты секреты древних Архитекторов. По причине отстранения от нечистот в древних зданиях туалет был вынесен наружу (на 17,5 м или 35 м – дистанция чистоты, точнее отстранения от грязи).

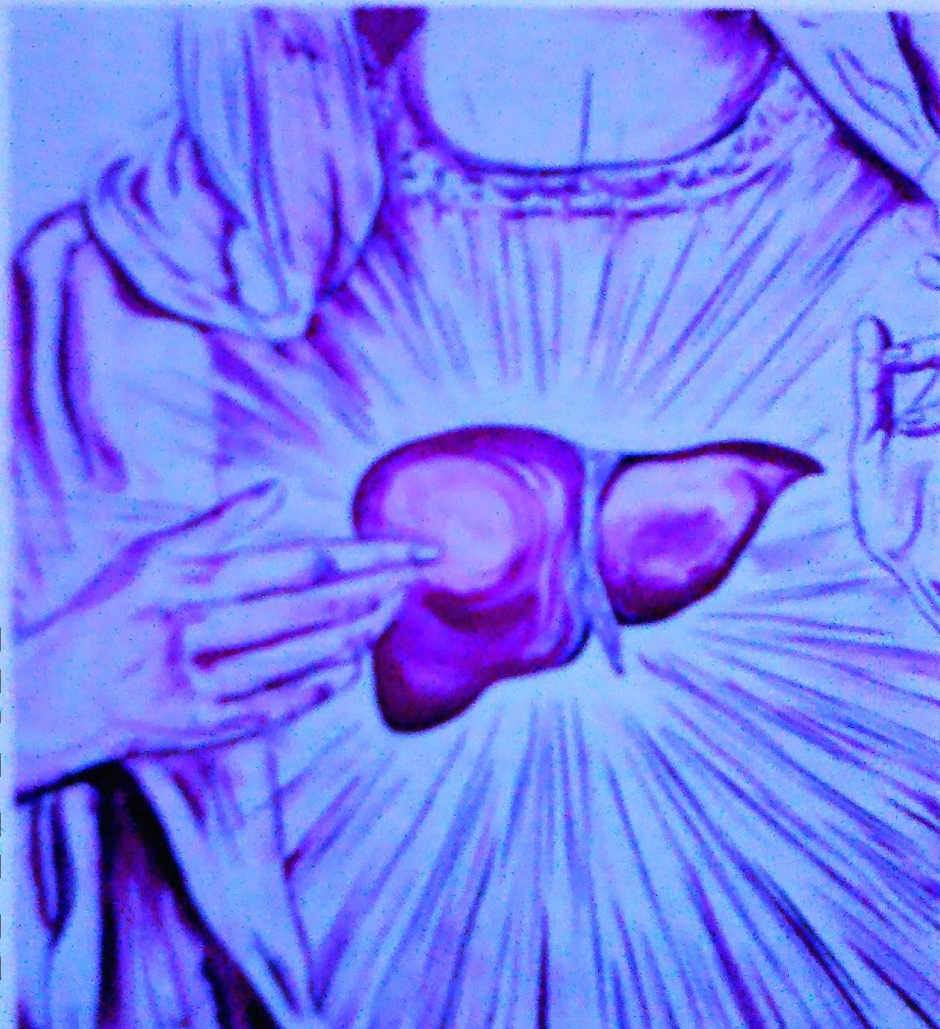




Берегите печень,
не губите её
алкоголем и
кофе.

2. attēls

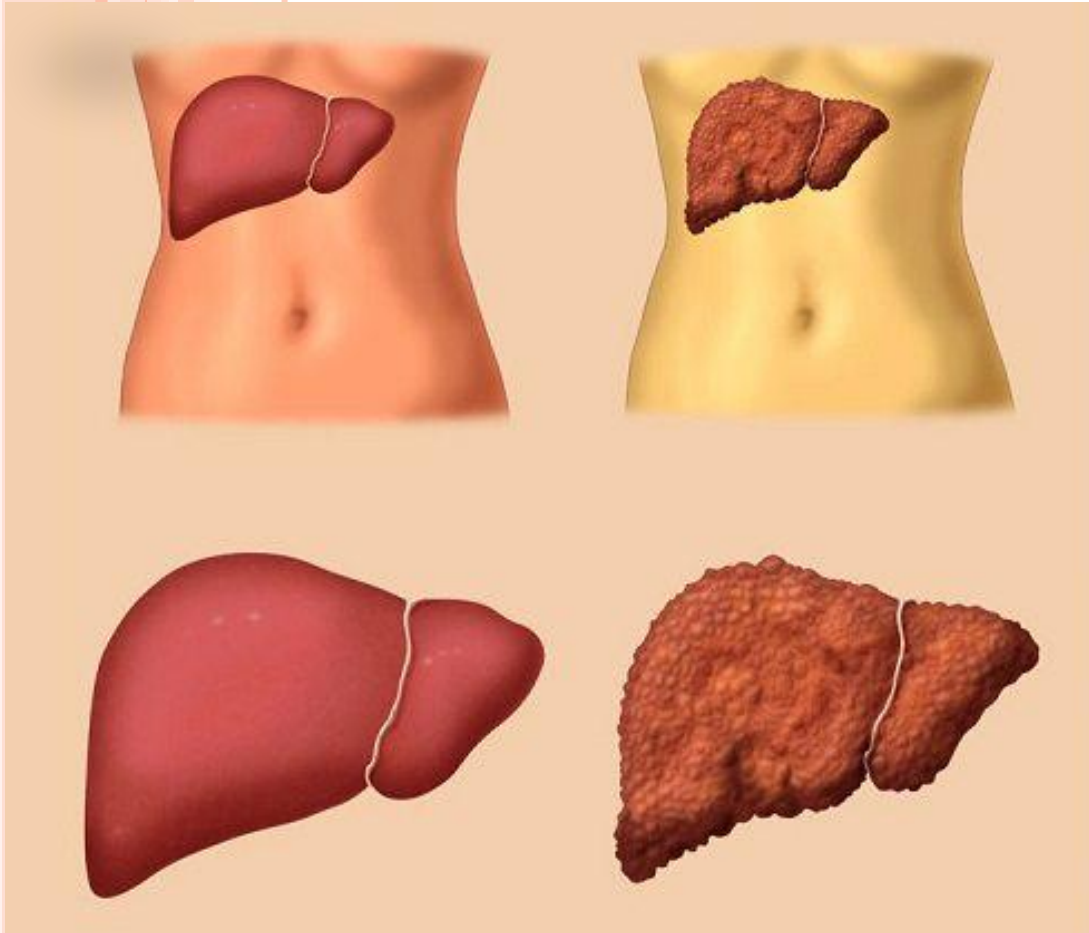
Kristiana Brektes gleznas Svētā
akna fragments no projekta
*Perspektīvas – māksla, aknu
slimības un es (2014)*



2019 06 28

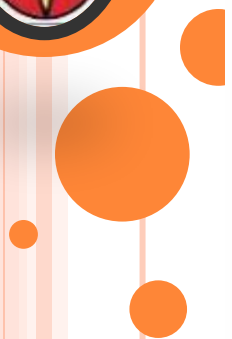
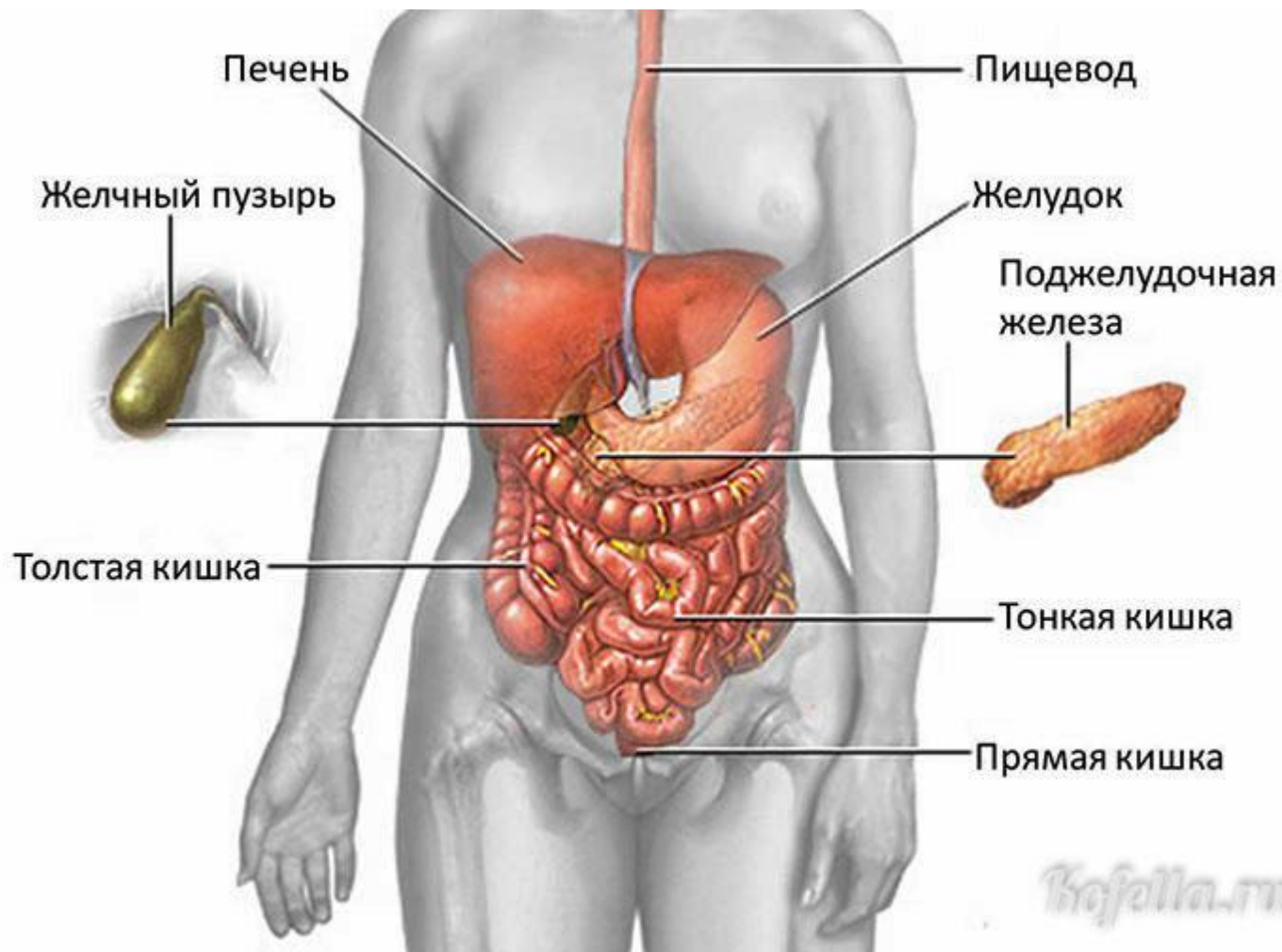


Печень и кофе.





Поджелудочная железа и кофе.





Иван Павлов – имя, которое не только широко известно в узких кругах, но известно любому обывателю. Однако далеко не все знают, что именно он одним из первых начал изучать свойства кофе. Его исследования показали, что чрезмерное употребление этого напитка может стать причиной:

нервного истощения;

сбоев в работе ЖКТ;

зависимости;

сбоев в работе сердечнососудистой системы;

обезвоживания;

ухудшения состояния ногтей, кожи, волос.





Я лично добавляю в кофе сушёные корочки граната, они хорошо способствуют проталкиванию вредных веществ из организма. А также добавляю немного сушёной полыни. Иногда запиваю кофе питьевой водой, как это любят греки (жреки).

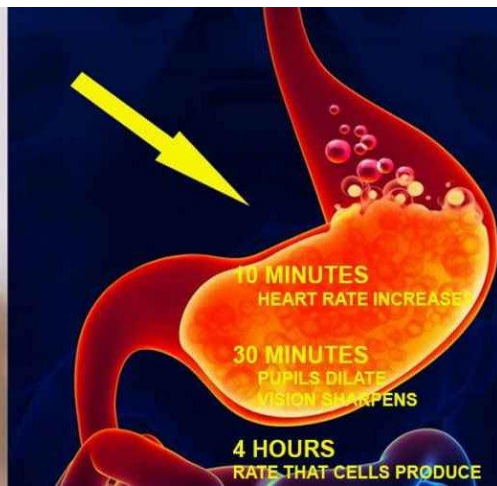
Почему кофе подают с водой.

Вода усиливает вкус кофе, он кажется вкуснее. Освежающая влага очищает вкусовые рецепторы во рту. Каждый последующий глоток напитка будет таким же ярким и насыщенным, как первый. Вода способствует уменьшению выработки соляной кислоты в организме. Для тех, у кого изжога от кофе или нельзя пить на голодный желудок — это настоящее спасение.

Стоматологи утверждают: у кофеманов образуется темный налет на зубах. После кофе надо пить воду, чтобы пигмент не впитывается в эмаль.

Не секрет — кофеин повышает давление. Глоток прохладной воды снижает его концентрацию в организме.

<https://f.ua/articles/pochemu-kofe-pyut-s-vodoj.html>



Желудочно-кишечный тракт

В состав кофе входят вещества, которые повышают кислотность. Это, в свою очередь, может стать причиной язвы, заболеваний печени и поджелудочной железы.

Влияние на организм

Главным негативным фактором постоянного употребления кофе является возникновение зависимости. Об этом мы уже говорили ранее. Кофе фактически становится наркотиком, и человеку все время приходится увеличивать дозы. Однако, если вы решите избавиться от этой зависимости, не делайте «резких движений», снижайте количество выпитого напитка и его крепость постепенно.

<http://www.kaffein.ru/vred.shtml>

ВРЕД КОФЕ:

10 причин
немедленно перестать
его пить

1. Кофе может негативно повлиять на вашу способность иметь детей.
2. Кофеин мешает усваиваться витаминам и минералам.
3. Кофеин вызывает ожирение.
4. Нарушение сна.
5. **Снижение иммунитета.**
6. Кофе вызывает депрессию.
7. **Кофе понижает энергетику организма.**
8. Вред кофе для печени.
9. Кофе содержит пестициды.
10. Отсутствие кофе улучшает сексуальную жизнь.

<http://interesnosti.info/vred-kofe-10-prichin-nemedlenno-perestat-ego-pit/> <https://bigpicture.ru/?p=512962>





Заворот кишок – колики.

На Даче.

Не далее как 05.07.15 на даче сразу два старых моряка обнаружили хирургический шрам ниже пупка (последствие хирургического вмешательства: колики-заворот кишок). Мне пришлось изложить им опыт, начиная со слов: «Мне, будучи Капитаном ро-ро “Merchant Bravery”, пришлось с этим вопросом вплотную разобраться».





Заворот кишок – колики.

Докторов на борту уже не было – 2004 год. Двоих матросов по очереди сняли с рейса врачи из-за болей в животе. Люди работали (крепили автомобили на палубах) без перекуров много часов, а потом вечером наедались (до отвала). Повар оставлял матросам много еды.



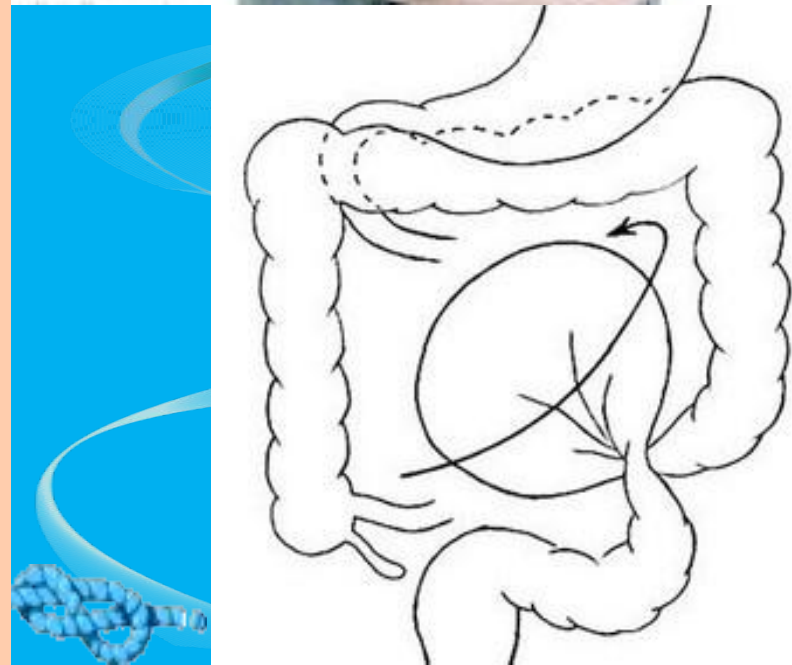


Заворот кишок – колики.

Собрав матросов рассказал им древний метод «чурка».

Во время рамадана весь день мусульмане голодают, а потом после выстрела пушки начинают много есть, включая мясо. Хорошо поев, катаются животом на чурке, что бы помочь пищеварению и продолжают есть дальше. И никаких заворотов кишок. Наказал морякам или меньше есть, или использовать метод «чурка». Больше ни у кого болей в животе не было.

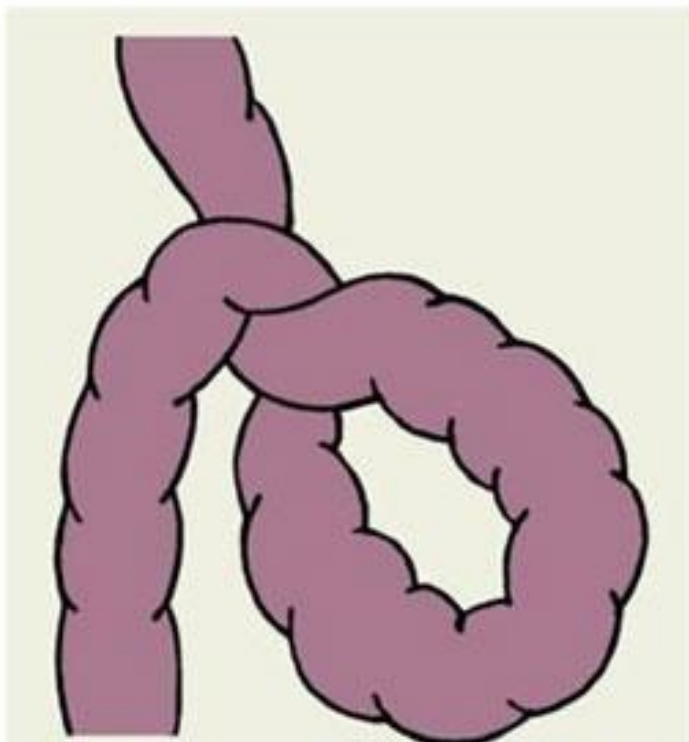
А мой однокашник – Капитан - рассказал, как он бил по рукам голодного, спасённого на воде человека, что бы тот много не ел...



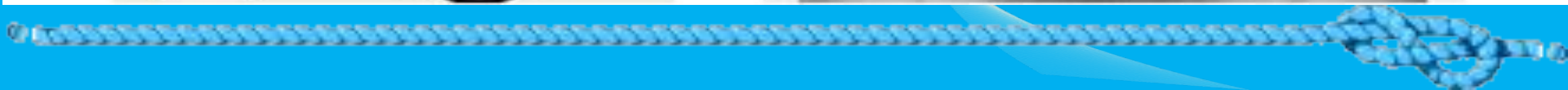
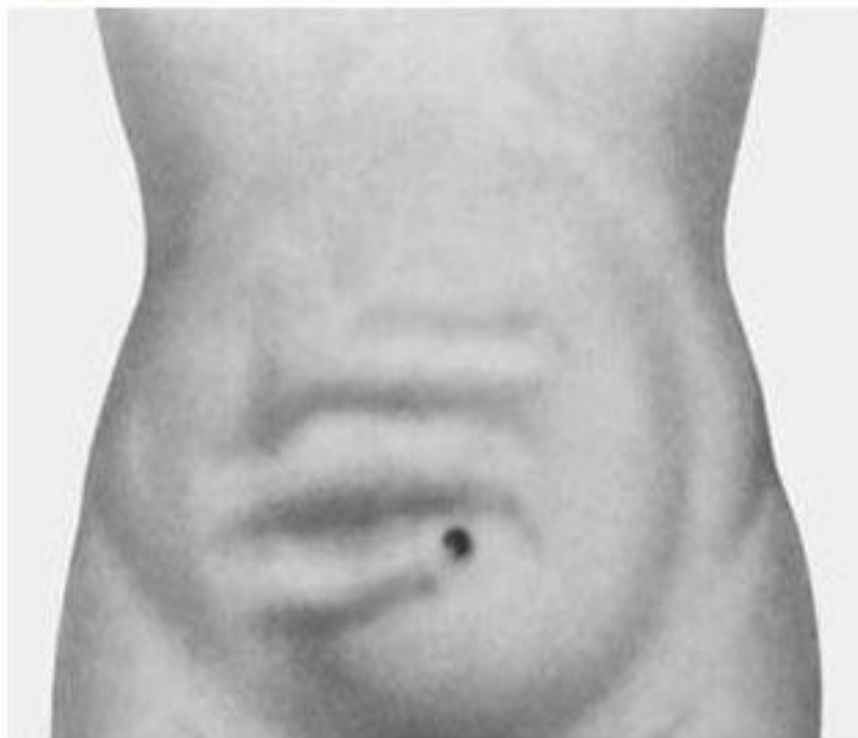


Заворот кишок – колики.

Схематическое изображение заворота тонкой кишки



Живот больной с механической непроходимостью кишечника (заворот тонкой кишки): видны поперечно расположенные валы.





Польза морской воды.

Польза питья морской воды с заеданием зелёным яблоком (напоминание матросский танец «Яблочко») и **другие полезные знания** о морской воде. (Физиологический раствор, слабительное средство, против солнечного удара/обессоливание организма, очищение организма, очищение желудка, профилактика крови из носа, дезинфицирующее средство, маринование скоропортящихся продуктов, солонина, полезная морская соль и так далее). Сегодня в официальных наставлениях по спасению по-прежнему пишут, что морскую воду пить нельзя. Она, что ядовита? Но ведь даже яд полезен в малых количествах. Например, после 1-2 глотков морской воды сразу проходит изжога. Есть ли более эффективное средство против изжоги? Солёные мокрые повязки избавят от боли в суставах, бурсита и многих других проблем. Раньше моряки после рейса (как и казаки после войны) очищались закапываясь в землю (песок) на глубину $\text{Чи}=36$ см или погружаясь в воду, желательна солёную.

Доктор **Ален Бомбар** пересёк океан без запасов пресной воды и пищи, после того как у него на глазах умерли от жажды 40 спасённых моряков. Изучайте опыт, распространяйте полезные Знания.

Много всего мы исследовали с другими **Капитанами-наставниками** с 2015 года. Изучайте мои публикации. <https://infourok.ru/user/Tunin-Mihail-Anatolevich>





Эмоции и заболевания

Эмоция	Органы, резонирующие с эмоциями	Возможные заболевания	Корректирующие эмоции
Напряженность	Кишечник	Растройство пищеварения	Расслабленность
Беспокойство	Шейные нервы	Ригидность плечевого пояса	Беззаботность
Растерянность	Вегетативная нервная система	Бессоница	Спокойствие
Страх	Почки	Заболевание почек	Душевное равновесие
Тревога	Желудок	Диспепсия	Утешение
Гнев	Печень	Заболевание печени и желчного пузыря	Сочувствие
Апатия	Позвоночник	Общая слабость	Энтузиазм
Нетерпеливость	Поджелудочная железа	Панкреатит, диабет	Терпеливость
Чувство одиночества	Отдел головного мозга	Старческое слабоумие	Удовольствие
Печаль	Кровь	Болезни крови	Радость
Обида	Кожа	Высыпания, изъязвления	Благодарность



Пример про падение иммунитета в возрасте 48-55 лет (Кризис среднего возраста = КСВ):

Мой бывший родственник, краснодипломник и спортсмен 1-го выпуска НВИМУ, **Капитан Мекшун Александр Иванович** ничего не знал про КСВ и по плану, после рейса (тоже стресс и падение иммунитета) решил сделать небольшое хирургическое вмешательство (мениск). В больнице А.И.Мекшун и умер. Александр Иванович не знал, что раньше моряки после рейса (как и казаки после войны) очищались закапываясь в землю (песок) на глубину $Chi=36$ см. Для очищения, выработки витамина Д и поднятия иммунитета ходили в баню - полуземлянку. В полуземлянке лавочка для отдыха находилась ниже уровня земли примерно на 40 см. Врачи знают про КРС, но не предупреждают пациентов и не говорят про резкое падение иммунитета, зато они лечат выскочившие болезни. Опять вдумчивому Капитану во всём приходится разбираться самостоятельно. Согласно исследований КРС не касается седых, лысых и горбоносых (почему, объяснить не могу).

В результате исследований выяснилось несколько способов поднятия иммунитета, самые результативные это развитие Души и исследовательская работа (не зря называлась прозрение = зрение улучшается в первую очередь).

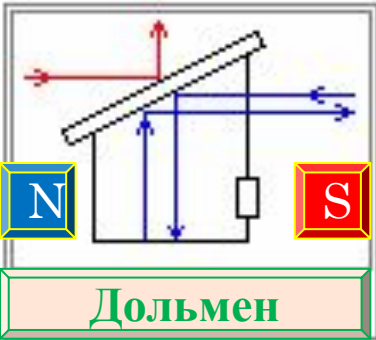
Царство ему небесное. **Капитан Мекшун Александр Иванович**, как Маяк указывает нам опасные мели. Он преждевременно умер в **48 лет**, но приказал нам долго жить и работать над повышением иммунитета и после 40 лет самим себе быть и доктором, и тренером, и диетологом.



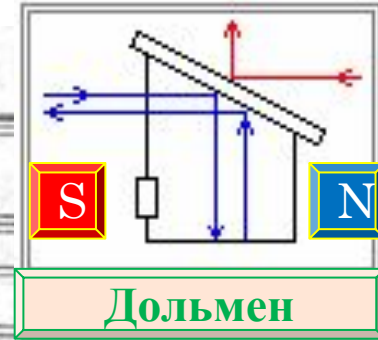
Доходливо изображено.

Полуземлянка со скамейкой и дольмен на все 4 стороны для очищения.

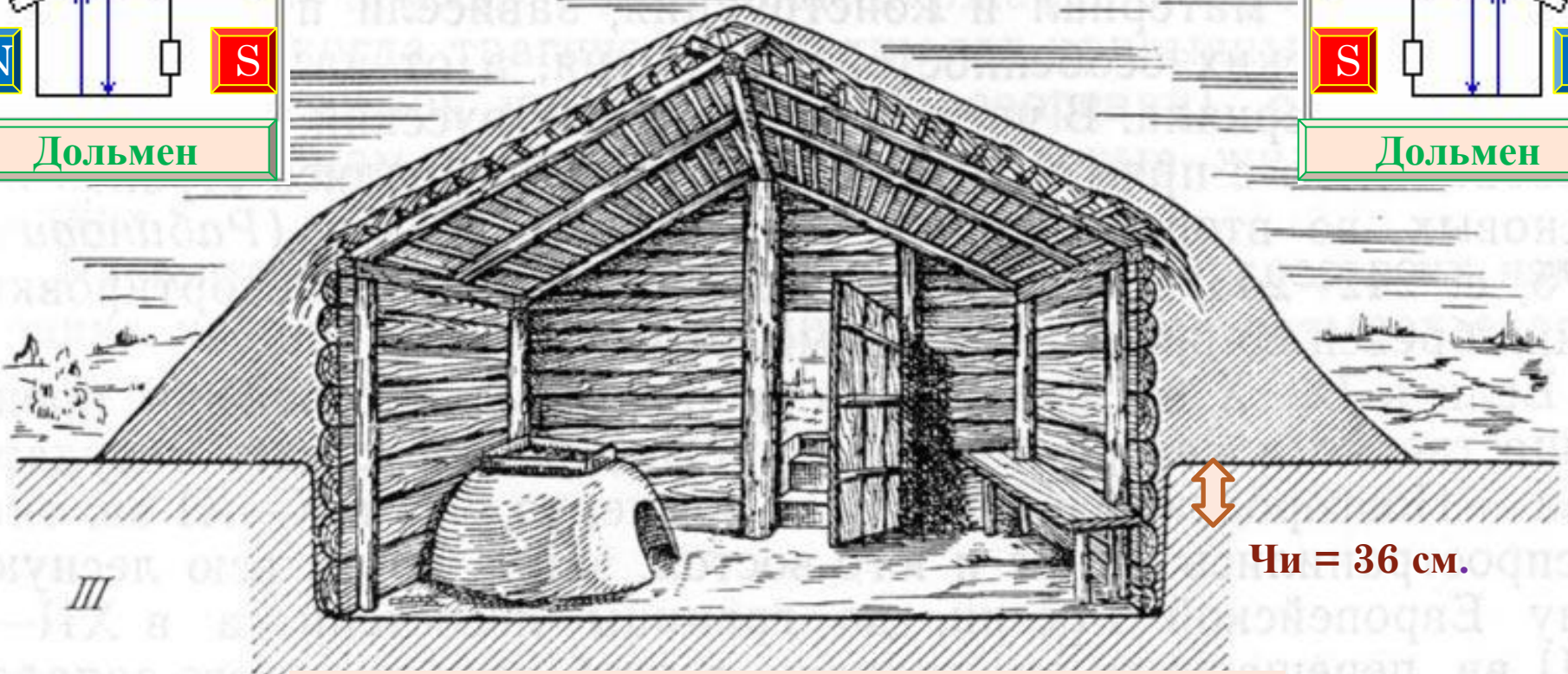
Древний Метод очищения
после рейса (войны).



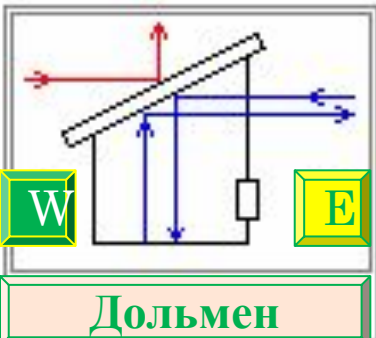
Дольмен



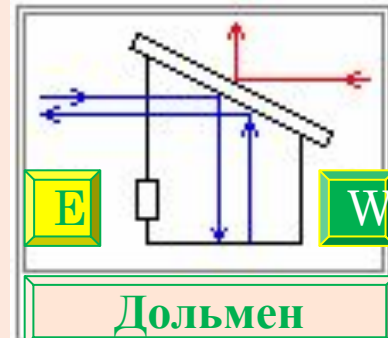
Дольмен



Чи = 36 см.



Дольмен



Дольмен

Раньше моряки после рейса (как и казаки после войны) очищались закапываясь в землю (песок) на глубину Чи=36 см. Для очищения, выработки витамина Д и поднятия иммунитета также ходили в баню - полуземлянку. В полуземлянке лавочка для отдыха находилась ниже уровня земли примерно на 40 см. Лёжа на скамейке очищался весь организм. Древние говорили, что энергия эфира находится ниже уровня воды и земли на 36 см. Итак Чи=чистота=36 см. Для оздоровления были и дольмены. Можете попробовать ☺

Очищение после рейса.

Для **очищения**, выработки витамина Д и поднятия иммунитета орган должен находиться 36 см ниже уровня воды. Если ванна маленькая, можно поднять уровень, как тут.

Мои Эврики.
Поднят уровень воды, да и вода с солью. Хорошее **очищение** органов.

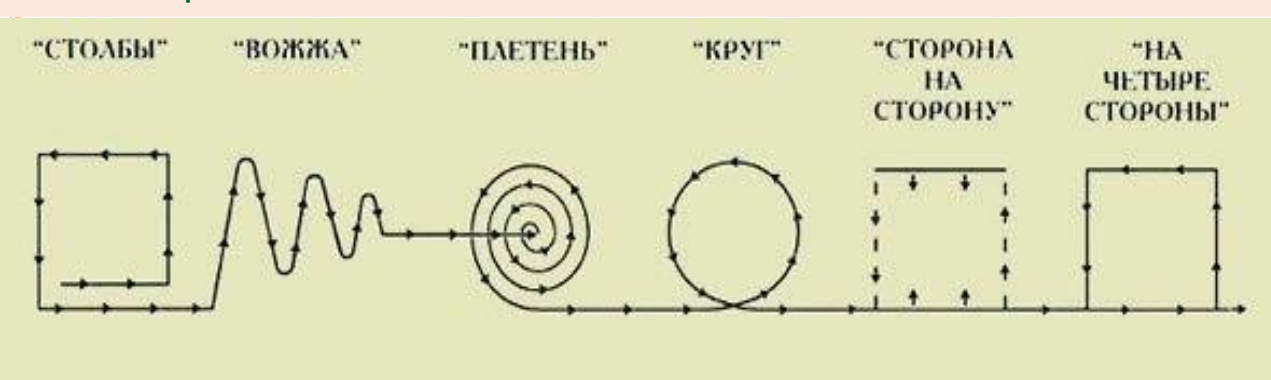
В трубке вода

Чи = 36 см.



2019 09 11 00:21

Мореход - ходит по золотым сечениям, как ходоки по Золотому кольцу или Хаджи-Ходжи. «Иноходец», «скороход», «странник», «старец», «ходок», «путник», «караван-хараван», крестный ход. Религии спорят, как ходить по солнцу или против. Моряки ходят и так и эдак, главное, что бы было по старшинству, по Имени (день Имени), по Роду (дате рождения). Важна высокая внутренняя ответственность и человеческие отношения между собой. Надо правильно встать (в круг как казаки) или идти «хороводом» (у реки **Хара воды** медленные). Тогда включается коллективный Разум, коллективное Видение и всё это притягивает хорошее будущее. Мореплаватель, это не осознанный мореход. Никогда не поздно стать **ходоком-мореходом**, важно понимать, что наше будущее в наших руках (в ногах в случае ходока). Надо быть не пассажирами, а командой – экипажем на планете Земля.



Можно выходить или выстоять (сколько стоит?) тонкую валюту, на которую можно купить благоприятное будущее для всех. «Для народа, но без народа» это девиз ходоков, но его приписали декабристам.

Стать осознанным **ходоком**, **мореходом** совсем не трудно, зачем без толку топтать Землю? Если вы отправились за продуктами в магазин, скорее всего Ваш путь, назад будет чуть больше или меньше. Возможно Вы попадёте в Золотое сечение, например 1,070 (с 5% точностью). Можно считать шаги, можно включить шагомер, можно посмотреть дистанции по счётчику автомобиля. Кстати шагомеры, измеряющие дистанции уже были в конце 19-го века. И если Вы осознано попадёте пропорциями в Золотые отношения, значит, Вы гармонизируете пространство и гармонизируете себя. Произойдёт резонанс с морскими милями, когда Вы попадали в Золотые Сечения неосознанно. В качестве бонуса будут быстрее исполняться Ваши желания и подтверждаться Ваши мечты. Мечтать не вредно, полезнее подтверждать **действиями** свои мечты. В помощь таблица Золотых Сечений:



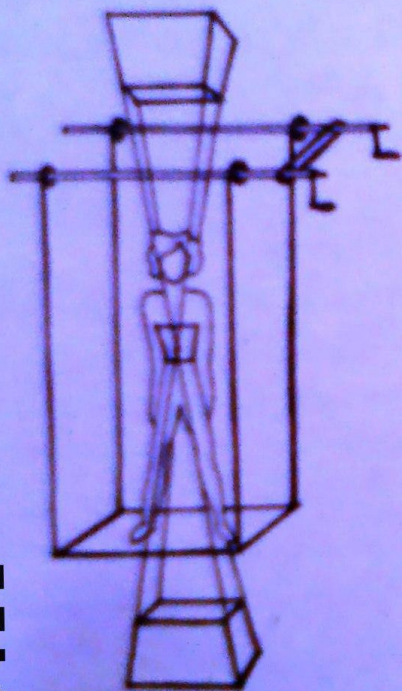
№	Названия иррациональных чисел	Число
1	слава (1/6)	0,166
2	стремление (5/3)	1,666
3	могущество жизни (2/3)	0,666
4	резонанс жизни (1/2)	0,500
5	резонанс явный (1/4)	0,250

№	Названия Золотых сечений	Число
0	кратный масштаб и резонанс	2;4;8;16;32;64;128;...
1	кратное x на масштаб	1,09;...17,5;35;70;140;... метров
2	1,5 кратное x на масштаб	1,64;...26,25;52,5;105;210;... метров
3	чистота $\text{Чи} = 0,36$ м	0,72;...1,44;2,88;5,76;11,52;... метров
4	красота и жизненность	1,618
5	совершенство	1,465
7	созидание	1,380
8	творчество	1,324
9	известность	1,275
10	гармония	1,255
11	достигаемость	1,232
12	постигаемость	1,213
13	единение	1,197
14	абсолютность	1,070
15	Золотой ряд Чисел	1;1;2;3;5;8;13;21;34;55;89; ...
16	и так далее	x,xxx



«Верстак». Рисунок из книги В. Шемшука.

Так «Стояки» собирали небесное, нетленное Золото.



постоянного преобразования).

Любую способность, т.е. неприсущую человеку возможность, можно было таким вот образом выстоять. Поэтому когда говорили, сколько стоит, имелось в виду, сколько нужно стоять, чтобы достичь проявления этой способности.

Хотя знаний об этом направлении не густо, но любой человек может оценить эффективность стояния. Начинать это упражнение можно с нескольких минут, выбранных по таблице оптимально-эффективного времени и доводя их до и больше часа. В процессе упражнения наше внимание сконцентрировано тоже в этой железе, на вдохе мы представля-

В 40 лет (поэтому и не празднуют) мы должны взять ответственность на себя.

В 50 лет бросить всё и начать учительствовать (старцы).

В 60 лет надо собирать «изюминки» и нетленное золото, как ходоки и стояки. Для народа, но без народа – ходоков-мореходов, скороходов, стояков, странников, легкоступов.

С уважением

Михаил Анатольевич Тунин
Капицной Марии сын.

(Примерно так пишется Имя каждого Человека).

<https://infourok.ru/user/Tunin-Mihail-Anatolevich>

Тунин М.А.:

Не получится в одной презентации даже описать все знания древних мореходов, а ещё и **новые методы появляются**, как например замеры излучений в **милливольтах** (китайские приборы измеряют излучения только в **Теслах** и **Гауссах**). Тема очень злободневна особенно с введением вышек 5G (много обсуждают).

Например в центре Вентспилса излучение превышает все мысленные пределы.

Такие миллиВольты от этих антенн. Свыше 10 миллиВольт вредно для организма.



Эта башня даёт такие милливольты...



Тунин М.А.:

Даже опытным Капитанам можно давать **полезную и важную** информацию целую неделю, но они более 2-х дней не готовы воспринимать, даже если им приплачивать.





Поскриптум.

Уважаемый читатель (Уважаемая читательница). В целях наименьшего вреда для **Вашего** зрения в этой работе использованы цвета зелёным по розовому. Эти исследования я не проверял, но это очевидно, что зелёный с розовым благоприятно действуют и на подсознание.

Призываю Вас всё проверять.

Сам слышал в маршрутке по радио призывали после еды расслабить ремень, не делать наклонов, не принимать душ. Всё с точностью до наоборот, похоже кто-то финансирует наше не здоровье. Эта работа названа «Здоровье» и выше метод «чурка» иллюстрирует, как помочь пищеварению.

Цель этой работы.

Напоминаю Вам, что в 40 лет (поэтому и не празднуют) мы должны взять ответственность за своё Здоровье, сами себе стать докторами, тренерами и диетологами. Надо выполнять наказ: развивать **Душу** и **Тело** и тогда врачебное вмешательство не потребуется.

Подушка безопасности.

Из религий мы знаем = не собирайте золота земного, оно ржавеет (буквально, об этом есть много видео), собирайте золото небесное (как его собирают ходоки-мореходы **Вы** найдёте в других моих работах). Золото прозрачное и не ржавеющее так же собирали Скореходы, Легкоступы, Странники, Стояки, Мудрецы. Но, что бы нетленное Золото собирать надо иметь Знания. А нас заразили **Вирусом всезнания** – зазнайством.

Редакция «Маяк». Выпуск 3е.